

**Vivre
en solo :**
par choix
ou non ?

Serge Bouchard :
l'oiseau libre

L'avenir de la santé
dans les gènes ?

L'obsession du corps
parfait au masculin

5 pistes pour guider
les ados sur le Web

RabaisCampus

SERVICE D'ABONNEMENTS – MAGAZINES ET JOURNAUX



UNIVERSITÉ
LAVAL

- LES PLUS BAS PRIX GARANTIS! •
- JUSQU'À 90% DE RABAIS SUR LE PRIX EN KIOSQUE •

La Fondation
Développement et relations
avec les diplômés

| Magazine | Discount | Price |
|-----------------------------|----------|-----------------------------|
| RICARDO | -44% | 1 an + 1 no 74,94\$ 39,95\$ |
| BEL ÂGE | 14,95\$ | 8 nos 29,60\$ 14,95\$ |
| idées MAISON | 16,95\$ | 1 an 54,90\$ 16,95\$ |
| élection | -50% | 10 nos 49,60\$ 24,95\$ |
| QUEBEC SCIENCE | -40% | 1 an 61,60\$ 30,95\$ |
| DEBROUILLARDS | -30% | 1 an 54,45\$ 37,95\$ |
| L'actualité | 14,99\$ | 7 nos 48,66\$ 14,99\$ |
| Les explorateurs | -39% | 1 an 54,45\$ 32,95\$ |
| CURIUM | -42% | 1 an 65,45\$ 37,95\$ |
| J'AI ME LIRE LE CLUB DES AS | -58% | 1 an 107,40\$ 44,95\$ |
| les belles histoires | -35% | 1 an 95,40\$ 61,95\$ |
| POPI | -46% | 1 an 83,40\$ 44,95\$ |
| J'AI ME LIRE | -42% | 1 an 65,45\$ 37,95\$ |
| POMME | -57% | 1 an 87,45\$ 37,95\$ |
| COUP POLICE | 19,95\$ | 1 an 54,89\$ 19,95\$ |
| 5 15 | -65% | 1 an 74,88\$ 24,95\$ |
| je Conserves | -65% | 1 an 99,50\$ 34,95\$ |
| MAISON & DEMEURE | 16,48\$ | 1 an 59,90\$ 16,48\$ |
| je Peinture | -59% | 1 an 79,60\$ 32,95\$ |
| protegezvous | -31% | 1 an 72,40\$ 49,95\$ |
| Cool | -41% | 1 an 56,28\$ 32,95\$ |
| CHASSE | -39% | 1 an 57,50\$ 34,95\$ |
| mieux être | 19,95\$ | 1 an 85,70\$ 19,95\$ |
| GEOPLEINAIR | -36% | 1 an 88,70\$ 24,95\$ |
| vélo mag | -30% | 1 an 88,70\$ 26,95\$ |
| Nature | 19,95\$ | 1 an 27,80\$ 19,95\$ |
| clin d'oeil | 16,95\$ | 1 an 54,89\$ 16,95\$ |
| ELLE | 16,95\$ | 1 an 54,89\$ 16,95\$ |
| TV | -57% | 1 an 163,00\$ 69,95\$ |
| L'ASSEMBLÉE | -48% | 1 an 251,60\$ 129,95\$ |
| 80 | -53% | 1 an 191,00\$ 89,95\$ |
| 7 JOURS | -48% | 1 an 251,60\$ 129,95\$ |
| Marché | -22% | 26 nos 461,20\$ 124,95\$ |
| je Vivaces & annuelles | 15,95\$ | 1 an 27,80\$ 15,95\$ |
| MOTO JOURNAL | 17,55\$ | 1 an 59,50\$ 17,55\$ |
| ÉCOSSE | -16% | 1 an 83,40\$ 69,95\$ |
| SCIENCE VIE | -14% | 1 an 81,60\$ 69,95\$ |
| GEO Québec | -38% | 1 an 138,00\$ 84,95\$ |
| JOURNAL DE MONTREAL | -70% | 1 an 463,84\$ 139,88\$ |
| LE DEVOIR | -49% | 1 an 486,16\$ 245,19\$ |
| le Soleil | -26% | 1 an 888,62\$ 249,27\$ |
| HAUTE FIDÉLITÉ | -63% | 1 an 409,62\$ 149,76\$ |

PLUS DE
325 TITRES
DISPONIBLES

JUSQU'À **10\$**
DE RABAIS
SUPPLÉMENTAIRE!
(SUR ACHATS MULTIPLES)

92 TITRES
À 20 \$ OU MOINS
39 NOUVELLES
PUBLICATIONS!

ABONNEZ-VOUS MAINTENANT:
RABAISCAMPUS.COM/ASSO - 1 800 265-0180

S'inspirer de la force tranquille

L'année 2017 a été marquée par un événement important au magazine *Contact*. L'affaire s'est déroulée discrètement, à

l'image de la personne qu'elle concerne.

En septembre dernier, après plus de 12 ans à la barre de la publication, sa rédactrice en chef, Louise Desautels, partait à la retraite. De son premier numéro, réalisé au printemps 2005, à l'ultime, préparé cet automne, elle a donné une couleur toute personnelle au magazine. Sous sa gouverne, plusieurs refontes graphiques sont venues en embellir la facture visuelle. À l'affût des tendances, Louise a aussi relevé avec brio le défi du virage numérique en développant nos plateformes Web, dont les blogues et les dossiers thématiques.

Nourrir *Contact* d'un contenu riche et de grande qualité, au bénéfice de ses lecteurs et des diplômés, était une priorité pour Louise. Tout comme l'était son souci de faire rayonner les membres de la communauté universitaire qui œuvrent à la construction d'un monde meilleur. Elle s'est employée à cette mission en demeurant fidèle à ses valeurs de respect, de rigueur et de pertinence.

Louise est de ces personnes qui, sans trop de bruit, font une immense différence en mettant tout leur cœur dans leurs engagements. C'est dans la continuité de sa force tranquille que l'équipe en place entend poursuivre le travail.

Brigitte Trudel, rédactrice en chef

16 Soigner par les gènes, c'est demain ?

Les traitements ciblés en fonction du code génétique représentent peut-être l'avenir de la médecine, mais cette expertise n'est encore utilisée que dans quelques domaines. Pourquoi ?

12 Le curieux, l'enchanteur, l'oiseau libre

L'anthropologie de Serge Bouchard aide les humains à mieux vivre ensemble.

22 Ménages à un : tendance à la hausse

Le Québec compte parmi les endroits où l'on vit le plus seul.

27 Miroir, miroir, suis-je le plus musclé ?

La pression de l'image corporelle touche aussi les hommes.

30 Cinq pistes pour guider les ados sur le Web

Comment les parents peuvent-ils favoriser une saine utilisation d'Internet ?

5 Plan stratégique 2022 : faire briller l'avenir

Une démarche bien concrète pour bâtir l'université du futur.

34 Léguer son nom à la forêt

Des diplômés expriment leur attachement à la forêt Montmorency.

37 Donner au suivant

Une bourse de soutien permet à une étudiante de concrétiser son rêve.

4 Sur le campus

32 UL pour toujours

41 D'un échelon à l'autre

41 Sur le podium

42 Dernière édition

Le magazine *Contact* est publié deux fois par année par la Direction des communications de l'Université Laval pour La Fondation de l'Université Laval – Développement et relations avec les diplômés et pour le Vice-rectorat aux affaires externes, internationales et à la santé (VRAEIS). **DIRECTION** Rénaud Bergeron, vice-recteur, VRAEIS, Yves Bourget, président-directeur général, Fondation **RÉDACTION** Brigitte Trudel, rédactrice en chef, Serge Beaucher, Mélanie Darveau, Pascale Guéricolas, Nathalie Kinnard et Mélanie Larouche, collaborateurs **PRODUCTION** Anne-Renée Boulanger, conception et réalisation graphique **COUVERTURE** (photo) iStock, stock_colors **PUBLICITÉ** Fabrice Coulombe, 418 931-4441, pub.contact@dc.ulaval.ca **IMPRESSION** Solisco et Service de reprographie de l'Université Laval **DÉPÔT LÉGAL** 3^e trimestre 1986, Bibliothèque nationale du Québec, ISSN 0832-7556, © Université Laval 2018.

Les auteurs des articles publiés dans *Contact* conservent l'entière responsabilité de leurs opinions. Le générique masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte. Les articles peuvent être reproduits avec l'autorisation écrite de la rédaction.

INFORMATION Magazine *Contact*, 2305, rue de l'Université, pavillon Maurice-Pollack, bureau 3108, Québec (Québec) G1V 0A6 418 656-2131, poste 4687, magazine.contact@dc.ulaval.ca, www.contact.ulaval.ca, [Contact_UL](#)

POUR NOUS AVISER D'UN CHANGEMENT D'ADRESSE : 418 656-2424 OU FICHIER.CENTRAL@FUL.ULAVAL.CA

FSC

En un éclair

Des gens de science influents

Quatre professeurs de l'Université Laval figurent sur la liste des *World's Most Influential Scientific Minds* dressée par la société d'information stratégique

Clarivate Analytics. Il s'agit de Vincenzo Di Marzo, des facultés de Médecine et des Sciences de l'agriculture et de l'alimentation, de Josep Rodés-Cabau, du Département de médecine, de France Légaré, du Département de médecine familiale et de médecine d'urgence, et de Sylvain Moineau, du Département de biochimie, de microbiologie et de bio-informatique.

Un cran plus élevé dans les rangs

Selon les données compilées par la firme torontoise Research Infosource, l'Université Laval vient au 6^e rang des universités canadiennes au chapitre

des fonds de recherche obtenus en 2016.

Les chercheurs de l'Université ont récolté 377 M\$, une hausse de 45 M\$ par rapport à 2015, ce qui leur a permis de gagner un rang au classement canadien. Cette performance survient dans un contexte particulier où 7 des 13 universités québécoises ont connu un recul en ce qui a trait aux fonds de recherche en 2016.

Des dentistes à la fine pointe

C'est dorénavant dans un environnement hautement technologique et particulièrement convivial que les étudiants du doctorat en médecine dentaire amorceront leurs

études. En décembre dernier, la Faculté de médecine dentaire a inauguré ses nouveaux espaces d'enseignement préclinique. Grâce au laboratoire de simulation clinique, les futurs dentistes pourront s'exercer à tailler des couronnes, à préparer des cavités sur des dents artificielles ou encore à effectuer des restaurations en composite, le tout sur des simulateurs très semblables aux humains.

L'Espace Futurs étudiants

Depuis l'automne dernier, l'Université s'est dotée d'une nouvelle zone d'accueil. Situé au rez-de-chaussée du pavillon Maurice-Pollack,

l'Espace Futurs étudiants permet d'accueillir ces derniers et de les accompagner de façon personnalisée tout au long de l'élaboration de leur projet d'études. L'endroit a pour objectif de répondre aux besoins des différentes clientèles étudiantes (cégépiens, professionnels, étudiants actuels désirant changer de programme, étudiants étrangers, etc.). On y trouve notamment un centre de documentation complet, plusieurs lieux destinés aux rencontres individuelles, une salle de présentation multimédia, un coin pour les enfants, des comptoirs numériques pour déposer une demande d'admission ainsi qu'une salle d'attente.



ISTOCK, RYERSONCLARK

Valoriser les savoirs inuit

Un outil qui vise à développer des relations sociales plus harmonieuses avec les sociétés inuit a vu le jour sur le campus. La Chaire de recherche sur les relations avec les sociétés inuit, dont la professeure au Département d'anthropologie Caroline Hervé est la titulaire, agira sur plusieurs angles.

Elle relèvera notamment les malentendus culturels qui ternissent les relations entre les Inuit et les non-Inuit qui œuvrent dans le Grand Nord. Elle visera aussi à renforcer les capacités d'agir des Inuit afin qu'ils jouent un rôle majeur dans les transformations à venir dans les milieux nordiques, qu'elles soient physiques, politiques ou sociales.

La réconciliation entre la société canadienne et les peuples autochtones est aujourd'hui une priorité dans les plans d'action gouvernementaux et institutionnels. Par sa nouvelle chaire, l'Université Laval entend jouer un rôle central dans ce processus avec les Inuit. La Chaire sera financée pour une période de cinq ans par Sentinelle Nord.

Des médecins qui servent la société

La Faculté de médecine de l'Université Laval a reçu, en 2017, la reconnaissance en responsabilité sociale ASPIRE de l'Association for Medical Education in Europe. Elle est la première faculté de médecine francophone au monde à se voir attribuer cet honneur.

L'engagement dans la communauté est une des valeurs importantes de la Faculté qui s'exprime aussi bien dans la façon de sélectionner les étudiants que dans le choix des stages pour les résidents, des axes de recherche et du type de formation continue privilégié. L'Université Laval mise sur l'excellence des notes scolaires pour choisir ses futurs étudiants, mais les candidats doivent aussi démontrer qu'ils possèdent de solides qualités de communication et d'autres compétences sociales. La Faculté privilégie aussi les candidatures provenant de régions comme le Bas-Saint-Laurent ou la Gaspésie. Elle est reconnue comme l'établissement formant le plus de médecins qui s'installent en région.

La volonté claire de mieux desservir des communautés souvent mal pourvues en services de santé s'étend aussi aux Premières Nations.

Plan stratégique 2022

Faire briller l'avenir ensemble

Cinq années et une démarche concrète pour bâtir l'université du futur dans un monde en marche.

L'arrivée du printemps coïncidera avec un événement majeur à l'Université Laval. La saison sera marquée par la présentation du plan stratégique institutionnel 2022 proposé par la nouvelle administration. Ce dévoilement, qui s'inscrit dans l'aboutissement d'une démarche avant-gardiste, aura des airs de grand départ enthousiaste et collectif vers un horizon rempli de possibilités, assure la rectrice Sophie D'Amours.

« Il s'agit d'une expression très concrète de nos priorités, un guide qui servira de tremplin à toute notre communauté pour relever ensemble le défi de faire mieux et différemment », explique-t-elle. Loin d'un exercice administratif rigide, la rectrice voit plutôt cette étape comme une occasion à saisir avec stratégie et audace : « C'est le moment de porter notre regard de façon très dynamique sur les dernières années afin de mettre en lumière les éléments du passé à valoriser, ceux à améliorer ainsi que nos visées futures. Bref, d'établir nos engagements pour grandir et nous positionner en tant qu'établissement de référence », ajoute la rectrice.

UNE DÉMARCHE INNOVANTE

Dès les débuts de sa campagne électorale et toujours depuis son entrée en poste, Sophie D'Amours, épaulée par son équipe de direction, a rappelé l'importance du travail participatif et des efforts partagés. Une vision qui s'applique nécessairement au Plan stratégique 2022. Son élaboration se veut le fruit d'une approche collaborative, jamais vue sur le campus.

Ainsi, l'automne dernier, professeurs, employés, partenaires et citoyens ont été invités à participer à une série de consultations publiques portant sur l'avenir du campus. Une plateforme Web a également été mise à la disposition de toute personne désirant contribuer par écrit à ce dialogue. « L'intérêt des gens a été tel que nous avons eu à cœur de donner un écho très sensible à leurs réflexions dans notre analyse », assure Robert Beauregard, vice-recteur exécutif et vice-recteur aux études et aux affaires étudiantes.

L'ensemble des commentaires entendus et des idées recueillies a contribué à alimenter la rédaction du plan stratégique. « Nous en avons tiré les grands axes et les objectifs qui chapeauteront toutes les unités du campus. Ces dernières seront des gages de progression par leurs actions très concrètes posées afin d'avancer dans la même direction », poursuit le vice-recteur.

Parmi les thèmes porteurs de cette synthèse, nommons l'évolution du numérique, la multiplication des partenariats, l'interdisciplinarité, l'internationalisation de même que le positionnement de l'Université dans les débats publics et sa présence dans la collectivité en tant que génératrice de solutions.



BENOIT BRUHMLER

Le Plan stratégique 2022 se veut un moyen commun d'agir concrètement pour faire briller l'avenir du campus.

LE MIEUX-ÊTRE DE TOUS

Au moment de tabler officiellement sur les repères dynamiques qui serviront de point de visée pour l'avenir, Sophie D'Amours rappelle ces mots d'ordre : créativité, agilité et efficacité. « Nous sommes un campus en mouvement, résolument tourné vers le futur, soutient la rectrice. Dans cinq ans, comment auront évolué chez nous l'enseignement supérieur, la recherche, les modes d'apprentissage ? Où en sera notre contribution au développement de la communauté, notre éclairage du point de vue de la connaissance ? Il est temps de déterminer le caractère distinctif de notre université, de redéfinir notre contrat social, en nommant clairement nos engagements au regard du rôle que nous entendons jouer pour le mieux-être de nos membres et de la population. »

BRIGITTE TRUDEL

En
quelques
chiffres

La vaste consultation de laquelle découle l'élaboration du plan stratégique a accordé une place privilégiée aux interactions, à la diversité des

points de vue ainsi qu'à l'ouverture aux idées nouvelles. Quatre forums stratégiques ont été tenus sur le campus à l'automne couvrant quatre thématiques : l'excellence, l'expérience, l'engagement et ensemble. Plus de 600 personnes ont participé à ces rencontres et plus

de 250 ont pris part à divers ateliers de discussion. Enfin, près de 300 messages, propositions et mémoires ont été déposés sur un site Web prévu à cette fin. La synthèse des commentaires recueillis au cours de cette démarche se décline en 14 thèmes.

Le naturel au galop

Les opérations d'ensemencement dans les lacs ont des répercussions négatives. Plusieurs études suggèrent que l'introduction massive de poissons élevés en captivité affecte l'intégrité génétique des populations sauvages et leur capacité d'adaptation. Mais plus le temps passe, plus les populations de truites mouchetées retrouvent leur caractère naturel après l'arrêt des ensemencements. C'est ce que démontre une étude menée par Louis Bernatchez et son équipe du Département de biologie et de l'Institut de biologie intégrative et des systèmes (IBIS).



THINKSTOCK, INV5572517

L'explication la plus probable est que les poissons qui ont une forte composante domestique survivent moins bien ou ont un plus faible succès reproducteur que les poissons ayant conservé une plus grande proportion du génome sauvage. Le fait que les effets négatifs des ensemencements sur la génétique de populations soient réversibles constitue une bonne nouvelle pour la conservation de la biodiversité, mais aussi pour la pêche sportive car les populations « indigènes » sont recherchées par les pêcheurs.

