UdeS
Des nouvelles de la communauté universitaire
région

Sherbrooke: Université leader, Université de leaders

PUBLIREPORTAGE

La recherche, ça s'explique!

JOHANNE LEROUX

Qu'ont en commun une présentation vidéo au sujet du port du casque à vélo et les astrocytes qui se retrouvent dans notre cerveau? Les deux sujets faisaient partie d'une présentation que le professeur David Fortin a faite auprès d'élèves, à la suite d'une visite de son laboratoire, afin de les sensibiliser à l'importance de la recherche.

David Fortin est chercheur-clinicien au Service de neurochirurgie et neuro-oncologie du Département de chirurgie de la Faculté de médecine et des sciences de la santé. Il est aussi directeur du programme de formation en neurochirurgie de l'Université de Sherbrooke. Malgré son horaire très chargé, il a pris le temps d'accueillir un groupe d'élèves de 10 à 15 ans accompagnés de leurs parents afin de les entretenir sur ses recherches.

Le professeur Fortin et ses étudiants ont su leur présenter, d'une façon très simple, le fonctionnement du cerveau et d'une cellule. Les enfants ont également été sensibilisés au cancer, tout ceci étant illustré de façon humoristique par les visages des enfants de David Fortin, mis à contribution avec enthousiasme pour cette présentation. Finalement, on leur a expliqué ce qu'est la vie d'un chercheur et son apport à la société. À la suite de cette présentation formelle, les jeunes et leurs parents ont pu visiter les laboratoires, regarder des cellules normales et cancéreuses au microscope et même rencontrer un petit rat de laboratoire.

Le professeur David Fortin s'est fait un plaisir de démystifier le fonctionnement du cerveau et d'une cellule auprès d'un groupe d'élèves de 10 à 15 ans.
Photo : Robert Dumont

Cette visite a été initiée par un parent d'un groupe d'école-maison. «Les modèles de rôles qui nous sont présentés dans les médias sont pratiquement tous des joueurs de sport professionnel, dit David Fortin. Je pense que c'est important que les jeunes puissent voir que d'autres personnes font des choses intéressantes et importantes. Faire diffuser notre savoir fait partie de notre mandat quand on travaille comme chercheur dans une institution d'enseignement, et ça m'a fait plaisir de pouvoir rencontrer ces jeunes.»

Cette philosophie, il la partage avec ses étudiants. Marc-André Bellavance et Marie Blanchette ont accepté avec bonne humeur de participer à cette activité. «C'est un excellent exercice, note Marc-André Bellavance. Cela nous fait prendre du recul sur nos recherches et nous force à prendre conscience des grandes lignes.» Marie Blanchette trouve important de valoriser la place du chercheur dans le domaine de la santé : «Les seuls chercheurs que les enfants voient dans les films et à la télé, ce sont des excentriques peu reliés à la réalité, dans leurs laboratoires. On peut ici leur faire comprendre que les chercheurs sont des gens comme tout le monde, qui aident aussi à guérir les gens, comme le médecin qu'ils rencontrent dans son bureau.»

Tout comme de grandes découvertes en recherche, les chemins que nous choisissons commencent par une idée, une expérience. Qui sait, peut-être reverrons-nous l'une de ces petites têtes éveillées dans nos corridors, dans une dizaine d'années?

À CHLT 102,1

Une émission de radio s'intéresse aux professeurs de l'Université de Sherbrooke

ELISE GIGUÈRE

Depuis le 24 février, CHLT 102,1 FM diffuse l'émission *Question de savoir*, qui s'intéresse aux professeurs de l'Université de Sherbrooke. Chaque semaine, l'animatrice Bianca Battistini reçoit un professeur pour démystifier ses recherches, comprendre les impacts de celles-ci dans la société et connaître les intérêts du chercheur en plus du travail.

L'idée vient de l'animatrice, qui coanime aussi l'émission *Trait d'union* à la même chaîne avec Hélène Gravel. Elle s'est demandé qui sont tous ces gens qui font avancer la science à Sherbrooke. «Ils ont choisi de s'établir à Sherbrooke, non seulement pour transmettre leur savoir, mais aussi pour faire rayonner Sherbrooke sur la planète comme ville du savoir», observe-t-elle.