THINKSTOCK, OLGAMILITSOVA



IVAN JAMAC

Cerveaux à bout de souffle

De plus en plus populaire, l'apnée sportive pourrait avoir des effets négatifs sur certaines fonctions du cerveau. C'est la conclusion de François Billaut, professeur au Département de kinésiologie, et de quatre chercheurs français au terme d'une recherche menée sur le sujet. Les adeptes de cette pratique peuvent, après quelques mois d'entraînement, dépasser trois minutes sans respirer. Le record mondial ? 11 minutes et 35 secondes ! Lors des compétitions d'apnée, le taux d'oxygène dans le sang baisse au point que 10 % des participants sont victimes

d'une perte de contrôle moteur, qui s'exprime par d'importants tremblements. De plus, 1 % des concurrents poussent leurs limites jusqu'à perdre connaissance. Il s'ensuit des problèmes neurologiques qui durent quelques jours. Les analyses sanguines effectuées sur ces personnes révèlent la présence des mêmes biomarqueurs retrouvés chez les gens ayant subi un traumatisme crânien. Des effets qui ne sont pas dévastateurs, mais dont il convient de se préoccuper.

Les yeux ont des oreilles

Nos yeux réagissent à des sons inattendus par une dilatation de la pupille, ce qui permet le passage de plus d'information visuelle en situation d'alerte. Cette réponse involontaire pourrait un jour servir à améliorer la sécurité à bord des avions, conclut une étude des chercheurs Alexandre Marois, Katherine Labonté, Mark Parent et François Vachon de l'École de psychologie. Lorsqu'ils sont aux commandes, en particulier dans des conditions difficiles, les pilotes sont exposés à une multitude de signaux visuels et sonores. Les signaux sonores présentent l'avantage de ne pas mobiliser leur attention visuelle. Toutefois, des enquêtes menées à la suite d'accidents aériens ont révélé qu'en situation d'urgence, les sons inhabituels sont parfois ignorés malgré eux par les pilotes. Or, la réaction de la pupille pourrait servir à détecter les situations où cette surdité attentionnelle se produit. S'il n'y a pas de réponse de la pupille, c'est que le pilote n'a pas entendu le signal. Un système intelligent pourrait alors générer une contre-mesure pour capter son attention.



Du mou solide

Après une chirurgie buccale, les aliments liquides ou semi-liquides sont recommandés aux patients. Cette directive, qui vise à éviter les blessures et à limiter la douleur, pourrait apporter des bienfaits insoupçonnés pour la régénération des tissus buccaux, selon une équipe de chercheurs de l'Université Laval. Mahmoud Rouabhia, Dounia Rouabhia, Hyun Jin Park et Luc Giasson, de la Faculté de médecine dentaire et du Groupe de recherche en écologie buccale, et Ze Zhang, de la Faculté de médecine, ont exposé pendant 10 minutes des cellules épithéliales de gencive cultivées *in vitro* à du jus d'orange, à du yogourt à boire ou à un substitut de repas liquide. Après 24 heures, celles-ci produisent davantage de protéines associées à des cellules en bon état que celles des cultures témoins, et synthétisent plus d'interleukine 6, ce qui suggère qu'un processus lié à la régénération des tissus a été enclenché. Elles produisent aussi plus de β -défensine 2, une molécule antimicrobienne, ce qui porte à croire que les fonctions immunitaires ont été stimulées.



Une molécule très polyvalente

Un médicament prescrit pour des troubles de santé mentale appelé en renfort pour traiter les infections à levures.

Candida albicans est un champignon microscopique qui fait partie du microbiote de 80 % de la population. En règle générale, ce micro-organisme se tient coi, mais, dans certaines circonstances, il prolifère et cause des problèmes qui se déclinent sous plusieurs formes : candidose, infection à levures, muguet, mycose, vaginite, balanite, érythème fessier. Chez la plupart des gens, ces infections causent de l'inconfort et des douleurs d'intensité variable, mais les dommages sont limités. Par contre, chez les personnes dont le système immunitaire est très affaibli, ces infections peuvent être fatales.

Les antibiotiques utilisés pour traiter les candidoses se butent à l'apparition de souches résistantes de *C. albicans*. L'équipe du professeur Adnane Sellam, de la Faculté de médecine et du Centre de recherche du CHU de Québec – Université Laval, pourrait bien avoir trouvé une solution. Dans un article publié dans la revue *Frontiers in Microbiology*, les chercheurs proposent d'utiliser un médicament, l'acide valproïque, déjà prescrit pour traiter certains problèmes de santé mentale, notamment la dépression, le trouble bipolaire et l'anxiété, pour ramener *C. albicans* à l'ordre. « Lors d'expériences visant à élucider le mécanisme de fonctionnement de l'acide valproïque dans le système nerveux, d'autres équipes ont testé cette molécule sur une levure modèle, *S. cerevisiae*, et elles ont constaté que sa croissance était inhibée. C'est ce qui nous a donné l'idée de tester cette molécule sur la levure *C. albicans* », explique l'étudiant-chercheur Julien Chaillot.

Les tests effectués *in vitro* montrent que l'acide valproïque freine la multiplication de *C. albicans* en quelques heures à peine. « La molécule ne tue pas la levure, mais



Candida albicans est un champignon microscopique à l'origine des candidoses vulvovaginales.

elle bloque sa prolifération, ce qui est souhaitable pour ne pas affecter les levures bénéfiques de notre corps », précise Julien Chaillot. De plus, l'acide valproïque s'est révélé efficace contre des souches résistantes à certains médicaments couramment utilisés pour traiter les candidoses. « Nos résultats indiquent également que, contrairement à d'autres antifongiques, l'acide valproïque gagne en efficacité en milieu acide, une caractéristique intéressante étant donné que le pH du milieu vaginal se situe entre 4 et 4,5 », ajoute l'étudiant-chercheur.

JEAN HAMANN

UL TRA
CAMPUS HUMAIN

PRATIQUE.

PROFITEZ DE LA FORMULE D'HÉBERGEMENT OFFRANT LE MEILLEUR RAPPORT QUALITÉ-PRIX À QUÉBEC!

À PARTIR DE
47,75 \$
STAGES
PAR NUIT

Hébergement hôtelier | 418 656-5632
 hebergement@sres.ulaval.ca
 www.residences.ulaval.ca
 2255, rue de l'Université, local 1618
 Québec (Québec) Canada G1V 0A7

UNIVERSITÉ
LAVAL

Service des résidences

Apprendre par le plaisir et par la musique

Les comptines sont un outil efficace pour développer les capacités langagières des enfants.

Qui n'a jamais utilisé une mélodie pour mémoriser l'alphabet? Il est prouvé que la musique peut aider à consolider les apprentissages. *Des comptines pour apprendre*, c'est le titre d'un ouvrage novateur qui regroupe des textes et des structures rythmiques pour contribuer au développement langagier des tout-petits. Accompagné d'un CD, ce livre est destiné aux parents, aux éducateurs, aux enseignants, aux orthopédagogues, aux orthophonistes, bref à tous ceux qui travaillent avec des enfants d'âge préscolaire.

Ce projet est une initiative de Jonathan Bolduc, professeur à la Faculté de musique, titulaire de la Chaire de recherche du Canada en musique et apprentissages et directeur du laboratoire Mus-Alpha. «Le but, dit-il, était d'offrir des comptines et des jeux de mots basés sur le rythme pour stimuler le développement du langage. Il a été démontré que plus l'enfant réalise ce type d'exercices,



Pour Jonathan Bolduc, qui a travaillé dans le milieu scolaire avant d'être un chercheur universitaire, la musique est une belle façon de permettre aux enfants d'intégrer le monde du langage et de la lecture.

Testées auprès d'une centaine d'enseignants, les comptines racontent des histoires mettant en scène des animaux. Dans le livre, on retrouve des illustrations et les textes des chansons. Le CD, en plus de réunir du matériel pédagogique, comprend trois versions sonores de chaque comptine: une version rythmique ralentie, une version rythmique *a tempo* et une autre sans paroles.

Chaque comptine comprend des mots à une et à plusieurs syllabes, des mots qui riment et d'autres débutant par le même son. Elle contient aussi un verbe inventé, ce qui permet aux enfants de s'amuser à deviner le sens de ce mot et à justifier sa signification. «Pour un enfant qui présente des troubles langagiers, le fait d'avoir des mots inconnus ou inexistant permet de savoir ce qu'il connaît de la langue et ce qu'il ne connaît pas. Il est plus facile pour lui de segmenter un mot en syllabes s'il n'a pas de signification. Par exemple, pour plusieurs enfants, le mot "bateau" possède plus de syllabes que le mot "coccinelle", mais cette perception est basée sur une représentation mentale de la chose, l'insecte étant plus petit», souligne le chercheur.

Pour les besoins de son projet, ce spécialiste de l'éducation musicale a fait appel à l'orthophoniste Pascal Lefebvre, de l'Université Laurentienne, à Sudbury. Il parle d'un «heureux mariage» entre leur domaine de recherche respectif. «En orthophonie et en musique, on parle le même langage, sans utiliser les mêmes mots. Il y a tellement de liens à faire entre ces deux univers, ne serait-ce que sur la structure des mots et la segmentation. On sait que le langage et la musique stimulent des zones connexes du cerveau. C'est pourquoi plusieurs enfants qui sont faibles en langage le sont aussi en musique, et vice-versa.»

MATTHIEU DESSUREAULT



L'ouvrage *Des comptines pour apprendre* résulte d'une collaboration entre Jonathan Bolduc, professeur à la Faculté de musique, et Pascal Lefebvre, chercheur en orthophonie à l'Université Laurentienne, à Sudbury.

meilleures seront ses chances d'apprendre à segmenter des mots en syllabes, entre autres. Les syllabes sont la porte d'entrée principale dans le développement du langage chez l'enfant d'âge préscolaire.»

Faciliter les déplacements

Les municipalités seront dotées d'un outil pour adapter leurs aménagements aux personnes à mobilité réduite.

Pour plusieurs personnes handicapées, circuler du point A au point B relève d'un exploit. Stéphanie Gamache, docteure en médecine expérimentale, s'intéresse à cet enjeu au Centre interdisciplinaire de recherche en réadaptation et intégration sociale (CIRRIS). Encadrée par les professeurs Ernesto Morales et François Routhier, du Département de réadaptation, et Marie-Hélène Vandersmissen, du Département de géographie, elle mène un projet qui vise à doter les municipalités de lignes directrices pour mieux concevoir leurs aménagements piétonniers. En novembre dernier, sa recherche a été récompensée par le programme L'Oréal-UNESCO pour les femmes et la science.

Afin de dresser un portrait des aménagements piétonniers au Québec, un sondage a été réalisé auprès de 186 municipalités. Sur 136 municipalités de moins de 15 000 habitants, seulement 41 ont un plan d'action pour assurer l'accès aux personnes présentant des déficiences physiques. « L'accessibilité est moins présente pour cette clientèle dans les petites municipalités, mais celles de moins de 15 000 habitants n'ont pas l'obligation d'avoir un plan d'action », résume Stéphanie Gamache.

En outre, les infrastructures mises en place s'attardent aux déficiences motrices, mais très peu aux déficiences visuelles ou auditives. Des groupes de discussion, réunissant des représentants municipaux et de sociétés de



THINKSTOCK, NULLPLUS

Les trottoirs trop étroits et les rampes d'accès inexistantes compliquent le quotidien des personnes handicapées.

transport en commun, des chercheurs, des cliniciens et des personnes à mobilité réduite, ont mis en lumière l'importance d'avoir des outils d'aide à la conception. « Les gens sont sensibilisés à la réalité de ces utilisateurs, mais ils n'ont pas toutes les connaissances pour comprendre leurs besoins. L'outil permettra à ceux qui sont impliqués dans le processus de conception de s'y référer selon le travail qu'ils ont à accomplir. »

À terme, ce document sera diffusé par le ministère des Transports, de la Mobilité durable et de l'Électrification des transports, qui finance le projet avec le Fonds de recherche du Québec – Nature et technologies et le Fonds de recherche du Québec – Santé.

MATTHIEU DESSUREAULT

**JE VEUX
RÉALISER MES
AMBITIONS**



**JE CHOISIS LE EXECUTIVE MBA
(MBA Gestion pour cadres en exercice)**

- Approche pédagogique basée sur le partage d'expérience
- Formule flexible, en classe et à distance
- Une semaine à Babson College, Boston

www.fsa.ulaval.ca/EMBA



Faculté des sciences de l'administration

Un album signé UL

Les Productions LARC ont lancé, l'automne dernier, l'album de Héra Ménard.

La maison de disques du Laboratoire audionumérique de recherche et de création (LARC), sis au pavillon Louis-Jacques-Casault, n'aurait pu trouver meilleure artiste pour ce premier opus. Fort prometteuse, la jeune auteure-compositrice-interprète cumule déjà de belles expériences musicales. On l'a vue se produire à New York, à San Francisco et à Paris. Avec son groupe The Rainbows, elle a fait la première partie des spectacles de Gregory Charles et des Cowboys Fringants, en plus de multiplier les apparitions à la télévision.

Lancé en collaboration avec les Disques Passeport, cet album éponyme réunit 13 pièces aux sonorités country. Le fil conducteur entre ces chansons? L'amour, un thème très cher à l'artiste. «L'amour, c'est près de ma personne, mais c'est aussi un thème universel qui peut rejoindre tout le monde», explique Héra Ménard.

Les paroles de certaines pièces sont le fruit d'une collaboration avec François Dumont, poète et professeur de littérature. Pour l'aspect musical, l'étudiante s'est inspirée d'artistes comme Sheryl Crow, Shania Twain, First Aid Kit et Ray LaMontagne. C'est son professeur, aussi directeur du LARC, Serge Lacasse, qui l'a convaincue de se tourner vers le country. «Au début de ses études, Héra voulait faire de la comédie musicale. En l'écoutant chanter, j'ai trouvé que sa voix convenait mieux au country», raconte le professeur.

Un comité de divers spécialistes, dont le célèbre producteur André Perry, a été formé autour de ce premier album. Du côté des musiciens, ils ont fait appel à des étudiants et à des diplômés de la Faculté de musique. La guitare électrique, la basse, la batterie, les violons et le violoncelle de ces artistes ont rejoint la guitare acoustique et l'harmonica de Héra Ménard. Serge Lacasse et ses acolytes ont profité



LOUISE LEBLANC

Avec cet album, Héra Ménard offre 12 chansons de son cru et une reprise du classique 'Knockin' on Heaven's Door', de Bob Dylan.

de l'enregistrement pour faire avancer la recherche dans le domaine. «Nous avons testé diverses combinaisons de matériel analogique et audionumérique. Le format dans lequel nous avons enregistré permet d'avoir la plus haute qualité sonore possible. Le son est précis et très transparent», se réjouit le chercheur.

En plus d'être un cadre pour l'innovation et la recherche, les Productions LARC ont pour but d'encourager la relève et de contribuer au rayonnement de l'Université. À cet égard, le professeur Lacasse espère développer une signature propre au studio. «Le LARC permet aux étudiants et à tous ceux qui gravitent autour de l'enregistrement d'apprendre une foule de choses. C'est ici, par exemple, que le compositeur Dragos Chiriac a développé sa méthode de travail bien connue et qu'il a enregistré les chansons de Ghostly Kisses et de Men I Trust. Nos projets de recherche et de création contribueront à ce que l'on ait une marque "Productions LARC".»

MATTHIEU DESSUREAULT



MARC ROBITAILLE

Revisiter la chanson d'ici

Un autre album signé LARC revisite les classiques de la chanson québécoise. *Remixer le Québec* présente 14 adaptations de chansons parues avant les années 60. En plus de «Ça va venir, découragez-vous pas», chanté par La Bolduc en 1930, 13 autres chansons font l'objet d'un remixage audionumérique sur cet album disponible sur toutes les plateformes numériques (Spotify, iTunes, Apple Music). Les remixs, allant du pop aux courants les plus expérimentaux, en passant par la musique cubaine ou techno, donnent un

nouvel éclairage à ces chansons historiques et contribuent à leur redécouverte. Parmi les artistes remixés figurent aussi Alys Robi, Fernand Robidoux, Jeanne-d'Arc Charlebois et Paul Brunelle. Ce projet, dirigé par Serge Lacasse en collaboration avec Gérald Côté, professeur d'ethnomusicologie, réunit une équipe de remixeurs de la Faculté de musique. Fait intéressant, ces derniers, parmi lesquels figurent une dizaine d'étudiants en musicologie, ne proviennent pas seulement du Québec, mais aussi de France, de Roumanie, du Maroc et de Cuba, ce qui confère à l'album un son et une diversité exceptionnels.

Serge Lacasse, directeur du projet

À la rescousse d'anciens combattants

Les chiens d'assistance améliorent la condition de vétérans atteints de stress post-traumatique.

Les anciens combattants atteints du trouble de stress post-traumatique (TSPT) pourraient améliorer certains aspects de leur condition grâce aux chiens d'assistance. C'est ce que démontre une étude menée par Claude Vincent, professeure du Département de réadaptation et du Centre interdisciplinaire de recherche en réadaptation et intégration sociale (CIRRS), et par huit autres chercheurs.

Le TSPT se manifeste chez des gens ayant vécu des événements bouleversants qui leur ont causé une peur intense et un sentiment d'impuissance. Ces événements hantent leur esprit, provoquant de l'irritabilité, de la colère, des comportements d'évitement et de l'hypervigilance. Leur condition interfère avec les activités de la vie courante et peut causer de l'insomnie, diminuer la qualité de vie et conduire à la dépression. Au Canada, le nombre de vétérans atteints du TSPT est passé de 2 800 en 2004 à 9 900 en 2014.

Ce trouble est traité par pharmacothérapie ou psychothérapie, mais une bonne partie des patients ne réagissent pas à ces traitements, d'où l'idée de recourir à des chiens d'assistance. « Ces chiens sont entraînés pour réagir à certains symptômes du TSPT lorsqu'ils se manifestent chez leur maître, explique Claude Vincent. Ils vont alors s'approcher de lui et le toucher, ce qui peut interrompre une crise d'anxiété. De plus, on croit que ces chiens peuvent aider leur maître à relaxer, qu'ils créent une bulle de



ADRIAN WYLD/PRESSE CANADIENNE

Le chien d'assistance est entraîné pour réagir aux symptômes de stress post-traumatique lorsqu'ils se manifestent chez son maître.

sécurité autour de lui et qu'ils peuvent faciliter les relations sociales.»

Les analyses des chercheurs révèlent que la présence d'un chien d'assistance s'accompagne d'une diminution des principaux symptômes du TSPT et d'une réduction des symptômes dépressifs. Les données montrent également une amélioration de la qualité de vie sur les plans de la santé physique, de la santé psychologique et des relations sociales ainsi qu'une embellie pour les différentes composantes de la qualité du sommeil. Enfin, les participants de l'étude osent davantage sortir à l'extérieur de leur domicile et leur aire de mobilité s'accroît avec le temps.

JEAN HAMANN

**JE
VEUX EN
SAVOIR
PLUS**



JE CHOISIS LA FORMATION CONTINUE DE L'UNIVERSITÉ LAVAL

- Formations flexibles conçues pour les personnes en emploi
- Approche pratique qui facilite le transfert des apprentissages en milieu de travail
- Offre personnalisée pour les besoins des organisations
- À Montréal, Québec et ailleurs en province

ulaval.ca/formationcontinue



UNIVERSITÉ
LAVAL
Direction générale
de la formation continue



Serge Bouchard

Le curieux, l'enchanteur, l'oiseau libre

Ce pionnier a mis au monde
une anthropologie moderne et
indépendante qui aide les humains
à mieux vivre ensemble.

PAR PASCALE GUÉRICOLAS

NOUS AUTRES, LES GARS DE TRUCK: *essai sur la culture et l'idéologie des camionneurs de longue-distance dans le nord-ouest québécois.* Le titre original de la thèse de Serge Bouchard (*Anthropologie 1971 et 1973*) détonne en 1980, dans la très victorieuse salle de soutenance de l'Université McGill. À cette époque, les recherches en anthropologie portent davantage sur les chasseurs-cueilleurs d'Amazonie que sur les camionneurs de l'Abitibi et de la Baie-James. En plus, sa publication – qui compte près de 400 pages – emprunte parfois des chemins poétiques plutôt que de se cantonner dans un langage trop formel.

Presque quatre décennies plus tard, sa plongée dans l'univers des camionneurs résume bien la carrière de l'anthropologue à la célèbre voix de basse. L'homme n'a jamais cessé de se pencher avec tendresse, amusement ou agacement sur sa société, son monde, quitte à bousculer les idées reçues et le carcan institutionnel.

« Son approche, très novatrice, correspond à la définition de l'anthropologie moderne, souligne Frédéric Laugrand, professeur au Département d'anthropologie. Aujourd'hui, cette discipline se penche sur tous les aspects de la vie en société, qu'il s'agisse de la Bourse ou de la chasse. Et Serge Bouchard le fait avec une grande empathie, une grande ouverture. » De fait, pour le principal intéressé, l'anthropologie n'a jamais été une science mais une curiosité, un art, un émerveillement.

L'ART DE RACONTER

Émerveiller, don d'enchanter le monde. C'est peut-être son père, chauffeur de taxi, puis camionneur, qui lègue au jeune Bouchard ce précieux héritage. La famille Bouchard vivait à Pointe-aux-Trembles, dans l'est de

Montréal. Le père, ce fabulateur, dont « les pieds n'ont jamais touché terre » aux dires de son fils, lui raconte alors des histoires. Il lui parle d'ours... qu'il aurait croisés sur le mont Royal, et de bien d'autres choses.

Rêveur, le jeune garçon se nourrit de ces récits pour inventer les siens. Il songe au fleuve, il y a des centaines d'années, lorsque celui-ci ne portait pas encore le nom de Saint-Laurent. Il y voit des peuples indiens ramer de concert en canot d'écorce, en route vers leur territoire de chasse. Une prouesse d'imagination dans ce quartier où les raffineries crachent une fumée noire qui plombe les poumons des habitants et où l'eau se charge de résidus lourds. « Nous, les enfants du petit peuple, nous nous baignions dans un égout à ciel ouvert, tout autant que dans un bassin de rejets industriels », relate-t-il dans son plus récent essai *Les yeux tristes de mon camion* paru chez Boréal.

Peu importe cette réalité, le jeune Bouchard voyage aussi à la faveur de ses lectures sur la préhistoire ou sur les Amérindiens. Ce sont les livres qui l'inciteront, lui l'élève médiocre au cours classique, à entreprendre des études supérieures. Là, il se révélera un jeune performant, allumé.

*L'homme se penche avec
tendresse, amusement
ou agacement sur sa
société, quitte à bousculer
les idées reçues.*

UN PARCOURS MAISON

Nous sommes à la fin des années 1960. D'abord inscrit en géographie à l'Université de Sherbrooke, voici ensuite Serge Bouchard à l'Université Laval, où le Département d'anthropologie s'ouvre. À ce moment, peu d'établissements couvrent ce domaine d'études.

Tout à son rêve de découvrir « les Indiens d'ici », l'étudiant décide de leur consacrer sa maîtrise. « Aucun des professeurs de Laval ne travaillait sur ce thème, affirme-t-il. J'ai dû trouver des partenaires auprès du laboratoire d'anthropologie de Rémi Savard, lié à l'Université de Montréal, qui s'intéressait aux mythes montagnais. » En 1969, le voici donc parti sur le territoire des Innus dont la communauté l'Ekuanitshit ■

se sédentarise à Mingan, sur la Côte-Nord. Des milliers de piqûres de mouches et des décennies plus tard, dans *Le peuple rieur: hommage à mes amis innus*, publié en 2017 chez Lux éditeur avec sa conjointe Marie-Christine Lévesque, Serge Bouchard revient avec beaucoup de tendresse et d'humour sur ses multiples séjours durant lesquels il a noué une profonde amitié avec Michel Mollen. Cet Innu qui avait traversé le Labrador et tout le nord du Nitassinan ne cessait de lui parler dans sa langue. En 2015, à l'occasion de l'ouverture officielle de la Maison de la culture innue, à Mingan, Serge Bouchard, appelé *Kauishtut*, le Barbu, a retrouvé les aînés qu'il a connus jeune homme, lors d'un repas de partage. Un gage de la place d'honneur qu'il occupe au sein de leur communauté.

Depuis ses premiers travaux de recherche, celui qui, pourtant, craint l'avion de toutes les fibres de son corps, n'a eu de cesse de parcourir en tous sens l'Amérique du Nord, à la découverte des premiers habitants du territoire. Algonquins, Naskapis, Innus, Attikameks, Mohawks, Cris, ces noms et leur culture deviennent par la bouche de ce vulgarisateur hors pair autant de sésames pour accéder à leur histoire et à leur réalité. Aussi pour percer le mur de l'indifférence de ses contemporains qui ignorent tout des conséquences de 150 ans de sédentarisation forcée, de mépris et d'agressions.

DES POLICIERS AUX GÉNÉRAUX

Bien avant la Commission de vérité et réconciliation du Canada ou des événements comme ceux de Val-d'Or où des policiers ont fait l'objet d'allégations graves concernant des femmes autochtones, Serge Bouchard souhaite conscientiser les autorités à la réalité profonde des hommes et des femmes des nations amérindiennes.

Pour Serge Bouchard, susciter l'empathie est une façon de mettre l'anthropologie au service du vivre-ensemble.

Dans les années 1980, l'anthropologue mobile arpente les routes du Québec et de l'Ontario. Son mandat? Démontrer aux agents de la force publique que la réalité des membres des Premières Nations ne se limite pas à des ravages causés par les abus d'alcool ou de drogues. «Ma formation, qui s'adressait aux policiers affectés dans les réserves, était d'une redoutable efficacité, note ce conférencier dans l'âme. En deux jours,



À la lumière de ses nombreuses émissions de radio, en abordant des thèmes aussi surprenants qu'originaux, l'anthropologue atypique a toujours su porter un regard unique sur la société et susciter la réflexion des auditeurs.

j'expliquais à des groupes d'une quarantaine de jeunes hommes et femmes qu'on ne vient pas au monde tout démolé. Que les situations tragiques auxquelles ils et elles font face dans leur travail auprès des communautés sont le résultat d'une politique génocidaire du gouvernement canadien.»

Pour mieux se faire comprendre de son public, le formateur met au point la méthode Bouchard. Remettre en contexte, revenir aux origines, manier les concepts philosophiques, décortiquer l'histoire, raconter, raconter. Utiliser sa bonhomie comme arme de destruction massive pour occire les idées reçues et les stéréotypes. Et, surtout, susciter l'empathie. Une façon de mettre l'anthropologie au service des relations interculturelles et du vivre-ensemble.

Cette quête de mieux-être dans les milieux singuliers l'amène aussi à travailler pour l'Armée française, 15 jours par mois, entre 1991 et 1997. Son rôle consiste à rappeler à des généraux et autres gradés des arsenaux de France fondés par Louis XIV, que l'humain demeure l'élément le plus important dans une entreprise, malgré la robotisation et l'informatisation. L'anthropologue met donc sa discipline au service d'une industrie de 25 000 employés fabriquant du matériel militaire. Pendant six ans, il va démontrer aux patrons, preuve à l'appui, que de simples machines ne peuvent rivaliser avec la qualité de soudures effectuées par des ouvriers soudeurs, héritiers du savoir-faire de leur père et de leur grand-père. Encore une fois, il sème de l'humanité là où on ne l'attend pas.

«Curieusement, ma thèse sur les camionneurs a été beaucoup plus lue par des gestionnaires que dans les départements d'anthropologie, souligne avec amusement cet empêchement de penser en rond. À preuve, à l'École des hautes études commerciales de Montréal, l'ouvrage est au programme de formations en gestion pour mettre en avant le facteur humain dans l'entreprise.»

LE PRIX DE LA LIBERTÉ

On l'aura compris, Serge Bouchard aime mélanger les genres, les disciplines, les types d'employeurs, les formats d'intervention sans se soucier si son travail correspond aux attentes des autorités. Cette pratique très libre lui procure une grande autonomie, mais elle l'a aussi privé de la sécurité financière liée à un poste dans une institution ou dans une entreprise. Elle l'oblige aussi à devoir souvent établir la preuve de sa pertinence aux yeux de ceux et celles qui sont chargés de la diffusion des savoirs. « Quasiment toutes les séries à succès que j'ai faites à la radio nationale, je les ai réalisées contre l'avis de la direction, raconte le septuagénaire. En 1999, j'ai traversé le Canada par la Transcanadienne en wagonnette en racontant l'histoire du pays (l'émission radiophonique *Une épulette noire nommée Diesel*). Les diffuseurs ne croyaient pas au projet. Même chose pour *De remarquables oubliés*. » La série, diffusée de 2005 à 2011, se penchait sur les grands personnages oubliés de l'histoire de l'Amérique française.

Ces rendez-vous radiophoniques, comme ceux misant sur les aventures des coureurs des bois francophones sur la Côte Ouest ou sur les destinées du gazon dans les banlieues américaines, figurent pourtant au palmarès des grands moments de radio de tout amateur de petits et grands faits de société.

L'AMI BERNARD

Son parcours unique, l'animateur de la célèbre émission *Les chemins de travers* et de tant d'autres rencontres radiophoniques l'a souvent accompli en indépendant, mais aussi en duo avec Bernard Arcand, son ami de longue date et... ancien directeur de thèse. Ce dernier, aussi anthropologue, décédé en 2009, avait enseigné à l'Université McGill avant de se joindre à l'Université Laval au milieu des années 1970. Parce que

Bernard Arcand a cru en la pertinence de son surprenant sujet d'études, Serge Bouchard dit qu'il lui doit en bonne partie son titre de docteur.

« Ils formaient un couple remarquable, témoigne le professeur Frédéric Laugrand. Arcand incarnait la rigueur, l'anthropologie britannique, la connaissance académique, tandis que Bouchard, c'était le poète, l'artiste qui n'hésitait pas à faire les liens qu'un anthropologue universitaire n'oserait établir. »

Les grands complices affichaient cette complémentarité en animant *Le lieu commun et le déjà vu*, cette « encyclopédie de l'ordinaire » en ondes dans les années 1990. Baseball, accent français, calvitie, pâté chinois, rien n'échappait à l'oeil de lynx de ces traqueurs de société, dont on retrouve les pensées dans plusieurs volumes parus chez Boréal.

« Ils se sont tellement côtoyés, témoigne Jean-Philippe Pleau (*Sociologie 2000 et 2003*) qui réalise et coanime avec Serge Bouchard le rendez-vous hebdomadaire *C'est fou* à la radio de Radio-Canada, que parfois, Serge parle comme Bernard. » De quelques décennies cadet de Bouchard, le sociologue ajoute que son comparse a le don de partir d'un événement très ordinaire dans notre monde contemporain, pour le disséquer et faire des liens avec des rites des sociétés traditionnelles. Il s'étonne également que, peu importe les thèmes abordés, l'enthousiasme de Serge Bouchard revienne toujours à la charge. « Il y a quelques mois, il se montrait un peu bougon lors de la préparation d'une émission sur l'intelligence artificielle. Finalement, le jour venu, il avait très envie de se faire surprendre. »

Nullement prêt pour la retraite, Serge Bouchard se voit toujours écrire, raconter et réfléchir. Sa condition physique a beau lui jouer des tours, son esprit demeure aussi vif et son envie de découvrir les humains, intacte.

Lui qui s'interdit régulièrement de tomber dans l'amertume traverse pourtant à l'occasion des périodes de nostalgie. Particulièrement l'automne dernier lorsqu'il a reçu le Prix du Gouverneur général pour son essai *Les yeux tristes de mon camion*. Il n'a pu s'empêcher de penser à Bernard Arcand qui, 26 ans plus tôt, recevait ce même honneur pour son ouvrage *Le Jaguar et le Tamanoir*. « Il me tirait souvent la pipe en disant que nous pourrions parler d'égal à égal le jour où moi aussi je gagnerais ce prix », se souvient le lauréat. Le moment venu, malheureusement, l'ami Bernard avait déjà quitté ce monde. Mais sur ce plan, le pied d'égalité entre les deux complices peut continuer d'attendre. ◀



Serge
Bouchard
le
« possédé »

La revue *Anthropologie et Sociétés*, qui a été créée par le Département d'anthropologie de l'Université Laval, propose sur son site Web une série audiovisuelle appelée

Les Possédés et leurs mondes. Le professeur

Frédéric Laugrand, qui dirige la publication, a invité Serge Bouchard à prendre part à cette rubrique qui présente en libre accès les témoignages et les réflexions inédites d'une soixantaine d'anthropologues et de chercheurs en sciences humaines et sociales. En sept épisodes, les plus visionnés du portail, l'invité revient sur sa carrière, parle de ses

études à l'Université Laval, de son expérience avec les Amérindiens et d'une foule d'autres sujets, dont la crise du verglas survenue il y a 20 ans. La série, disponible à l'adresse www.anthropologie-societes.ant.ulaval.ca, est une production d'*Anthropologie et Sociétés*, de la revue *Anthropologica* et de la Société canadienne d'anthropologie.



MARIANNE CHEVALIER

Soigner par les gènes, c'est demain ?

La médecine en fonction du code génétique connaît de grandes avancées, mais se fait rare dans la pratique.

PAR NATHALIE KINNARD



Même si les traitements médicaux en fonction des caractéristiques génétiques représentent l'avenir des soins de santé, il faudra du temps à cette avancée pour intégrer la pratique des médecins.

NOUS SOMMES EN 2049. Vous entrez dans le bureau de votre médecin de famille. À l'écran de son ordinateur, il consulte déjà votre dossier électronique : histoire familiale, historique médical, habitudes de vie, derniers résultats de prise de sang et... votre profil génétique. D'emblée, il sait que vous faites partie des gens à risque de souffrir de dépression et que votre organisme ne réagit pas à certaines classes d'antidépresseurs. Par contre, bonne nouvelle, votre prédisposition à développer une maladie cardiovasculaire n'est pas inquiétante. Un scénario utopique ?

Pas vraiment. Plusieurs experts de l'Université Laval pensent que l'avenir des soins de santé repose sur la prévention et les traitements médicaux ciblés en fonction des caractéristiques génétiques de chacun. Mais la patience s'impose. Malgré les avancées en génomique – l'étude du génome entier, codé dans l'ADN,

dont les gènes font partie –, le même traitement pour tous domine encore beaucoup les soins de santé. L'information génétique n'est utilisée que dans certains domaines. Les nouveaux tests qui exploitent le génome pour diagnostiquer ou traiter une maladie tardent à faire leur entrée en clinique. La médecine sur mesure, basée sur votre ADN, est bien réelle, mais elle a encore besoin de temps avant de livrer toutes ses promesses.

GÉNOMIQUE POUR TOUS ?

«La génomique reste le lot de la recherche et de certaines spécialités comme l'oncologie, estime France Légaré, médecin de famille et professeure au Département de médecine familiale et de médecine d'urgence. Le dépistage génétique n'est pas prescrit dans les bureaux de soins de première ligne, à part pour identifier des maladies génétiques chez le fœtus.» ■

Avec son collègue François Rousseau, du département de biologie moléculaire, de biochimie médicale et de pathologie, la Dre Légaré a passé en revue 3000 études s'attardant aux bonnes pratiques médicales de la bibliothèque Cochrane. À noter que celle-ci comporte six bases de données en santé, dont les fameuses revues systématiques Cochrane, l'une des meilleures

Les données génomiques d'un individu viennent ajouter une couche de données à ces informations pour amener plus loin sa prise en charge. «En connaissant les anomalies et les variations génétiques d'un patient, on peut déterminer s'il a besoin d'un dépistage précoce pour une maladie donnée, ou encore déterminer les meilleurs traitements adaptés à ses gènes», précise

Yves Fradet, professeur au Département de chirurgie et chercheur en oncologie au Centre de recherche du CHU de Québec-Université Laval. Il préfère donc parler de soins de santé de précision, plutôt que de médecine personnalisée.



MARC ROBITAILLE

Sauf pour identifier des maladies génétiques chez les fœtus, le dépistage génétique est rarement prescrit en cabinet et pour les soins de première ligne, observe France Légaré.

Dans une enquête menée à l'Université Laval, les deux tiers des médecins interrogés n'ont pas recours aux tests pharmacogénomiques.