L'animatrice Bianca Battistini est à la barre de *Question de savoir* à CHLT 102,1 FM; une émission dédiée aux chercheurs de l'Université de Sherbrooke et diffusée le dimanche à 10 h 30 et le lundi à 13 h 30.
Photo : Michel Caron

Le défi pour l'animatrice consiste donc à aborder des thèmes scientifiques dans un esprit convivial, de façon à ce que les auditeurs ne s'y perdent pas. Elle consacre plusieurs heures à la recherche avant d'accueillir chaque invité. «Heureusement, ils ont un esprit de synthèse très développé, qui nous permet de condenser tout ça dans une demi-heure», note-t-elle en soulignant du coup la générosité et le sens de l'humour de ses invités.

Après avoir reçu Patrick Ayotte, Régen Drouin et Dorothée Boccanfuso, Bianca Battistini accueillera entre autres François Michaud (16 et 17 mars), Patrick Dramé (23 et 24 mars), Marie Papineau (6 et 7 avril), Isabelle Dionne (13 et 14 avril) et Hélène Pigot (20 et 21 avril). «Les gens de la station avaient peur que ce soit trop lourd, mais les commentaires jusqu'à présent, c'est que l'émission est super intéressante, dit l'animatrice. Ça reste scientifique, mais on donne beaucoup d'exemples.» Bianca Battistini rêve même d'une 2e saison : «Ce serait intéressant que ça devienne un rendez-vous hebdomadaire.»

L'émission est diffusée le dimanche de 10 h 30 à 11 h et en rediffusion le lundi de 13 h 30 à 14 h, sur les ondes du 102,1 FM ou encore sur le site www.1021fm.net.

Prévenir l'épuisement professionnel en apprenant à mieux se connaître

Vous vous sentez épuisé? Vous manquez de motivation au travail? Vos tâches vous semblent de plus en plus lourdes? Vous pourriez peut-être participer à une étude menée par le Groupe de recherche sur l'épuisement professionnel au Département de psychologie de l'Université de Sherbrooke.

La professeure Marie Papineau et son équipe cherchent à valider un programme de prévention de l'épuisement professionnel basé sur l'autoformation. Après avoir passé des tests pour évaluer leur condition, les participantes et participants à l'étude doivent lire de l'information et compléter des exercices regroupés en trois modules. Conçus par des étudiants et des étudiantes au doctorat en psychologie supervisés par Marie Papineau, ces modules abordent chacun une thématique : l'exténuation, le désengagement au travail et la gestion du stress.

Les gens sont ensuite invités à lire et à compléter trois autres modules selon les facteurs personnels et organisationnels pouvant les mener à l'épuisement. Le Groupe de recherche sur l'épuisement professionnel a ciblé six facteurs individuels : la tendance à s'inquiéter, l'estime de soi, la pression de performance, le perfectionnisme, l'affirmation de soi et la tolérance à l'incertitude. Les six facteurs organisationnels concernent les valeurs, l'esprit de communauté, les récompenses, la charge de travail, l'équité et le contrôle.

«Les exercices vont faire ressortir les problèmes et les forces; ce sur quoi miser pour aller mieux, pour prévenir l'épuisement», mentionne Catherine Boulé, responsable du recrutement pour l'étude. «La personne repart outillée. Ce sont des apprentissages qui vont lui rester.»

Une problématique coûteuse

Étudiante au doctorat en psychologie clinique, Catherine Boulé s'intéresse à l'épuisement professionnel, car dans la pratique, une grande partie de la clientèle vient consulter pour cette raison. L'épuisement professionnel coûte d'ailleurs très cher aux employeurs. Chaque année au Canada, 10 à 15 milliards de dollars seraient dépensés pour des absences reliées à des troubles psychologiques. Et cela, sans calculer les coûts engendrés par la détérioration du travail. Pourtant, la jeune femme fait remarquer qu'il n'est pas évident de recruter des participants à l'étude : «Souvent les gens sont déjà en épuisement professionnel. Ils attendent d'être au bout du rouleau pour consulter.»

Parfois confondu avec la dépression, l'épuisement professionnel concerne spécifiquement le travail. «La personne qui en souffre sent une baisse de motivation, une fatigue et un découragement liés à la sphère du travail. Dans le cas de la dépression, ce sont toutes les sphères qui sont altérées», précise Catherine Boulé.

Les gens intéressés à participer à l'étude du Groupe de recherche sur l'épuisement professionnel doivent être âgés de 18 ans ou plus, travailler au moins 30 heures par semaine, présenter certains signes d'épuisement, ou se sentir à risque d'épuisement, et ne pas être en processus thérapeutique. Remplir les modules prend environ une heure par semaine. «Ça permet vraiment d'apprendre à mieux se connaître», observe Catherine Boulé.

E. G.

Renseignements : grep@usherbrooke.ca
ou 819 821-8000 poste 62226