Jacques Simard abonde en ce sens : «L'idée n'est pas de développer des médicaments ou des traitements différents pour chacun, mais d'établir des sous-groupes de personnes plus à risque de contracter certaines maladies ou de moins bien répondre à certaines approches thérapeutiques.»

sources de données probantes sur les interventions en santé. Résultat : seulement 24 des études recensées traitent de l'utilisation de la génomique ! Selon une enquête en ligne menée par des chercheurs de l'Université Laval, dont le professeur au Département de médecine moléculaire Jacques Simard, les deux tiers des 47 médecins de famille et des 375 médecins spécialistes du Québec interrogés n'ont pas recours aux tests pharmacogénomiques, qui cherchent à prédire comment votre génome réagit à certains médicaments. Manque d'intérêt ? Non, puisque la presque totalité d'entre eux reconnaît le lien entre les gènes, les réactions à un médicament et les maladies. Les médecins avouent plutôt être mal formés en génétique et en pharmacogénomique. Ils seraient plus enclins à faire parler l'ADN de leurs patients si la génomique se trouvait dans le guide des bonnes pratiques de leur spécialité et s'il y avait davantage de données probantes sur ses bénéfices pour mieux soigner.

Selon ce spécialiste du cancer du sein et directeur adjoint à la recherche fondamentale du Centre de recherche du CHU de Québec-Université Laval, quantité de données génétiques et de découvertes sont prêtes pour l'implantation en clinique. Il y a déjà quelques exemples de réussite. Depuis une dizaine d'années, les oncologues peuvent utiliser des tests pour tracer le profil génomique d'une tumeur afin d'ajuster les traitements. Il existe aussi des tests génétiques de prédisposition à plusieurs cancers et autres maladies.

LA PRÉVENTION PAR LES GÈNES

Cela dit, France Légaré affirme que sa médecine est déjà personnalisée. «On voit chaque patient comme un cas unique. On le traite selon ses antécédents familiaux et son mode de vie, des paramètres qui ont une grande influence sur la santé», précise-t-elle. Ainsi, une femme dont l'arbre généalogique regorge de cas de cancer du sein sera suivie de très près, dès un jeune âge. Un fumeur invétéré aura un drapeau rouge sur son dossier médical.

Dans le cas du cancer du sein, par exemple, on sait depuis la fin des années 1990 que les porteuses de mutations sur les gènes BRCA 1 et BRCA 2 sont environ 10 fois plus à risque de contracter la maladie. Une simple prise de sang permet de déceler ces femmes. Le recours à ce test de dépistage a d'ailleurs doublé lorsque l'actrice Angelina Jolie, porteuse du gène BRCA 1, a décidé de subir une double mastectomie à titre préventif.

Depuis quelques années, la science s'intéresse aussi aux variations génétiques qui altèrent le rôle de certains gènes. Dans le cadre de deux études publiées par *Nature* et *Nature Genetics* en octobre 2017, le Dr Simard et une équipe d'experts ont analysé les profils génétiques de 275 000 femmes, dont 146 000 étaient atteintes du cancer du sein. Ils ont trouvé 72 nouveaux marqueurs

en lien avec la maladie, qui s'ajoutent aux 108 déjà découverts. «Chacun de ces marqueurs fait augmenter légèrement le risque de cancer du sein, explique-t-il. Mais si une femme possède plusieurs de ces marqueurs, son risque d'avoir un cancer du sein augmente substantiellement.» En combinant la présence de ces marqueurs à d'autres facteurs de risque, comme la densité mammaire, l'âge, le système hormonal et les habitudes de vie, il est possible de déterminer le niveau de risque individuel et de prévoir un suivi adapté.

Le Dr Yves Fradet favorise la même approche pour le cancer de la prostate. Il utilise le profil génétique des patients pour cibler les variants génétiques qui mettent à risque de cancer. «Le but est d'utiliser cette information pour éviter des tests inutiles aux hommes qui présentent un faible risque et mieux cibler ceux qui ont besoin d'intervention rapide», précise-t-il. Le chercheur regarde aussi du côté de la tumeur. Il a ainsi séquencé 477 tumeurs afin d'associer certaines signatures génomiques à un risque plus élevé de récurrence et de propagation de la maladie. «Il n'y a pas un cancer de la prostate, mais plusieurs, signale Yves Fradet. Les tumeurs réagissent différemment aux thérapies comme la chirurgie ou la radiothérapie. Dans 30 % des cas, les cellules cancéreuses sont plus agressives et migrent à l'extérieur de la prostate, ce qui cause des récurrences à la suite des traitements.»

Avec Chantal Guillemette, professeure à la Faculté de pharmacie et directrice du laboratoire de pharmacogénomique, et d'autres collègues, Yves Fradet a déposé des demandes de brevet pour des tests de prédiction du risque de récurrence du cancer en faisant appel aux marqueurs génétiques découverts.

TRAITEMENTS SUR MESURE

La génomique vient également répondre au besoin criant de traitements personnalisés. Par exemple, «aussi peu que 25 % des gens répondent bien aux médicaments anticancéreux», révèle Chantal Guillemette.

Dans le cas du traitement de la dépression, plusieurs patients expérimentent de nombreux médicaments avant de trouver celui qui leur convient le mieux. De tels essais-erreurs se font à grands coups d'effets secondaires et de manque d'efficacité pour le patient, et

Témoignage

Aider les jeunes malades en contribuant à la recherche

En tant que pharmacienne clinicienne pédiatrique, Andrée Suzanne Hest (*Pharmacie 1989*) est convaincue qu'il est nécessaire



d'optimiser les médicaments anticancéreux afin d'offrir les meilleurs soins aux patients.

La diplômée, qui dirige depuis 28 ans le Department of Pharmacy du California Pacific Medical Center, à San Francisco, s'intéresse à la

médecine de précision, particulièrement à l'oncopédiatrie dont les recherches à l'Université Laval sont en partie financées par le Fonds d'enseignement et de recherche de la Faculté de pharmacie. «Je crois que nous devons investir davantage dans ce domaine. C'est pourquoi je contribue au Fonds. Il faut déployer tous les efforts pour traiter le mieux possible les cancers chez les enfants et les adolescents, qui comptent parmi les patients les plus vulnérables.»

L'éloignement géographique n'empêche pas la pharmacienne d'appuyer sa faculté depuis plus de 15 ans. Au contraire, son don, qui totalise à ce jour près de 20 000 \$, lui a valu le titre de commandeur de La Fondation de l'Université. Par son engagement, elle contribue à assurer des soins pharmacologiques de pointe, tout en démontrant à ses collègues l'excellence des travaux réalisés à l'Université Laval en interdisciplinarité, dont elle est une fervente défenderesse.

Andrée Suzanne Hest est aussi animée par un profond sentiment qui l'amène à vouloir redonner au suivant. «Je crois que nous avons tous un devoir, celui de contribuer à la cause de notre *alma mater* afin que d'autres étudiants aient la chance de réaliser leur potentiel comme nous l'avons eue avant eux. Pratiquer la pharmacie est pour moi un honneur, et la formation que j'ai reçue à l'Université Laval me donne les outils pour exercer mon métier avec compétence!»

CATHERINE GAGNÉ, La Fondation de l'Université Laval – Développement et relations avec les diplômés



Déterminer les variants génétiques qui mettent les hommes à risque de cancer de la prostate est utile pour cibler ceux qui ont besoin d'intervention rapide.

ISTOCK, JEFZSY



ISTOCK, ERSTUDIOSTOK

Pour être bénéfique, la médecine en fonction du code génétique doit être combinée à la promotion de saines habitudes de vie.

de dollars dépensés en vain pour la société. « Les tests pharmacogénomiques pourraient d'emblée éliminer les prescriptions inefficaces ou néfastes pour un individu et ainsi accélérer sa prise en charge », affirment Chantal Guillemette et sa collègue Isabelle Laverdière, également professeure à la Faculté de pharmacie.

Pour les deux chercheuses, la médecine de précision consiste à optimiser le médicament pour diminuer les effets secondaires et augmenter les bénéfiques en utilisant l'information génétique sur le patient et sa maladie. « Neuf personnes sur dix ont au moins un gène qui a le potentiel d'interagir négativement avec un médicament. Idéalement, il serait judicieux de tester génétiquement chaque patient avant de lui prescrire un traitement », mentionne Chantal Guillemette.

Plusieurs effets secondaires pourraient être évités par l'analyse des interactions entre les gènes et les médicaments.

Jusqu'à ce jour, on connaît quelque 200 médicaments sur lesquels les gènes peuvent avoir de l'influence. « La génomique est un outil de plus permettant au corps médical de trouver le meilleur médicament pour chaque individu, réitère Isabelle Laverdière. Un tiers des effets secondaires pourraient être évités par l'analyse des interactions entre les gènes et les médicaments. »

DU LABO AU PATIENT

Mais pour que ces tests pharmacogénomiques se rendent jusqu'aux médecins, puis aux patients, il faut pousser le transfert de ces technologies vers la clinique. Or, selon Jacques Simard et Yves Fradet, les compagnies pharmaceutiques s'intéressent peu à la mise en marché des tests, qui sont financièrement moins intéressants

que les médicaments. Les instances gouvernementales attendent des données probantes démontrant les bénéfices de la médecine de précision dans le contexte de notre système de santé. Plusieurs études sur les enjeux liés à l'utilisation des tests basés sur le génome – faisabilité, implantation, acceptation – sont en cours au Canada et dans le monde, mais peu au Québec. Leur coût – des dizaines de millions de dollars – limite les possibilités de subvention.

« Il faut croire en l'innovation québécoise et faire le saut, pense Yves Fradet. On pourrait être des leaders mondiaux dans ce domaine. Cette nouveauté doit être vue comme un investissement et non comme une dépense supplémentaire. » Surtout que les tests qui « interrogent » notre génome sont de moins en moins coûteux et les bénéfices sont très importants, d'ajouter Chantal Guillemette et Isabelle Laverdière.

Par ailleurs, le Dr Simard préconise d'éviter d'inonder les patients d'information génétique. Il suggère d'introduire ces données dans le dossier médical de façon ciblée. Si un médecin suspecte qu'une femme, par son historique familial, est à risque de cancer du sein, il ira scruter ses gènes sur cette question seulement.

« Il faut ensuite encadrer les gens de façon à ce qu'ils utilisent leur génétique pour se prendre en main », soutient Jacques Simard. Par exemple, une femme à haut risque de cancer du sein d'après ses gènes peut mettre les chances de son côté en surveillant sa consommation d'alcool, en faisant plus d'activité physique et en mangeant sainement. Inversement, il faut empêcher celles qui sont à faible risque d'abandonner leurs bonnes habitudes de vie.

« Pour que la médecine de précision ait du succès, il faut s'assurer que l'information génétique soit couplée à des actions et à des bénéfices pour le patient », ajoute le chercheur. Il cite l'exemple du nouveau Réseau ROSE. Créé par des chercheurs de l'Université Laval, ce réseau encadre des femmes à risque élevé de cancer du sein ou de l'ovaire. France Légaré est tout à fait d'accord. Connaître le patient sous toutes ses coutures génétiques ne change rien si cela n'améliore pas sa prise en charge. L'ADN dans le dossier médical, oui, mais pas à n'importe quel prix! ❖

NOUS PERSONNALISONS LES TRAITEMENTS DU DIABÈTE

ANDRÉ TCHERNOF

PROFESSEUR TITULAIRE ET CODIRECTEUR DE LA CHAIRE DE RECHERCHE
EN CHIRURGIE BARIATRIQUE ET MÉTABOLIQUE

André Tchernof et son équipe s'affairent à mieux comprendre les dysfonctions des tissus graisseux pour combattre l'obésité et ses conséquences. Grâce à leur projet de recherche, ils évaluent les effets de trois sortes de chirurgies bariatriques sur la rémission du diabète de type 2.

ulaval.ca/cerveaux



UNIVERSITÉ
LAVAL



Ménages à un : tendance à la hausse

Comment expliquer que le Québec compte parmi les endroits où l'on vit le plus seul sur la planète, par choix ou non ?

PAR SERGE BEAUCHER

VOILÀ 50 ANS SEULEMENT, c'eût été inimaginable : au Québec, d'après le dernier recensement de Statistique Canada (2016), le tiers des ménages sont composés d'une seule personne. Ce taux représente plus d'un million d'individus dans leur logis sans conjoint, sans enfants, sans parents, même sans colocs.

Mais les solos ne sont pas nécessairement esseulés. Cela dépend de beaucoup de choses, notamment du cycle de vie dans lequel ils se trouvent. Et puis, le ménage à un a plusieurs visages. Mais d'où vient le phénomène ? A-t-il des conséquences sur notre société, sur nos relations ? Le Québec fait-il bande à part dans cette situation ?

UN PHÉNOMÈNE OCCIDENTAL

Le Québec est la province canadienne qui, proportionnellement à sa population, héberge le plus grand nombre de ménages d'une seule personne : 33,3 % comparativement à 28,2 % pour l'ensemble du Canada ; des femmes (près de 54 %) et des personnes âgées en plus grand nombre. Le Yukon suit de près avec 32,2 %, l'Ontario est en deçà de la moyenne (25,9 %) et la Colombie-Britannique, un poil au-dessus (28,8 %). Depuis la création du Canada, en 1867, jamais autant de personnes n'ont vécu seules chez elles. Et leur nombre a plus que doublé depuis 1981. Pour la première fois, les ménages formés d'une seule personne sont les plus répandus.

Qu'en est-il ailleurs dans le monde ? La situation du Québec se compare à celle de la France. Les États-Unis et le Royaume-Uni présentent à peu près les mêmes chiffres que le Canada, et l'Allemagne figure en haut de la liste avec 41,4 % de ménages d'une seule personne. En fait, il s'agit d'une tendance partout en Occident, donc « là où les conditions économiques et sociales le

permettent », observe Madeleine Pastinelli, professeure au Département de sociologie et directrice du Centre de recherche Cultures – Arts – Sociétés (CELAT).

L'amélioration des conditions économiques depuis la seconde moitié du XX^e siècle a en effet été un facteur déterminant dans la progression du phénomène. L'arrivée des femmes sur le marché du travail, l'augmentation des revenus et le filet social tissé dans les pays industrialisés ont procuré une plus grande autonomie financière à d'innombrables personnes. Sans compter que les gains à la vie en couple ont diminué considérablement avec le temps, analyse Bernard Fortin, professeur au Département d'économique. « La spécialisation des tâches dans le ménage – homme pourvoyeur et femme à la maison – faisait en sorte qu'il y avait auparavant beaucoup plus d'avantages à vivre à deux », explique-t-il. Des avantages réduits entre autres par

la diminution de l'écart des salaires hommes-femmes et celle de la taille des familles.

CHANGEMENT DE MŒURS

L'autre facteur déterminant, c'est la transformation des valeurs que les conditions économiques ont permise et, avec elle, la montée de l'individualisme. Auparavant, l'unité de base de la société était la famille, explique Madeleine Pastinelli : « L'individu se définissait à l'intérieur du clan familial, mais l'autonomie financière accrue lui a permis de s'en détacher. Graduellement, l'unité de base de l'organisation des rapports sociaux est devenue l'individu. La responsabilité, la réussite, le bonheur, tout cela se vit et se pense maintenant à l'échelle individuelle. »

L'amélioration des conditions économiques est un facteur déterminant de l'augmentation de la vie en solo.

Est-ce à dire que les Québécois sont plus individualistes que les autres Canadiens, considérant leur suprématie au pays en matière de ménages solos ? C'est sûr qu'il y a des différences culturelles, croit la directrice du CELAT. « Ils sont peut-être plus attachés à leur autonomie individuelle. Moins conservateurs ? Je n'en suis pas sûre. »

> Le mode de vie solo n'est pas toujours le résultat d'un choix, mais les solos ne sont pas nécessairement esseulés.

On pourrait avancer toutes sortes d'hypothèses. Chose certaine, la montée de l'individualisme est réelle partout dans le monde occidental et elle progresse partout dans la même direction.»

Partout, certes, mais le plus grand nombre de ménages d'une seule personne qui résulte de cette montée de l'individualisme n'est-il pas un phénomène essentiellement urbain? De moins en moins, répond Mme Pastinelli: «L'évolution des marqueurs montre que la tendance est toujours plus forte en ville, mais les ménages solos se multiplient à la campagne aussi.»

De fait, si les ménages d'une personne ne se concentrent plus uniquement dans les centres-villes, ils restent tout même plus présents dans les secteurs centraux ainsi que dans les banlieues proches, et davantage dans les secteurs d'immeubles résidentiels que de maisons unifamiliales, selon Dominique Morin, également professeur au Département de sociologie. D'ailleurs, les frontières entre l'urbain, le rural et la banlieue sont devenues très floues, remarque-t-il.

De son côté, Diane Parent, professeure retraitée de la Faculté des sciences de l'agriculture et de l'alimentation, précise que les ménages solos ne sont pas très courants chez les agriculteurs, mais que «les personnes qui vivent de l'agriculture, au Québec, ne comptent plus que pour 6 % de la population rurale.»



TRAJECTOIRE DE VIE

En fait, la vie en solo est une question de trajectoire, de cycle de vie, explique Dominique Morin. Avant 20 ans, la plupart des jeunes vivent chez leurs parents. Puis, jusqu'à 24 ans, ils sont de plus en plus nombreux à prendre leur envol pour s'établir seuls. Entre 25 et 29 ans, la proportion de ménages solos atteint un premier pic (environ 15 % de tous les ménages). C'est la période où se manifeste fortement la figure glorifiée du ménage d'une personne, raconte Bernard Fortin: le jeune célibataire, indépendant, disponible professionnellement, ouvert à toutes les aventures parce que sans attaches. «Mais l'autre figure existe aussi, à la fois dans la réalité et dans l'imaginaire collectif.» Celle de l'indigence dans un logement précaire, avec revenus modestes, consommation restreinte et incapacité à réaliser ses projets et ses rêves, dont celui de la vie à deux.

Le mode de vie solo n'est donc pas toujours le résultat d'un choix. Et même la plupart de ceux qui «l'ont facile» rêvent de vie de couple, témoigne Madeleine Pastinelli: «Quand on rencontre des célibataires, ce dont ils nous parlent, c'est d'amour, de conjoint, d'enfants.» Et de fait, poursuit Bernard Morin, au stade suivant, chez les plus de 30 ans, la proportion de ménages d'une seule personne diminue. Les gens s'unissent, ont des enfants et, souvent, déménagent dans une maison en banlieue.

DES UNIONS QUI SE DÉFONT

Puis, des unions commencent à se défaire (un mariage sur deux se solde aujourd'hui par un divorce), et les enfants s'émancipent. De sorte qu'à partir de 45 ans, la proportion des ménages d'une personne ne cessera d'augmenter jusqu'à l'âge de 85 ans, après quoi la vie en habitation collective (résidences et foyers) deviendra majoritaire. «Autrement dit, à partir d'un certain âge, plus on vieillit, plus la vie en solo devient probable», traduit M. Morin.

Au début de cette séquence, après la séparation, plus d'hommes que de femmes vivent seuls, car c'est plus souvent la mère qui a la garde des enfants. Passé 55 ans, la tendance s'inverse. Les enfants partis, madame se retrouve seule à son tour tandis que monsieur s'est (plus facilement) remis en couple, généralement avec une conjointe plus jeune que lui. Une bonne part de ces femmes deviendront veuves ou vivront autonomes plus longtemps que leur conjoint plus âgé qui, lui, passera en ménage collectif.

C'est donc chez les 55 ans et plus qu'on trouve la majorité des ménages d'une personne (point culminant entre 80 et 84 ans), et ces ménages sont majoritairement composés d'une femme. Chez les 75 à 84 ans, 2 fois plus de femmes que d'hommes vivent seules. Mais cela ne signifie pas que toutes ces personnes sont isolées, précise Bernard Morin: «Plusieurs sont entourées

Selon Madeleine Pastinelli, vivre seul est une tendance qui s'observe partout en Occident.

d'amis et de membres de la famille, et restent très actives dans la société. Encore là, les deux cas de figure existent.»

PAS SANS CONSÉQUENCES

Y a-t-il des conséquences à cette forte présence de ménages solos dans notre société? Sur le plan économique, le marché immobilier a déjà commencé à se transformer. « On observe une demande plus forte pour des logements, surtout de petite taille et en particulier dans les grandes villes », note Marion Goussé, professeure au Département d'économique. On peut prévoir une baisse des prix des maisons unifamiliales à mesure qu'elles seront délaissées au profit des condos et des appartements, ajoute Bernard Fortin. « Peut-être alors que l'achat d'une maison ne pourra plus être considéré comme un investissement qui rapporte. En même temps, l'accès à la propriété unifamiliale s'en trouvera possiblement facilité. »

Des changements se produisent également dans le commerce de détail. Le panier d'épicerie des solos n'est pas le même que celui des familles. « Les profils de consommation différents », dit Marion Goussé. Il existe donc certainement des effets sur la demande de produits, concernant leur format par exemple. Et comme le fait remarquer Madeleine Pastinelli, l'entreprise privée s'adapte en offrant de plus en plus de services aux personnes seules : maisons de convalescence, garde d'animaux... Par ailleurs, Mme Goussé note que le coût de la vie est beaucoup plus élevé pour une personne seule que pour un ménage familial, qui profite d'économies d'échelle sur le loyer, l'électricité et la nourriture.

Quant à savoir si l'augmentation des ménages solos modifie les rapports sociaux, Mme Pastinelli considère que, si modification il y a, cela tient davantage de la montée de l'individualisme, dont le mode de vie en solitaire n'est qu'un effet : « Certes, ça change bien des choses quand on se voit comme un électron libre plutôt que comme membre d'un couple ou d'une famille. » Mais l'effet global sur le vivre-ensemble demeure selon elle, à explorer. Cela dit, les dispositifs de communication et la façon dont on les utilise sont désormais

complètement individualisés, et ce, même dans les familles, où l'on compte parfois plusieurs écrans et où chaque personne possède son propre téléphone. Pour ceux et celles qui vivent seuls, les médias électroniques sont certainement un avantage. Ce sont des facilitateurs de communication. Là-dessus, Diane Parent renchérit : « Beaucoup de jeunes agriculteurs qui vivent seuls se sentent très isolés; pour eux, une chance que les médias sociaux existent ! »



Au Québec, on assiste à une demande accrue pour les condos et les appartements de petite taille.

D'impensable il y a 50 ans, le mode d'habitation en solo est-il désormais installé à demeure? « Tout indique que la montée de l'individualisme ne va pas s'arrêter, ni sa manifestation, l'habitation en solitaire. C'est une tendance lourde et je ne vois pas comment la situation pourrait s'inverser en quelques décennies », fait valoir Madeleine Pastinelli. Par contre, l'organisation sociale continue de se transformer. Émergent en parallèle de nouveaux phénomènes comme les couples non cohabitants, la copropriété amicale, la colocation chez les personnes âgées... « Il faut donc s'attendre à voir se développer de nouvelles manières d'habiter », prédit la directrice du CELAT. ❖



Chez les agriculteurs

C'est peut-être chez les agriculteurs que le mode solo se vit le plus difficilement. Les ménages d'une personne sont rares dans ce milieu (moins de 20 % des jeunes de la relève), mais un grand nombre de ceux qui le vivent sont désespérément à la recherche d'un conjoint ou d'une conjointe, selon Diane Parent, nouvelle retraitée de la Faculté des sciences de l'agriculture et de l'alimenta-

tion et auteure d'une étude sur l'isolement des jeunes agriculteurs. « Pour eux, dit-elle, partager une vie familiale est d'autant plus un objectif que, dans ce métier qui les rend captifs, le travail est indissociable du reste de la vie. Certains se sentent isolés au point de songer à quitter l'agriculture. » Quant aux plus âgés qui perdent leur partenaire, l'attachement à la ferme va souvent les retenir à la maison, même s'ils doivent désormais y vivre seuls.

La vie en solo selon trois diplômés

La Fondation de l'Université Laval – Développement et relations avec les diplômés, par MÉLANIE LAROUCHE

Malte : île de colocation



Nicolas Cimon
(Droit 1993;
Administration
1994 et 1995) a
débuté sa carrière
comme avocat
en droit boursier
au sein du cabinet

Ogilvy Renault, à Montréal. Puis, après avoir été recruté dans des cabinets londoniens et parisiens, il a lancé sa propre société de conseil en recrutement juridique et financier, Cross Border Consulting, qui exploite des bureaux à Londres et à Malte. L'habitation en solo, il la vit personnellement dans ces deux endroits, au rythme des lieux et à la mode locale.

Malte, par exemple, présente des mœurs en solo particulièrement intéressantes par leur adaptation à la nouvelle réalité économique qui caractérise l'île depuis quelques années. « Malte est une petite île en plein centre de la Méditerranée qui connaît le taux de croissance économique le plus élevé d'Europe, indique le diplômé, qui y habite à l'ouest, dans la petite ville de Saint Julian's. Les industries des jeux vidéo, de la finance et des cryptomonnaies ont fait exploser l'afflux de travailleurs qualifiés sur l'île. La plupart de ces professionnels arrivent en solo et vivent en colocation, principalement en raison de la rareté des appartements de petite taille. Les différents réseaux étant très actifs dans cette région, ils permettent non seulement aux solos, mais à tous les expatriés, de s'intégrer rapidement. Cela fait de Malte une banlieue des capitales européennes. » Quant à ces capitales, elles sont habitées en solo par les professionnels mentionnés qui, grâce à leur rémunération, sont en mesure d'y assumer le coût élevé de la vie.

Arabie saoudite : urbanisation et solitude



C'est sa carrière qui a mené **Refaat Mahfoudhi** (*Génie électrique 1991*) jusqu'en Arabie saoudite où il vit depuis 2000. Il habite dans la ville de Dhahran où il travaille pour Saudi Aramco, la plus grande compagnie de pétrole au monde, en tant qu'ingénieur spécialiste dans la production électrique, la cogénération et l'efficacité énergétique. « Le mode d'habitation des gens en Arabie saoudite subit une mutation énorme en raison de l'industrialisation récente du pays, explique-t-il. Les centres

urbains s'étalent, peuplés par les habitants venant de villes et villages lointains. Bien que les liens familiaux y soient encore solides, les effets de l'urbanisation se font sentir et on trouve de plus en plus de gens vivant seuls. »

Au cours des dernières années, le diplômé a pu constater que l'âge du mariage se trouve retardé et que des célibataires quittent le foyer familial pour s'installer et travailler dans les grandes villes. « Malgré cette tendance, dit-il, je crois que les gens valorisent encore les liens familiaux. Les traditions sociales et religieuses sont fortement enracinées dans la culture du pays. » Selon Refaat Mahfoudhi, le mode de vie solo découle des nouvelles contraintes et réalités de l'ère industrielle moderne. « En tant que père de famille, je vis cette situation de près avec mes enfants éparpillés à différents endroits, confie-t-il. Les parcours scolaire et universitaire, en plus du cheminement de carrière, amènent à faire des choix qui diversifient l'habitat et les lieux de résidence. Un effet de cette diversité est l'exposition à un multiculturalisme pour lequel plusieurs personnes ne sont pas vraiment préparées. Toutefois, le fait de voyager et de vivre parfois seul nous prépare à cette nouvelle réalité où les distances n'ont plus la même signification. »

Sénégal : rare, la vie en solo



Au Sénégal, habiter en solo s'avère plutôt rare. Les gens vivent habituellement en famille élargie, un foyer réunissant régulièrement deux ou trois générations sous un même toit. Résidant à Dakar, **Mamadou Coulibaly** (*Service social 1991 et 1997*) raconte que les gens qui vivent seuls au Sénégal sont généralement des locataires qui, pour des raisons professionnelles, sont obligés de loger hors de leur localité d'origine. « Quant aux personnes âgées, elles ne vivent jamais

seules. Elles sont toujours prises en charge dans les familles d'origine ou chez leurs enfants. »

Le diplômé a travaillé comme conseiller technique au ministère du Développement social du Sénégal. Il a été un agent de la fonction publique jusqu'à sa retraite. Aujourd'hui, ce père et grand-père agit comme chargé de cours spécialisé et directeur de mémoire à l'École nationale des travailleurs sociaux. « En milieu urbain, les enfants mariés qui en ont les moyens financiers quittent le domicile familial pour s'installer en couple dans leur propre maison, raconte-t-il. Toutefois, le lien est maintenu avec les membres demeurant dans la famille d'origine, communément appelée "keur goumack", ce qui signifie "la grande maison". » Cela dit, compte tenu de la promiscuité qu'on note au sein de plusieurs grandes familles, le fait que certains jeunes couples aménagent en dehors de la concession familiale semble tout à fait compréhensible, aux yeux de Mamadou Coulibaly.

Catherine Bégin

Miroir, miroir, suis-je le plus musclé ?

L'obsession de l'image corporelle parfaite se conjugue souvent au féminin. Et si cette pression touchait aussi les hommes ?

PROPOS RECUEILLIS PAR MÉLANIE LAROUCHE

LE CINÉMA, les médias, même les figurines jouets valorisent une morphologie masculine irréprochable et une musculature fortement développée. Devant ce puissant message envoyé aux hommes, force est d'admettre que la pression pour se conformer à un corps idéal n'est pas l'apanage des femmes. Professeure titulaire à l'École de psychologie, Catherine Bégin s'intéresse à ce phénomène et en explore les répercussions dans ses travaux de recherche.

LES HOMMES SONT-ILS TOUCHÉS COMME LES FEMMES PAR LA PRESSION SOCIALE LIÉE À L'IMAGE CORPORELLE ?

Traditionnellement, le souci de l'image corporelle est associé à la femme. Par contre, depuis les dernières ►



THINKSTOCK, DARRIN KLIMEK

La valorisation des corps parfaits touche aussi les hommes, et tous sont atteints par cette pression sociale à différents degrés.

décennies, il inclut aussi les hommes. Nous avons vu s'instaurer tranquillement des images fortes de corps très esthétiques d'hommes au torse dénudé, épilé et très musclé, dans les publicités, les magazines. Le message a pris beaucoup d'ampleur au fil des années et génère une pression importante sur les hommes, les jeunes en particulier. Et ce phénomène n'est pas une question d'orientation sexuelle. Tous sont atteints par cette pression à différents degrés.

LES MÉDIAS SOCIAUX JOUENT-ILS UN RÔLE?

La grande influence qu'ont le Web et toutes les plateformes de communication sur nos vies en général s'exerce aussi dans les troubles de l'image corporelle chez l'homme. Les messages véhiculés sont souvent porteurs d'une forte pression sociale, l'exposition des corps parfaits étant très valorisée. Ceux qui s'exhibent le plus sont aussi les plus avantagés physiquement. Les autres s'abstiennent ou se modèrent, ce qui biaise grandement la réalité. Qui plus est, les photos de corps parfaits ne montrent qu'un résultat et ne disent rien des dessous de cette apparente perfection.

CE SOUCI DE L'IMAGE SE VIT-IL DE LA MÊME MANIÈRE CHEZ LES HOMMES ET LES FEMMES?

Non, c'est vécu différemment. Alors que, pour les femmes, il est davantage question de minceur, chez les hommes, la pression de l'image concerne beaucoup la musculature. C'est évidemment la recherche de valorisation, d'estime de soi, la volonté d'être à la hauteur des normes sociales qui motivent les efforts des hommes en quête d'une image corporelle parfaite. Et c'est la musculature qui est le critère le plus important pour eux : elle témoigne de leur force et de leur volonté. Ils veulent un corps sans masse grasse et bien découpé en muscles. À cela s'ajoutent d'autres efforts esthétiques leur permettant de se distinguer, comme l'épilation, les tatouages et les perçages. Toute une industrie s'est développée sur la base de l'image corporelle masculine ! L'offre de produits d'hygiène corporelle dédiés aux hommes a explosé au cours des dernières années.

À QUOI ATTRIBUER LA MONTÉE DE CETTE NORME SOCIALE?

Les hommes n'ont jamais totalement échappé à la pression de l'image. Ils se sont toujours souciés de bien paraître, mais leurs critères et leurs priorités ont changé. Autrefois, la tenue vestimentaire témoignait d'un certain statut, d'une image du succès qu'il était très important de mettre en valeur. Les hommes en tiraient une grande fierté. Puis, au cours des dernières années, des changements sociaux ont entraîné, entre autres, une plus grande égalité des sexes. L'homme autoritaire, pourvoyeur et chef de famille s'est transformé en homme « moderne », plus souple, plus impliqué auprès des enfants et dans les tâches domestiques. Désormais, les activités attirées autrefois aux femmes sont partagées : l'homme va à la garderie et borde les enfants, il fait du ménage et prépare les repas. Et comme la femme, il prend soin de sa personne, s'entraîne, se soucie de son alimentation et de son apparence. Or, c'est



Catherine Bégin croit que les troubles de l'image corporelle chez les hommes devraient être davantage étudiés.

par la musculature que plusieurs hommes ont trouvé le moyen d'exprimer leur virilité. C'est probablement l'explication la plus significative de cette tendance, mais il y en a d'autres.

COMMENT SE TRADUIT CETTE PRESSION DANS LE COMPORTEMENT DES HOMMES?

Pour les hommes comme pour les femmes, la morphologie du corps ne permet pas toujours d'atteindre l'idéal désiré. Il y a des hommes qui arrivent à développer un taux élevé de musculature, sans toutefois en être totalement satisfaits. Mais il y a aussi tous ceux qui échouent malgré leurs efforts. Leur recherche du corps parfait entraîne parfois des excès, voire une obsession. Les hommes qui en viennent à cet extrême mettent des choses importantes de côté, comme leur vie amoureuse. Cette quête a des conséquences aux plans relationnel et social, au plan professionnel aussi dans certains cas, puisque leur routine rigoureuse d'entraînement et leur alimentation très stricte accaparent beaucoup de leur temps et de leur attention. Ils s'y consacrent avec une volonté inébranlable. Et les résultats ne sont jamais suffisants ; ils en veulent toujours plus ! Plus de muscles, moins de graisse, le miroir ne semble jamais pouvoir les satisfaire.

TOUT CELA A-T-IL DES CONSÉQUENCES SUR LEUR SANTÉ ?

Ces hommes en sont très affectés, ils se retrouvent dans une situation de grande anxiété, vivent une pression de la performance disproportionnée. Certains ressentent de la honte et leur estime d'eux-mêmes est à son plus bas. Des troubles dépressifs en découlent parfois. D'autres troubles comme la dysmorphie musculaire et la bigorexie peuvent aussi s'installer. À l'instar de l'anorexie, la dysmorphie musculaire entraîne une perception erronée de son aspect physique : l'homme se voit alors trop gras et peu musclé, alors que la réalité est tout autre. Quant à la bigorexie, elle consiste en une dépendance à la pratique des sports.

CES EFFETS NÉFASTES SONT-ILS TROP PEU CONNUS ?

Malheureusement, oui. Chez les femmes, la maigreur extrême est un bon indicateur d'un trouble de l'image corporelle. Mais chez les hommes, les problèmes sont beaucoup moins détectés, puisque les efforts excessifs entraînent souvent, au premier abord, un résultat physique intéressant, bien qu'il cache un problème important. Les hommes qui souffrent de dysmorphie musculaire ou de bigorexie ne voient pas leur situation comme étant néfaste pour leur santé. Au contraire, ils tirent de l'obsession portée à leur corps un sentiment gonflé d'estime d'eux-mêmes, une grande fierté, puisqu'ils attirent les regards et les compliments. Cette forme de déni n'aide pas à déceler ce trouble. Le problème est renforcé par le fait que ces hommes sont généralement incapables d'en parler, de s'ouvrir sur leurs préoccupations et leurs craintes. Il devient alors très difficile d'intervenir auprès d'eux.

QUELLES SONT LES PISTES POUR MIEUX Y ARRIVER ?

L'importance de l'image corporelle chez l'homme est plus étudiée qu'auparavant, mais pas suffisamment. Les chercheurs font face à un problème de taille, celui de travailler avec une clientèle qui n'est pas facile d'accès et pas vraiment consciente du trouble de santé que présente son comportement. Or, il ressort de la littérature actuelle que, poussée à l'extrême, cette problématique s'apparente à l'anorexie mentale, pathologique. Par nos recherches, nous voulons mieux rejoindre ces hommes dont le corps et la tête sont épuisés par cette quête de l'idéal.

FAUT-IL PRÉVOIR PLUS DE SENSIBILISATION ?

Des projets ont vu le jour à ce chapitre dans les écoles secondaires. Au collégial et à l'université, il est déjà tard pour intervenir, la pression sociale ayant fait son œuvre. Dans la population en général, il est important que tous comprennent que les problèmes liés à l'image corporelle ne concernent pas que les femmes en quête d'un corps parfait. Ces troubles affectent les deux sexes,

et les plus jeunes sont évidemment les plus vulnérables en raison de leur niveau de maturité et de la forte exposition aux messages véhiculant un modèle unique de corps parfait. Ces messages sont très difficiles à comprendre pour eux, car ils mettent en cause des images de corps minces et musclés associés à la bonne santé, ce qui n'est pas tout à fait vrai. Il y a là une forme de cercle vicieux puisque certains, pensant bien faire, vont à l'encontre de l'objectif santé poursuivi en croyant pourtant être sur la bonne voie. Les chercheurs sont confrontés à la difficulté de développer un message clair et cohérent entre l'idée de soigner sa santé par l'exercice et la forme physique, en lien avec la lutte contre l'obésité, et la volonté de valoriser la diversité des corps.

QUELLE APPROCHE PRIVILÉGIER POUR RELEVER CE DÉFI ?

Il faut miser sur l'importance d'éviter les extrêmes en tablant sur la modération, et rappeler aux gens d'être à l'écoute de leur corps, de bien interpréter les signes qu'ils en reçoivent. Actuellement, il est difficile pour tout le monde d'être en paix et en harmonie avec son image corporelle et sa relation avec la nourriture.



Pour certains hommes, l'obsession portée à leur corps les place dans une situation de grande anxiété.

Entre le « ni trop gros ni trop mince », les interprétations laissent peu de place à la nuance. Tout le monde cherche à se sentir mieux et valorisé, mais à quel prix ? Dans plusieurs publicités sociales, on a vu des avancées intéressantes du côté de la diversité morphologique, mais ces avancées concernent surtout les femmes. Des deux côtés, les modèles sont beaucoup trop parfaits et inatteignables, ils exigent trop de sacrifices. Peu y arrivent. Quelqu'un peut avoir un léger surplus de poids bien qu'il s'entraîne et fasse attention à son alimentation. La nature est ainsi faite ! Bref, il nous faut travailler à valoriser autre chose que l'esthétisme dans nos messages de santé. ■



Cinq pistes pour guider les ados sur le Web

Comment les parents peuvent favoriser une saine utilisation d'Internet.

PAR MÉLANIE DARVEAU

LE WEB EST PARTOUT, les échanges sur les réseaux sociaux sont quotidiens et les plateformes pour y accéder se multiplient. Dans ce contexte, il est normal que les parents d'adolescents se questionnent sur l'utilisation que font leurs enfants d'Internet et des autres médias électroniques. Doivent-ils limiter le temps que ceux-ci passent devant des écrans? Devenir leur ami sur Facebook? Leur interdire d'utiliser l'ordinateur ou le téléphone dans la chambre? Richard Bélanger, clinicien-chercheur et professeur au Département de pédiatrie nuance les discours et énonce cinq lignes directrices à suivre avec les adolescents afin de les guider dans les méandres du Web et leur permettre de tirer avantage de l'utilisation qu'ils en font plutôt que d'en courir les risques.

Un S'intéresser aux outils de communication et en faire usage

Être exposé aux mêmes contenus que son enfant aide à mieux comprendre la réalité de ce dernier et à partager ses intérêts. Utiliser les différentes applications et visiter les sites dont les jeunes sont friands (Facebook, Snapchat, etc.) permet de moduler les inquiétudes, s'il y a lieu, et ouvre la porte à la discussion. Attention ! Il ne s'agit pas de surveiller ou d'espionner ses enfants, mais bien de s'intéresser à l'univers qu'ils fréquentent. Par exemple, il n'est pas nécessaire d'être « ami Facebook » avec eux, mais bien de connaître le fonctionnement de cette plateforme afin de pouvoir les conseiller ou intervenir en cas de besoin.

Deux Discuter

Grâce au Web, les jeunes sont beaucoup plus conscients des réalités et des enjeux mondiaux. Ils ont toutefois besoin d'apprendre à séparer le bon grain de l'ivraie quant à l'information qu'ils y trouvent. Pour ce faire, la communication reste la clé : les parents doivent discuter avec leurs adolescents du contenu des sites, de leurs valeurs, de leurs craintes. Prévoir des périodes communes d'utilisation des médias, autant Internet que la télé, permet de susciter des discussions et d'avoir un regard commun sur le monde. Il importe également d'amener les adolescents à développer leur esprit critique quant aux médias et à ce qu'ils diffusent, particulièrement par rapport aux nouvelles. Il faut aussi se rappeler que le Web regorge de sites fiables, dont certains s'adressent aux adolescents.

Trois Prévoir du temps sans écrans

Il importe de se réserver quotidiennement des moments sans écrans, tant pour les jeunes que pour leurs parents. Deux périodes sont à privilégier : les repas et l'heure qui précède celle d'aller au lit. Les repas en famille devraient être l'occasion d'échanger, de faire un retour sur la journée de chacun, de souligner les réussites, de prodiguer aide et conseils. *Exit*, donc, cellulaires et télévisions ! Il est également recommandé de ne pas regarder d'écrans de 30 à 60 minutes avant le coucher, question de ne pas nuire à la qualité du sommeil. Les études à ce propos sont légions, et leurs résultats bien connus. Ce moment doit être consacré à la pratique d'une activité calme, comme la lecture.



ISTOCK, AIMSTOCK

Quatre Faire confiance

Alors que des recommandations claires d'utilisation des écrans ont été émises par des directions de santé publique pour les jeunes enfants, il est plus difficile d'en déterminer pour les adolescents. Avec les travaux scolaires, les réseaux sociaux et les jeux en ligne, leur recours au Web est fréquent. Ainsi, si un adolescent est en mesure de remplir ses obligations (études, tâches ménagères, mais également repos) et que d'autres activités l'intéressent (sport, sorties), il n'y a aucune restriction à une utilisation quotidienne d'Internet. Avec la multiplication des plateformes portatives, il est également moins aisé de limiter leur usage seulement aux espaces communs. Considérant que, à l'adolescence, les jeunes ont besoin de zones d'intimité et de marques de confiance, on peut les laisser naviguer sur le Web à l'abri des regards. Les parents doivent leur mentionner qu'ils sont présents pour eux s'ils vivent ou voient des choses difficiles ou s'ils se questionnent sur quelque sujet que ce soit, et rester vigilants si leurs adolescents s'isolent de plus en plus avec leurs écrans.

Cinq Donner l'exemple

Être un bon modèle demeure pour les parents la meilleure façon d'inciter leurs enfants à utiliser de manière appropriée Internet et les médias électroniques. On apprend par mimétisme, même à l'adolescence ! Un parent qui respecte les lignes de conduite qu'il édicte par rapport à l'utilisation du numérique, particulièrement en ce qui a trait aux temps sans écrans, incite ses enfants à faire de même. Aussi, verbaliser son appréciation de certains sites et ses réserves par rapport à d'autres favorise le développement de l'esprit critique de ses adolescents. Être ouvert à la discussion et disponible démontrera finalement au jeune que ses parents sont présents pour répondre à ses questions ou l'aider, le cas échéant.



THINKSTOCK, YALANA

En un éclair

Épauler des champions

La Fondation de l'Université Laval encourage les initiatives étudiantes par son Programme de soutien aux activités du milieu.

En 2016-2017, 53 projets

ont été financés, dont celui de l'équipe ULtrac. Depuis 1999, la vingtaine d'étudiants qui la composent, inscrits principalement en génie agroenvironnemental et en agronomie, ont pour objectif de créer et de fabriquer le minitracteur de tire le plus efficace, pour un coût minimal de production. Le résultat de leur travail les amène à participer annuellement à une compétition interuniversitaire nord-américaine où ils se sont taillé une place d'honneur ces dernières années.

Former de meilleurs humains

Gérard-B. Martin a travaillé à l'Université Laval durant plus de 35 ans comme professeur, directeur de département, vice-doyen et doyen de la Faculté des

sciences de l'agriculture et de l'alimentation (FSAA). À 87 ans, il cultive toujours sa passion pour l'enseignement. Afin de participer d'une nouvelle manière à l'industrie agroalimentaire, il a créé le Fonds Gérard-B.-Martin. Celui-ci vise à soutenir le développement de la culture générale et des qualités humaines chez les étudiants de premier cycle de la FSAA. Ses donateurs contribueront à former une relève mieux outillée pour se démarquer dans ce secteur en pleine évolution.

L'instant présent au monastère

Le 14 octobre dernier, une soixantaine de membres du Club des diplômés de l'Université Laval à Québec ont vécu un moment ressourçant au Monastère

des Augustines. Les participants ont profité de la visite de ce havre de culture et de mieux-être pour découvrir diverses salles d'exposition, une chambre-musée ainsi que les voûtes datant de 1695, site du tout premier hôpital en Amérique du Nord. Leur expérience a été agrémentée d'un repas santé fondé sur les principes de l'alimentation consciente. Ce concept s'inscrit dans l'approche en santé globale alliant corps, mental, émotions et spiritualité, qui détermine la nouvelle mission des lieux.

Des rencontres marquantes

Depuis quelque temps, la Fondation multiplie les possibilités d'échanges entre les étudiants et ceux qui, par leur don, appuient l'enseignement supérieur.

Que se passe-t-il quand un boursier rencontre son donateur? Pour le premier, il s'agit d'une chance unique de comprendre davantage les motivations de son donateur et de le remercier. Pour le philanthrope, c'est une occasion de connaître celui ou celle qu'il soutient, d'en apprendre sur ses rêves et sur ses ambitions. Il en résulte des moments empreints d'émotion et significatifs pour chacun.



JEAN RODIER

Un don pour la relève en sciences

Grâce à un montant de 1,2 M\$ reçu d'EXFO et de son fondateur, Germain Lamonde (*Physique 1989*), la Faculté des sciences et de génie (FSG) concrétisera divers projets. D'abord, acheter de l'équipement de pointe, notamment pour les laboratoires d'enseignement du Département de physique, de génie physique et d'optique qui profite d'une vaste cure de rajeunissement au pavillon Alexandre-Vachon. Également, bonifier l'offre de bourses pour les études aux cycles supérieurs en génie électrique, en génie logiciel et en informatique. Enfin, le programme Eggenius, un incubateur technologique créé par la FSG pour susciter l'entrepreneuriat en sciences et en ingénierie et cultiver l'innovation, bénéficiera aussi d'un appui financier.

Pour souligner le don d'EXFO et de Germain Lamonde, une salle située dans le pavillon Adrien-Pouliot a été désignée du nom d'EXFO-Lamonde. Ce lieu est fréquenté par l'ensemble des étudiants inscrits dans des programmes de génie. Le dévoilement de la plaque toponymique a eu lieu en octobre dernier.

Passionnés des livres



ISTOCK, MOTIZOVA

Avec le Club de lecture des diplômés, les férus de bouquins se rassemblent pour des discussions animées autour d'œuvres choisies: en octobre 2017, c'est le roman noir, inspiré par *L'Halloween*, qui a été exploré alors qu'en janvier, c'est la thématique de la neige qui a guidé les échanges.

Le Club de lecture, c'est aussi d'autres activités liées à cette passion. À titre d'exemple, en septembre dernier, un atelier a permis aux participants de rencontrer Antoine Tanguay, le fondateur des Éditions Alto. Celui-ci a répondu à leurs questions sur le monde fascinant du milieu littéraire: choix des ouvrages, relations avec les auteurs et, bien sûr, lectures incontournables.

Se réunir pour le plaisir et pour la mémoire

Des diplômés en médecine profitent des Retrouvailles 2017 pour lancer une bourse créée en l'honneur d'un de leurs confrères.

De retour chaque automne, le Week-end des diplômés marque le plaisir de se retrouver entre anciens collègues de classe et est souvent ponctué de moments touchants. L'édition 2017 n'a pas fait exception.

Tenu le 21 octobre dernier et organisé par La Fondation de l'Université Laval, l'événement soulignait notamment le 50^e anniversaire de promotion des diplômés, toutes facultés confondues.

La Faculté de médecine et sa cohorte de finissants de l'année 1967 ont profité de l'occasion pour rendre un vibrant hommage à Cajetan Gauthier Jr, ancien responsable de cette promotion, décédé en 2014, et pour souligner son implication remarquable auprès des siens. Comment? En dévoilant la création d'une bourse à son nom, dont le but est de soutenir un étudiant en gynécologie-obstétrique. Cajetan Gauthier pratiquait lui-même cette spécialité.

DE BONS SOUVENIRS

Ceux et celles qui ont côtoyé Cajetan Gauthier évoquent le souvenir d'une personne fort agréable et qui avait le don de rassembler les gens. «Cajetan était aimé de tous, car toujours souriant et extrêmement sympathique, raconte André Martel, son ancien comparse, diplômé de la même promotion. Il était aussi très présent et dévoué à notre cohorte, non seulement en tant que président de classe durant nos études, mais pendant les cinq décennies qui ont suivi. Ayant moi-même été vice-président de classe durant l'année 1966, je vois mon implication auprès de notre promotion comme une continuité, un devoir de mémoire envers cet homme d'exception.»

André Martel a joué un rôle important dans la mise sur pied de la bourse Cajetan-Gauthier-Jr. «Lorsque l'Université m'a annoncé l'idée de créer une bourse en l'honneur de mon confrère, j'ai été très enthousiaste. J'espère que les dons reçus serviront de tremplin pour que d'autres diplômés se sentent interpellés et posent un geste de soutien à leur faculté afin de pérenniser ce fonds de bourse», confie M. Martel. Ses démarches auprès de ses anciens collègues de classe et la générosité de plusieurs membres

de la promotion 1967 en médecine ont permis d'amasser près de 8000 \$.

Quant à André Martel, il soutient lui-même l'Université Laval depuis 46 ans. Pourquoi un tel engagement philanthropique? Parce que, selon lui, l'éducation représente la base d'une société et devrait donc en être la priorité. «Soutenir mon *alma mater* va de soi. Mon sentiment d'appartenance et ma reconnaissance se manifestent non seulement sur le plan personnel, mais aussi sur le plan de la communauté. Mon université m'a permis d'exercer la pro-



Les diplômés de la promotion 1967 en médecine se sont réunis à l'occasion des Retrouvailles 2017. Dans la première rangée, arborant la casquette de capitaine, se trouve le responsable de sa promotion, André Martel.

LOUISE LEBLANC

fession que je souhaitais pratiquer et de m'accomplir dans ma carrière. Même pour le médecin que je suis, l'éducation vient au premier rang, avant la santé, car elle permet de former ceux et celles qui prendront notre relève.»

La trentaine de finissants en médecine de l'année 1967 présents aux Retrouvailles 2017 ont également pris part à un souper hommage à Cajetan Gauthier Jr. Ils se sont promis de continuer à se réunir tous les deux ans. «Quand la chimie opère et que les bons souvenirs refont surface, pourquoi s'en passer?», demande André Martel. «Si, en plus, nous faisons d'une pierre deux coups en gardant vivante la mémoire de notre ami et en encourageant la relève de demain, cette rencontre devient un rendez-vous avec le passé et l'avenir, une façon de sentir que notre passage sur terre aura laissé des traces», conclut le diplômé.

CATHERINE GAGNÉ

Léguer son nom à la forêt

Engagés dans un programme de soutien, des diplômés expriment leur attachement à la forêt Montmorency.

Située à 70 km au nord de Québec, la forêt Montmorency est, depuis son affiliation à l'Université Laval en 1964, un lieu d'excellence pour l'enseignement, la recherche et l'éducation du public. Considérée comme la plus grande forêt universitaire au monde, avec ses 412 km², elle stimule l'intérêt des petits et des grands grâce à son cadre enchanteur et à la richesse de sa biodiversité. Quant aux diplômés qui y ont reçu une partie de leur formation, ils conservent un grand attachement à cet espace naturel.

Au début de 2016, la Forêt Montmorency a lancé une vaste initiative de modernisation de ses infrastructures d'exploitation, d'accueil et de recherche afin d'assurer la continuité de ses missions et d'accroître sa capacité d'innovation. Dans ce contexte, la Faculté de foresterie, de géographie et de géomatique (FFGG) a créé le Fonds de la Forêt Montmorency, recueillant les dons de ceux et celles qui souhaitent soutenir ce projet et exprimer leur attachement à la forêt.

AVOIR LA FORÊT À CŒUR

Le Fonds de la Forêt Montmorency est porteur de sens pour toutes les personnes qui apprécient cet espace naturel et, plus spécialement, pour les diplômés de la FFGG, seule unité d'enseignement de la province à offrir le diplôme donnant accès à l'Ordre des ingénieurs forestiers du Québec (OIFQ). Les donateurs qui soutiendront la modernisation des infrastructures de la forêt Montmorency auront accès à un programme de reconnaissance et de valorisation. Sur la base d'un plan fondé sur la désignation d'espaces au pavillon d'accueil et sur le territoire, certains donateurs pourront voir leur nom, ou celui de leur entreprise, attribué à un lieu.

Le Fonds de la Forêt Montmorency est porteur de sens pour toutes les personnes qui apprécient cet espace naturel.

Plusieurs ingénieurs forestiers ont déjà exprimé par un geste philanthropique l'affection qui les lie à la forêt. Deux entreprises et deux diplômés ont été particulièrement emballés par le programme, et leurs espaces désignés ont été dévoilés dans le cadre d'un événement de reconnaissance tenu le 24 octobre 2017.

Parmi eux, Pierre Mathieu (*Génie forestier 1972*) a été le premier à manifester son intérêt. Retraité depuis 2014, il a connu une carrière riche et diversifiée : consultant en foresterie, président-directeur général de l'OIFQ, ingénieur forestier en entreprise privée et au gouvernement du Québec ainsi que rédacteur pour des revues spécialisées. « La forêt Montmorency doit être repensée et s'ouvrir sur le monde en utilisant les moyens technologiques d'aujourd'hui, croit-il. Je suis très attaché à cette forêt, car



Haute de 28 mètres, la chute de la rivière Noire est accessible par un sentier pédestre qui offre une vue surprenante aux randonneurs.

j'y ai fait mes classes. Contribuer à la modernisation de ses infrastructures est une façon pour moi d'y laisser ma marque. »

SOUVENIRS EN CASCADES

Pierre Mathieu a eu l'heureuse surprise d'apprendre que l'espace qui lui a été désigné se situe au pied de la chute de la rivière Noire, un point d'observation écologique aménagé au cours de l'été 2017. Ce milieu humide exceptionnel correspond à une thématique abordée par le diplômé dans son mémoire de fin d'études. « Mon attachement particulier vient du fait qu'à l'été 1971, j'ai contribué, avec mes ex-confrères d'études en foresterie, à la réalisation des premiers sentiers d'observation autour de la chute de la rivière Noire en suivant les plans originaux du professeur émérite à la FFGG, Michel Maldague », explique-t-il. Fier de son geste philanthropique, Pierre Mathieu confie : « C'est avec une certaine émotion que j'amènerai mes enfants et mes petits-enfants découvrir cet espace afin de partager avec eux mon intérêt pour les milieux humides. »

CATHERINE GAGNÉ

S'offrir les moyens de ses ambitions

Cinq ans après son lancement, le premier fonds créé par des étudiants à l'Université poursuit son envol.

En 2012, les étudiants de la Faculté des sciences de l'agriculture et de l'alimentation (FSAA) réalisaient une première sur le campus en lançant leur propre fonds: le Fonds d'appui aux initiatives étudiantes de la FSAA. C'est l'Association générale des étudiants en agriculture, alimentation et consommation (AGÉTAAC) qui a permis sa création grâce à un capital de départ de 20 000 \$ qu'elle a puisé à même son budget. Une cotisation étudiante a par la suite été instaurée. Ainsi, depuis 3 ans, les quelque 2000 étudiants au baccalauréat de la FSAA contribuent au Fonds par un montant de 3 \$ perçu chaque session lors du paiement de leurs frais d'inscription.

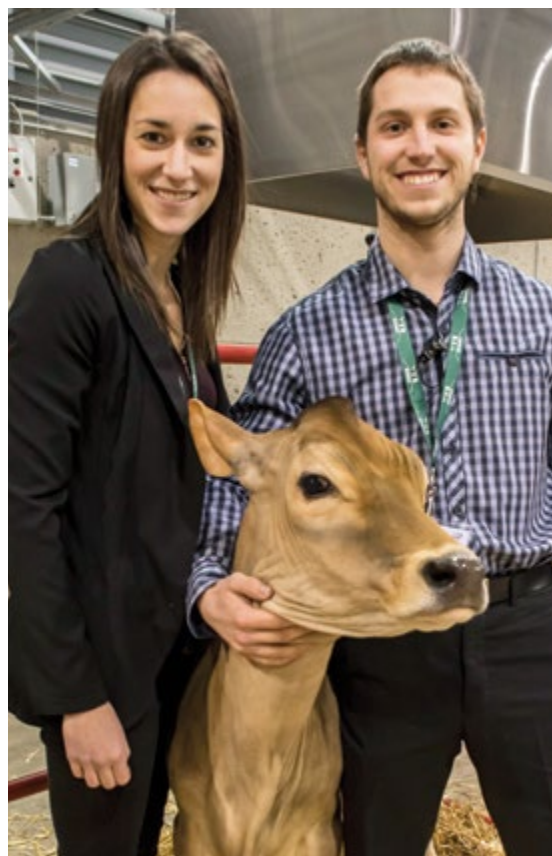
D'autres généreux donateurs, comme d'anciens diplômés ou des entreprises partenaires, appuient également le Fonds chaque année. Jusqu'ici, pas moins de 90 000 \$ au total ont été amassés. «L'objectif est d'atteindre 100 000 \$, indique le doyen de la FSAA, Jean-Claude Dufour. Ensuite, les étudiants pourront bénéficier d'une capitalisation suffisante pour que le Fonds s'autofinance et permette la réalisation des projets.»

UN BASSIN D'ENTREPRENEURS

Et des projets, à la FSAA, ce n'est pas ce qui manque! De fait, à voir l'esprit volontaire qui anime la Faculté, plusieurs de ses étudiants afficheraient un profil particulièrement entrepreneur. «Les dernières années nous ont démontré que notre faculté regroupe un pourcentage important de jeunes gens créatifs et ambitieux qui présentent une fibre entrepreneuriale forte et assumée», souligne Jean-Claude Dufour.

Celui-ci fait mention de plusieurs projets porteurs qui ont déjà vu le jour indépendamment du Fonds. «Qu'il s'agisse de la microbrasserie universitaire Brassta, de la BoULangerie du Comtois, de la Fromagerie du Campus ou encore du comité Le Carnivore, qui explore l'art de la charcuterie, il ne fait aucun doute que nos étudiants sont dynamiques et proactifs. Nommons aussi AgroCité, les différents clubs et comités, sans compter la Semaine de l'agriculture, de l'alimentation et de la consommation.»

Chaque année apporte son lot de projets que les étudiants viennent fièrement présenter au comité de direction dans l'espoir d'obtenir le financement nécessaire à leur réalisation. «Ils ont vraiment de bonnes idées, actuelles et novatrices, poursuit le doyen. Devant cette affluence, il nous fallait trouver une solution pour en favoriser la



De retour chaque année depuis 43 ans, la Semaine de l'agriculture, de l'alimentation et de la consommation représente un bel exemple d'initiative étudiante à la FSAA.

concrétisation. Nous leur avons demandé de réfléchir à des avenues qui faciliteraient le développement de leurs projets. Et, comme on pouvait s'y attendre, ils n'ont pas tardé à nous présenter ce projet de fonds avant-gardiste.»

RAYONNER À L'ÉCHELLE DU QUÉBEC

Selon l'actuelle présidente de l'AGÉTAAC, Annabelle Lemire, la vie de la Faculté est grandement influencée par ses nombreuses entreprises étudiantes et les groupes qui les représentent. «Ces comités favorisent la création de liens entre les différents domaines d'études et rendent nos années sur le campus inoubliables, souligne l'étudiante au baccalauréat en sciences et technologie des aliments. Considérant le développement de ces comités, les coûts liés à leur fonctionnement augmentent, d'où la nécessité d'une méthode de financement supplémentaire.»

«Ce fonds étudiant s'ajoute aux solutions existantes, comme le Fonds Germain-Brisson, et permet une plus grande autonomie financière pour la réalisation de projets entrepreneuriaux ou autres, précise Jean-Claude Dufour. Il favorise également l'affirmation du leadership de la FSAA à l'échelle du Québec, dans les secteurs agricole et agroalimentaire. Un leadership qui prend chaque année de l'ampleur!»

L'initiative a eu des répercussions sur tout le campus, de sorte que d'autres fonds à vocation similaire ont vu le jour ces dernières années. «L'AGÉTAAC a cependant été la première association à créer un fonds philanthropique à l'Université Laval», fait fièrement valoir le doyen de la Faculté.

MÉLANIE LAROUCHE

Un athlète de l'année en or

À 75 ans, le diplômé et basketteur James Erickson célèbre les 50 ans de son titre de meilleur athlète du Rouge et Or.

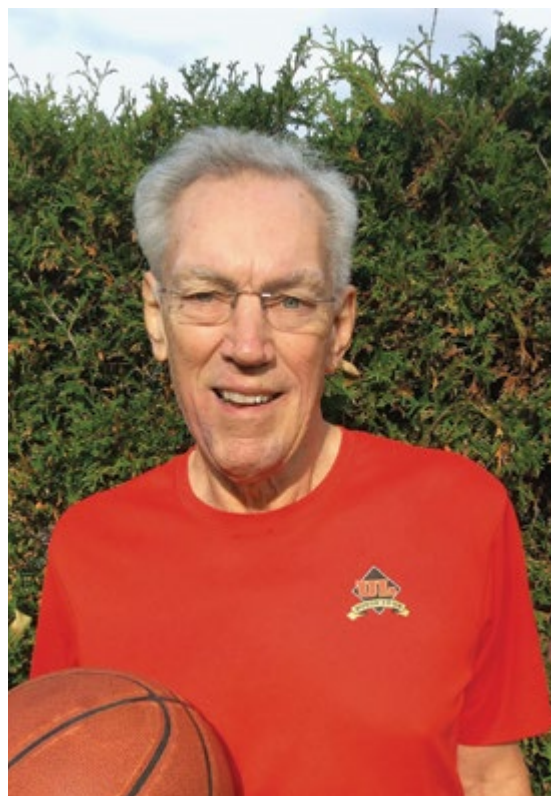
Diplômé en pédagogie (1975) et retraité de l'enseignement, James Erickson assiste à presque tous les matchs de basketball et de football présentés sur le campus. Lors de ses passages au PEPS, c'est toujours avec une pointe de fierté et d'émotion qu'il revoit son nom affiché sur le mur des athlètes de l'année qui ont ponctué l'histoire du Rouge et Or.

Originaire du Michigan, M. Erickson a fait un baccalauréat en histoire à la Michigan State University avant d'arriver à Québec, à l'été 1966, pour parfaire son français. Il s'est alors inscrit à un programme de pré-maîtrise donné par la Faculté des lettres. Durant la même année, le titre de champion compteur de la ligue universitaire de basketball lui a valu d'être promu athlète de l'année.

ATHLÈTE, PROFESSEUR ET GLOBE-TROTTEUR

James Erickson s'est ensuite joint au Corps de la paix américain (*Peace Corps*). Il a servi deux ans au Maroc, où il a étudié l'arabe. Par la suite, avec son épouse Leona, elle aussi diplômée de la Faculté des lettres, il a passé deux autres années au Maroc, suivies de deux ans en Espagne, comme professeur d'anglais.

De retour à Québec, M. Erickson a enseigné l'histoire au secondaire pendant une trentaine d'années et a été entraîneur de basketball pour les jeunes. Il a terminé sa carrière en 2005, auprès des élèves de l'école secondaire La



Amateur de basketball, James Erickson a pratiqué ce sport, l'a enseigné et en a transmis la passion à ses enfants et petits-enfants.

Camaradière. Depuis, il a obtenu une maîtrise en terminologie et traduction (2010). L'homme, qui parle 4 langues, voyage fréquemment en Europe avec son épouse, qui partage sa vie depuis 47 ans. Il maintient aussi la forme en s'entraînant deux fois par semaine.

James Erickson n'a jamais regretté d'avoir adopté Québec pour s'y établir, s'accomplir comme enseignant et fonder une famille. Père de trois enfants, il est aussi le dévoué grand-père de quatre petits-enfants.

Quant au sport, il a toujours fait partie de la vie du couple Erickson. La passion s'est même transmise de génération en génération. Fiers supporteurs de leur descendance, les Erickson assistent à toutes les parties de basketball de leurs petits-fils!

MÉLANIE LAROUCHE



Le sport au cœur de la recherche

L'Observatoire international en management du sport (OIMS) a été lancé en novembre 2017 au Carré des affaires FSA ULaval-Banque Nationale pour répondre à une demande grandissante associée aux événements sportifs. Dirigé par Frank Pons, professeur titulaire au Département de marketing, l'OIMS est le premier centre de recherche francophone dans le domaine, au Québec.

Gestionnaires, chercheurs et étudiants travailleront ensemble pour répondre aux enjeux de cette économie en pleine croissance. Pour concrétiser le tout, de grands regroupements

et événements sportifs, dont la Fédération française de tennis, le tournoi de Roland-Garros et l'Open 13, à Marseille, seront des espaces de recherche pratique pour l'équipe de l'OIMS.

Marie-Huguette Cormier, diplômée en administration (1985 et 1989) et première vice-présidente Ressources humaines et Communications chez Desjardins, a choisi de soutenir le projet par un généreux don versé au Fonds de l'Observatoire international en management du sport. Celle qui fut athlète féminine de l'année en 1988 voit son champ d'études et son intérêt pour le sport réunis dans un même projet.

Donner au suivant

Après avoir bénéficié d'une bourse de soutien, Saïka Sarazin concrétise son rêve d'aider les autres à son tour.

« Depuis que je suis toute petite, je souhaite venir en aide aux gens dans le besoin. » Voilà ce que la finissante au MBA en gestion internationale, Saïka Sarazin, révèle spontanément lors de notre entretien. Mais un obstacle apparu sur sa route a bien failli l'éloigner de cet objectif.

Originaire d'Haïti, Saïka est arrivée à Montréal avec sa mère à l'âge de six ans. Au moment d'entreprendre ses études universitaires, elle s'inscrit au baccalauréat en sciences commerciales de l'Université d'Ottawa. Elle a pour but de retourner dans son pays natal munie d'une formation lui permettant d'y apporter une réelle contribution sur le plan économique.

INQUIÉTUDE ET SOULAGEMENT

En 2016, son diplôme en poche, la jeune femme s'inscrit au MBA en gestion internationale à l'Université Laval. Mais elle fait face à un imprévu : en revenant étudier au Québec, elle ne se qualifie plus pour les prêts gouvernementaux. En effet, l'État québécois accorde à ses résidents qui étudient en Ontario un prêt plus important par session, le coût de la vie et les frais de scolarité y étant très élevés. Saïka avait déjà reçu le montant maximum octroyé par le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur pour financer ses études.

Quant aux revenus de son travail d'été, ils se révèlent insuffisants pour couvrir son loyer, ses dépenses courantes et ses frais universitaires, d'autant plus que son programme d'études implique des dépenses importantes liées à des séjours à l'étranger. « J'ai toujours fait confiance à la vie, mais à cette étape, je dois avouer que j'étais plutôt inquiète », avoue la jeune femme.

En mai 2017, en stage au Mexique et toutes ses ressources épuisées, elle envisage d'abandonner ses études dès son retour à Québec. Elle reçoit alors une bonne nouvelle : la bourse Louis-Gagnon, associée au Fonds de bourses pour étudiants en précarité financière, venait de lui être octroyée. « Ma persévérance et mes efforts étaient récompensés. J'ai pu terminer mon stage sans poids sur mes épaules », se réjouit l'étudiante.

Pour être admissible au Fonds de bourses dont a bénéficié Saïka, un étudiant doit d'abord présenter un excellent dossier scolaire et démontrer qu'il a fait tous les efforts possibles pour améliorer sa situation financière. Le montant offert sert à couvrir les frais de scolarité. Depuis sa création, en 2016, de plus en plus de donateurs diplômés contribuent à ce fonds, ce qui permet à un nombre toujours croissant d'étudiants de poursuivre leur parcours universitaire.

DES PROJETS PLEIN LA TÊTE

Inspirée par l'aide qu'elle a reçue, Saïka s'investit dans un projet qui la mènera en Afrique. « Je souhaite aider d'autres étudiants dans le besoin. C'est pourquoi j'ai décidé d'être bénévole au sein d'une ONG japonaise à Dakar, au Sénégal. J'aiderai de jeunes Africains orphelins à accéder à une éducation postsecondaire. »



Grâce à l'aide financière reçue, Saïka Sarazin poursuit son cheminement vers une carrière où se profilent le développement international et l'aide humanitaire.

Pour ce qui est de participer au développement de son pays natal, le rêve de Saïka est plus vivant que jamais. « Mon expérience de boursière m'a fait grandir et réaliser qu'il y a des gens qui croient en l'éducation, résume la jeune femme. Elle a aussi nourri ma motivation à atteindre mes objectifs scolaires et professionnels. Je retournerai en Haïti un jour, encore plus déterminée et outillée pour apporter une réelle contribution. Mon donateur, M. Louis Gagnon, m'a donné des ailes et je l'en remercie du fond du cœur ! »

CATHERINE GAGNÉ

UNE CARTE, DE NOMBREUX AVANTAGES

UNE FOULE D'ÉCONOMIES PARTOUT AU QUÉBEC!

- ☑ Un abonnement gratuit à un magazine parmi notre sélection
- ☑ Des rabais chez plus de 60 commerçants et fournisseurs de services
- ☑ Des prix réduits lors des activités organisées par la Fondation et des offres exclusives

**DEMANDEZ VOTRE
CARTE PARTENAIRE
DÈS MAINTENANT!**

ulaval.ca/fondation



**UNIVERSITÉ
LAVAL**

La Fondation
Développement et relations
avec les diplômés

Jamais trop tôt pour entreprendre

Portrait de trois diplômés qui ont créé leur entreprise avant l'âge de 30 ans.

PAR MÉLANIE LAROUCHE

Pour des transports branchés

C'est dans le cadre de ses études que **Louis Tremblay** (*Génie électrique 2007*) a donné le jour à AddÉnergie. Cette entreprise technologique en pleine expansion conçoit et fabrique des bornes de recharge pour les véhicules électriques.

Deux ans après le lancement d'AddÉnergie, son président fondateur remportait le premier prix des Bourses Pierre-Péladeau, qui aident les jeunes entrepreneurs à démarrer leur entreprise. Dotée d'un montant de 50 000 \$, cette reconnaissance lui a donné un solide coup de pouce financier, en plus de lui procurer visibilité et crédibilité. « Cette bourse a été une bouffée d'oxygène



pour AddÉnergie, raconte le diplômé. Elle a contribué à notre développement et à notre croissance. Aujourd'hui, AddÉnergie est un leader de son industrie. » Louis Tremblay ajoute qu'il attribue son succès entrepreneurial à sa capacité de bien s'entourer. « Travailler avec les bonnes personnes, aux bons endroits, ça nous permet d'avancer plus vite et en toute confiance, estime-il. À mes débuts, j'ai pu bénéficier des judicieux conseils de mentors et de gens d'expérience qui m'ont fait profiter de leurs bons coups et de leurs erreurs. »

Quand la science rencontre l'humain

Pour **Véronik P. Tessier** (*Psychologie 2013*), la clé du succès se trouvait dans la recherche d'un idéal qu'elle et ses trois associés, Annie Leroux, Jacinthe Lampron et Louis-Alexandre Marcoux, ne retrouvaient pas dans le milieu de la santé à Québec. Ils ont donc créé une solution à leur mesure avec le Centre de psychologie Québec.

« Nous tenions à nous démarquer par une approche très humaine basée sur la recherche scientifique, raconte Véronik P. Tessier. Nous avons bâti une offre de services qui propose des soins psychologiques aux enfants, aux adultes et aux couples. Nous offrons également des services spécialisés en neuropsychologie pour les enfants et les adolescents. »

Le Centre de psychologie Québec a connu une croissance fulgurante, atteignant ses objectifs d'affaires en seulement trois ans. « Le démarrage a été rapide et intense, confie la psychologue. Mais nous avons aujourd'hui une entreprise solide, à la hauteur de nos attentes. »



Les affaires au service de la création

Marie-Hélène David (*Administration 2011 et 2015*) a toujours eu la bosse des affaires. Pour donner vie à son entreprise, elle a trouvé sa recette gagnante auprès de son associée, Mylène Cusson, elle aussi diplômée de l'Université, et d'un réseautage de qualité.

En octobre 2016, pour réaliser leur projet de confection de sacs à main sur mesure, les deux jeunes femmes lançaient une campagne de sociofinancement sur la plateforme La Ruche.

Résultat? Elles ont obtenu plus du double du montant demandé.

Ainsi, en mai dernier, grâce aux bonnes ressources dont elles ont su s'entourer, les diplômées lançaient l'entreprise en ligne Kanevas, qui permet la création de sacs adaptés aux goûts et aux besoins de chacun. Comme bien des entreprises innovantes, Kanevas résulte d'un talent créatif doublé d'un esprit entrepreneurial.

« Ces atouts, nous les avons toutes les deux, souligne Marie-Hélène David. Mais il nous fallait de bons outils pour bâtir adéquatement notre projet d'entreprise. Dans le cadre d'un programme entrepreneurial, on nous a aidées à faire notre plan d'affaires, à bien présenter notre projet aux intervenants et à poser les bonnes questions. »



Une carrière stimulante, un engagement porteur

Vulgarisateur scientifique, entrepreneur et créateur tous azimuts, Jean-Marc Carpentier veut aider et inspirer la relève.

L'homme d'affaires Jean-Marc Carpentier est lié à l'Université Laval de plusieurs manières. Diplômé en physique (1974), puis en journalisme (1976), c'est là qu'il a développé son amour pour la science et sa passion pour la vulgariser et la communiquer au grand public. C'est aussi là qu'il a occupé son premier emploi comme attaché à l'information dans le but de faire connaître les recherches menées sur le campus.

Par la suite, il a entrepris un parcours professionnel qui lui a permis de s'accomplir en relevant de nombreux défis. D'abord en tant que journaliste scientifique pour la Société Radio-Canada, où il a réalisé des reportages et des séries télévisées, notamment sur le monde de l'énergie et de l'exploration spatiale.

Puis, sa soif d'apprendre et sa créativité l'ont amené à s'intéresser à la muséologie scientifique et à concevoir quelques grandes expositions pour d'importants centres de sciences, comme le Cosmodôme de Laval, la Cité de l'énergie de Shawinigan et l'AstroLab du Mont-Mégantic. Il a aussi publié de nombreux articles de vulgarisation scientifique et quelques livres.

Jean-Marc Carpentier est convaincu qu'il est important, pour toute société, de développer une culture scientifique.

Ce curieux de nature a toujours eu des projets plein la tête. C'est ainsi qu'il fondera, avec trois associés, la station radiophonique CJMF-FM, à Québec. Le club de golf Le Grand Portneuf et l'aéroport de Neuville sont d'autres réalisations qui le rendent particulièrement fier, d'autant plus qu'il est natif de la région. «J'aime entreprendre des projets bien concrets et travailler en équipe pour bâtir quelque chose de vivant, qui va grandir et durer», explique le diplômé.



Par le fonds qu'il a créé, Jean-Marc Carpentier veut promouvoir aussi bien les études en sciences que la culture scientifique.

UN DON À SON IMAGE

Son plus récent projet qui s'inscrit dans la pérennité, Jean-Marc Carpentier l'a développé au cours de l'année 2017. C'est aussi le lien le plus récent entre le diplômé et son *alma mater*, soit la création d'un fonds auquel il a versé un capital de départ de 500 000 \$. Ce geste philanthropique, il l'a voulu à son image et rempli de sens. Il est en continuité avec sa prolifique carrière et sa passion pour la communication scientifique. Il reflète aussi son attachement à sa région natale ainsi que ses convictions profondes quant à la valorisation de la science et de l'éducation.

En effet, le Fonds de bourses d'aide à la réussite Jean-Marc-Carpentier vise à encourager les jeunes de la région de Portneuf à étudier dans les domaines de la science, du génie, de la terre, de la forêt et de la communication scientifique. Né à Pont-Rouge, son créateur est issu d'une lignée directe de huit générations d'agriculteurs qui se sont succédé depuis Claude Carpentier, un des tout premiers colons à s'installer à Neuville, vers 1670. «Mes parents ont toujours été très fiers de leur appartenance au monde agricole. Il était donc naturel d'inclure aussi les secteurs de l'agriculture et de la foresterie dans ce programme de bourses», indique le donateur.

Jean-Marc Carpentier est aussi intimement convaincu qu'il est important, pour toute collectivité, de développer une culture scientifique. «Je crois sincèrement que la société d'aujourd'hui a plus que jamais besoin de gens dotés d'une bonne formation en sciences et même de citoyens mieux outillés pour poser un regard scientifique sur le monde. Ceci est essentiel à son progrès», fait-il valoir. Il souhaite que les bourses décernées soient non seulement porteuses d'espoir pour les étudiants qui en bénéficieront, mais qu'elles contribuent à faire avancer la société. Une autre façon de laisser sa marque.

CATHERINE GAGNÉ

D'un échelon à l'autre

Hugo Asselin (*Biologie* 2005), vice-président, Association universitaire canadienne d'études nordiques
René Guay (*Théologie* 1975 et 2016), évêque, Diocèse de Chicoutimi
Lisa Baillargeon (*Histoire de l'art* 1994 et 1996), vice-doyenne aux études de l'École des sciences de la gestion, UQAM
Dominique Bouchard (*Génie électrique* 1979), président exécutif du C.A., Ariane Phosphate
Pierre Boutin (*Administration* 1987), directeur, Volkswagen France

Jacques Caron (*Administration des affaires* 1987), président-directeur général, Centre de services partagés du Québec
Erick Chamberland (*Relations industrielles* 1992 et 1995), doyen des affaires départementales, UQAC
Alain Chandonnet (*Physique* 1986, 1987 et 1992), président-directeur général, Institut national d'optique
Nathalie Côté (*Administration des affaires* 1989), directrice générale, Fondation de la Maison Michel-Sarrazin
Chantale Coulombe (*Droit* 1997), présidente et chef de la direction, Collège des administrateurs de sociétés
Mélie De Champlain (*Gestion et dev. organisationnel* 2009; *Développement des organisations* 2010), directrice générale, Vancouver Coastal Health
Catherine Desgagnés-Belzil (*Informatique* 2001),

vice-présidente, Centre de services partagés du Québec
Line Drouin (*Droit* 1987; *Relations industrielles* 1987), sous-ministre, ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs
Suzanne Gagné (*Droit* 1994), juge, Cour d'appel du Québec
Alain Gagnon (*Bio-agronomie* 1982), président du C.A., La Financière agricole du Québec
Marc-André Giguère (*Actuariat* 1991), président et chef de la direction, Munich Re, US (Life and Health)
Marthe Hurteau (*Mesure et évaluation* 1984), présidente, Consortium des universités pour l'enseignement de l'évaluation
Frédéric Jobin (*Sciences de l'activité physique* 1994), entraîneur national de l'équipe masculine de kayak, Canoë Kayak Canada
Denis Mathieu (*Administration des affaires* 1983; *Sciences*

comptables 1983), président du C.A., Fondation Mira
Yann Paquet (*Journalisme international* 1998), vice-président, Québecor Contenu
Isabelle Poitras (*Droit* 1995), directrice générale, Barreau du Québec
Simon Ricard (*Droit* 1998), juge, Cour du Québec
Marie Rinfret (*Droit* 1979), protectrice du citoyen, Assemblée nationale du Québec
Jean-François Routhier (*Architecture* 1991), commissaire au lobbying, Assemblée nationale du Québec
Claudine Roy (*Droit* 1977), juge, Cour d'appel du Québec
Andrew Sheldon (*Bio-agronomie* 1982), président du C.A., Québec International
Patrick Simard (*Droit* 1995), président, Régie du logement
Carl Thibault (*Relations ind.* 1991; *Droit* 1994), juge, Cour supérieure du Québec, district de Québec

Sur le podium

Michel Allard (*Géographie* 1971 et 1973), Prix de la famille Weston, Association universitaire canadienne d'études nordiques
Geneviève Auclair (*Médecine* 2005; *Médecine familiale* 2007), Médaille du service méritoire, gouverneure générale du Canada
Michel Bergeron (*Médecine* 1959), Chevalier de l'Ordre des Palmes académiques, gouvernement de la République française
Guy Berthiaume (*Histoire* 1973), Officier de l'Ordre des Arts et des Lettres, gouvernement de la République française
Edwin Bourget (*Biologie* 1969 et 1971), membre de l'Ordre du Canada,

gouverneure générale du Canada
Robert Brien (*Sciences* 1965; *Sciences de l'éducation* 1972; *École normale supérieure* 1968), doctorat d'honneur, Université TÉLUQ
Yvon Charest (*Actuariat* 1979), Officier de l'Ordre du Canada, gouverneure générale du Canada
Pierre Chastenay (*Physique* 1986 et 1987), médaille Fleming, Royal Canadian Institute for Science
Clémence Dallaire (*Sciences infirmières* 1976; *Pédagogie pour ens. collégial* 1980), Insigne du mérite, Ordre des infirmières et infirmiers du Québec
Philippe Dubé (*Arts et trad. pop.* 1978, 1980 et 1985), prix Carrière, Société des musées du Québec
Anne Gallagher (*Psychologie* 1999 et 2001), Prix d'excellence Louise Rousselle-Trottier, Fondation des maladies du cœur et de l'AVC
Gary Kobinger (*Microbiologie* 1993), Prix d'innovation Ernest

C. Manning, Fondation des Prix Ernest C. Manning
Isabelle Laverdière (*Pharmacie* 2002, 2003, 2012 et 2014), New Idea Award, Leukemia & Lymphoma Society
Sylvain Moineau (*Microbiologie* 1987; *Sci. et tech. des aliments* 1990 et 1993), Médaille d'excellence scientifique Dupont Nutrition et Santé, Fondation Danisco
Claude Montminy (*Science politique* 2000; *Français* 2010), Stage West Comedy Award, Playwrights Guild of Canada
Alain Naud (*Médecine* 1982 et 1984), Prix d'excellence, Collège québécois des médecins de famille

Arielle Roy-Petitclerc (*Intervention sportive* 2016), Athlète féminine de l'année BLG, U Sports
Jacques Simard (*Biologie* 1981 et 1983; *Physiologie-endocrinologie* 1986), prix Léo-Pariseau, Association francophone pour le savoir
Angelo Tremblay (*Ens. second.* 1974; *Diététique* 1977; *Physiologie-endocrinologie* 1982), prix Jacques-Rousseau, Association francophone pour le savoir
Gilles Vigneault (*Langue vivante* 1953), Prix hommage pour sa contribution exceptionnelle à l'alphabétisation de la société québécoise, Fédération autonome de l'enseignement

Pour le faire savoir

La liste complète des honneurs et nominations figure dans la page Nominations du site de La Fondation de l'Université Laval – Développement et relations avec les diplômés, section « Diplômés ». Une partie de ces mentions est reproduite dans *Contact*.
 Alimenter la liste de la Fondation par courriel (ful@ful.ulaval.ca) ou par télécopieur (418 656-2054): c'est un service gratuit pour tout diplômé de l'Université Laval.

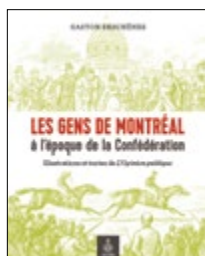


La vie intégrale

Éric Dupont (*Biochimie 1988; Administration 1991; Physiologie-endocrinologie 1992*), **Christine Michaud** (*Droit 1995*), **Diane Bilodeau** et **Christian Fortin** (*Médecine 1973*)
Édito, 448 pages

L'espérance de vie augmente de plus en plus, mais la santé n'est malheureusement pas toujours au rendez-vous dans les dernières années. Telle est la prémisse de cet ouvrage qui présente une approche favorisant le maintien de la santé et de l'autonomie le

plus longtemps possible. Chaque chapitre aborde une thématique – la nutrition, l'activité physique, la gestion du stress, le sommeil, mais également les relations, le sentiment d'accomplissement, les émotions positives –, et les auteurs y expliquent comment ces facteurs influencent notre santé et notre longévité. Ils présentent, par exemple, l'incidence que peut avoir le stress chronique sur le cerveau, le cœur, la reproduction, l'obésité, puis des outils pour mieux le gérer. Le tout est bien vulgarisé et appuyé par de nombreuses données issues de diverses recherches scientifiques. Il en résulte au final un guide pour ceux souhaitant adopter un mode de vie «intégrale» et devenir d'heureux centenaires!



Les gens de Montréal à l'époque de la Confédération

Gaston Deschênes (*Histoire 1971 et 1975*)
Septentrion, 147 pages

Ce livre présente une sélection de gravures et de textes issus de l'hebdomadaire *L'Opinion publique*, publié à Montréal de 1870 à 1883 et auquel plusieurs artistes ont collaboré, dont le célèbre Henri Julien. On y voit les Montréalais s'adonner à diverses activités ou participer à de grands événements: ils festoient, jouent, mangent ou déménagent; ils vont au marché, aux noces ou à la guerre. Une façon originale de se plonger dans le quotidien d'alors.



Dans la tête des animaux

François Y. Doré, retraité de l'École de psychologie, enseignant à l'Université du 3^e âge de Québec
MultiMondes, 210 pages

On a longtemps cru que les animaux étaient dénués d'intelligence et que leurs comportements n'étaient que des réactions instinctives génétiquement programmées. Pourtant, ils ont, tout comme nous, de nombreuses habiletés cognitives qui leur permettent de s'adapter à l'univers dans lequel ils vivent. Sur la base de plusieurs études scientifiques, l'auteur recense et explique divers faits permettant de mieux comprendre l'intelligence animale; déplacements, relations sociales et communication sont entre autres abordés.



Les nouvelles cartes du journalisme

Thierry Watine, professeur au Département d'information et de communication
Del Busso, 288 pages

Ce livre dévoile le parcours de 15 journalistes chevronnés, originaires du Québec, de l'Acadie et de la France. Ils témoignent, avec passion et sans complaisance, des raisons et des circonstances les ayant menés au journalisme et des contraintes du métier. Une ode à cette profession en plein changement.



Histoire du Centre Mère-Enfant de Québec

Pierre Déry (*Médecine 1968*), retraité de la Faculté de médecine
Presses de l'Université Laval, 328 pages

L'auteur retrace l'histoire du Centre mère-enfant de Québec, qui offre des soins pédiatriques spécialisés pour la population de l'est de la province. Il aura fallu plus de 100 ans – et le travail acharné d'un grand nombre de personnes – pour concrétiser ce projet hospitalier de grande envergure.



Deux balles, un sourire

Jean-Jacques Pelletier
(*Philosophie 1968 et 1970*)
Hurtubise, 439 pages

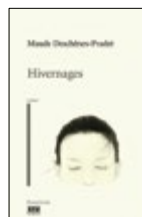
L'inspecteur Henri Dufaux reprend du service dans cette enquête sous le signe de l'éco-terrorisme. Accompagné de son équipe, il devra résoudre des meurtres peu banaux: les cadavres sont tirés à quatre épingles et souriants, malgré deux balles reçues dans la tête.



Manikanetish

Naomi Fontaine (*Enseignement au secondaire 2014*)
Mémoire d'encrier, 140 pages

Une Innue fraîchement diplômée en enseignement retourne dans sa ville natale, Uashat, pour enseigner le français au secondaire. Problèmes familiaux, suicides, désespoir: le quotidien des élèves n'est pas de tout repos, mais, peu à peu, un attachement profond se crée entre eux et la jeune femme.



Hivernages

Maude Deschênes-Pradet (*Français 2003 et 2011; Enseignement au secondaire 2007*)
Éditions XYZ, 184 pages

Un jour, l'hiver ne s'est jamais terminé. Chacun à leur manière, les survivants de ce phénomène s'adaptent au froid, à la solitude et à la mort dans un univers rempli, malgré tout, de poésie et de lumière.

TOUS SAUF CONVENTIO NNEL

WWW.
CONVENTION.
QC.CA



« Nous sommes estomaqués! Votre personnel n'est pas normal!
Votre niveau de service dépasse tout ce que nous avons connu
au cours de notre carrière en planification d'événements.
Un réel prolongement de notre équipe! »

– Julie Peden

COO & Chief Event Strategist, Ruby Sky Event Planning Inc.



CENTRE
DES CONGRÈS
DE QUÉBEC

VERSION
ORIGINALE

" We are flabbergasted! Your staff is not normal! Your level of service is way above any other facility we've experienced in our long career of meeting planning. You were truly an extension of our team."

in @ p t f #quebeccongres



Ristourne de 375 000 \$ pour les clients diplômés de l'Université Laval.

Programme d'assurance
parrainé par



**UNIVERSITÉ
LAVAL**

La Fondation
Développement et relations
avec les diplômés

Nous sommes heureux de faire bénéficier les clients diplômés de l'Université Laval d'une ristourne de 375 000 \$¹. Cette ristourne leur permet d'économiser davantage lors de l'achat ou du renouvellement d'une police d'assurance et s'ajoute au tarif préférentiel déjà consenti aux diplômés. C'est notre façon de remercier nos fidèles clients diplômés de l'Université Laval et, par le fait même, membres de la Fondation.

Une tarification des plus avantageuses est offerte aux membres de la Fondation qui détiennent la Carte Partenaire. De plus, ceux-ci profitent davantage de la ristourne. Procurez-vous la Carte Partenaire de la Fondation et obtenez 10 % de rabais additionnel² sur la tarification déjà consentie aux diplômés de l'Université Laval!

Demandez une soumission au 1-888-589-5656
ou sur tdassurance.com/ful



Le programme TD Assurance Meloche Monnex est offert par SÉCURITÉ NATIONALE COMPAGNIE D'ASSURANCE. Il est distribué par Meloche Monnex assurance et services financiers inc. au Québec. Notre adresse est le 50, place Crémazie, Montréal (Québec) H2P 1B6.

¹ Le montant de la ristourne est approximatif et dépend du nombre de participants au programme. La ristourne s'applique sur la prime des nouvelles polices d'assurances habitation (incluant les polices locataires et condos) et auto (excluant les polices pour moto) émises au Québec du 13 avril 2017 au 12 avril 2018 et pour les renouvellements des polices d'assurances habitation (incluant les polices locataires et condos) et auto (excluant les polices pour moto) émis au Québec du 13 juin 2017 au 12 juin 2018 seulement aux diplômés de l'Université Laval. Pour plus de détails, rendez-vous au tdassurance.com/ful. Certaines conditions et restrictions s'appliquent. Offre valable au Québec seulement.

² Offre valide uniquement pour l'assurance habitation (incluant les polices locataires et condos) et l'assurance auto (excluant les polices pour moto). En date du 30 avril 2017, les clients membres du groupe et détenteurs d'une carte de membre ont économisé en moyenne 10% de plus sur leurs primes d'assurance d'une police éligible que ceux qui n'étaient pas détenteurs d'une carte de membre.

^{AD} Le logo TD et les autres marques de commerce TD sont la propriété de La Banque Toronto-Dominion.