

Ce lundi, à 13 h 30, **Claudia Picard-Deland** explorera une réalité qui nous touche au quotidien : **LE SOMMEIL**. Essentiel à notre bien-être physique et mental, il n'est pas toujours aussi bienfaisant, profond, réparateur... que nous l'espérons.

Comment le protéger, comment l'améliorer avec l'âge?

Notre conférencière expliquera d'abord quelles sont les bases du sommeil et en quoi celui-ci est important pour la santé, la mémoire et la cognition.

Elle identifiera ensuite les changements de sommeil qui sont attendus avec le vieillissement, par opposition à ceux qui pourraient être associés à des troubles du sommeil. Elle présentera finalement des moyens simples et concrets pour améliorer et protéger notre sommeil au quotidien.

Elle souhaite par la suite pouvoir répondre aux questions de l'auditoire en salle et en ligne.

Claudia Picard-Deland détient un baccalauréat et une maîtrise en neurosciences de l'Université de Montréal. Elle y poursuit actuellement un doctorat sous la direction du psychiatre Tore Nielsen. Elle travaille comme chercheuse au Laboratoire des rêves et des cauchemars du Centre d'études avancées en médecine du sommeil de l'hôpital du Sacré-Cœur-de-Montréal. Ses intérêts de recherche portent plus spécifiquement sur le sommeil, les rêves et la mémoire, ce qui l'a amenée à développer un rôle de vulgarisatrice scientifique dans divers médias.



[Entrevue avec Claudia Picard : Le sommeil et les rêves en temps de pandémie](#) (Radio-Canada Ohdio, Dessine-moi un dimanche, 18 avril 2021)

Claudia-Picard Deland est associée à la campagne canadienne du sommeil « *Dormez-là-dessus* », dont le site vaut la peine d'être exploré : <https://dormezladessuscanada.ca/tout-sur-le-sommeil/>

#### **En présence au collège Brébeuf (à partir de 12 h 30)**

- **Entrées possibles** aux portes du **5605 / 5625, av. Decelles** (accès à l'ascenseur).  
ou du **5575, av. Decelles** (Pavillon Coutu : accès plus rapide et moins achalandé; un escalier à monter).
- Dans le hall de la **salle Jacques-Maurice**, vous pourrez vous inscrire, recevoir votre carte d'abonnement ou obtenir un droit d'entrée pour la conférence (10 \$).

#### **Virtuellement, via Zoom**

Toutes les **personnes abonnées** recevront une invitation et un lien pour la diffusion de la conférence la veille, dimanche soir. Si vous n'avez rien reçu lundi matin, avisez-nous par courriel : [fculturelle@brebeuf.qc.ca](mailto:fculturelle@brebeuf.qc.ca)

## Les activités de cette semaine



**Mardi à 13 h 30, le cercle de lecture se réunit sur Zoom**  
pour discuter de la tétralogie de Sylvie Drapeau, *Fleuve*.

Cette autofiction a été publiée en quatre volumes, *Le Fleuve* (2015), *Le Ciel* (2017), *L'Enfer* (2018), *La Terre* (2019), avant d'être réunie en coffret sous le titre *Fleuve*.

Sylvie Drapeau s'y révèle enfant, jeune femme, mère et femme mûre en s'adressant aux morts de sa famille qui ont marqué ces étapes de sa vie.

**Mercredi, de 12 h 30 à 14 h 30**  
au local G1.133 (entrée 5625 / 5605 Decelles) et sur Zoom  
***Proust et la musique* par Michel Duffy**

Ce premier cours décrira d'abord le contexte culturel de la Belle Époque. Il montrera comment Marcel Proust y a développé son intérêt pour la musique et quelles ont été les influences déterminantes sur son œuvre.

Il expliquera les multiples usages que le romancier fait de la musique dans *La Recherche du temps perdu*.

Il abordera finalement l'apparition de la sonate de Vinteuil dans la relation entre Swann et Odette.

James Tissot, *Le Bal*, 1878  
Musée d'Orsay



**Jeudi, de 13 h 30 à 16 h 30, au local B5.28**  
**Atelier d'écriture animé par Andrée Paradis**

On y travaillera des textes d'autofiction et de fiction.  
Des nouvelles de Philippe Delerm et d'Aude ainsi que des extraits de romans d'Anne Hébert et de Marguerite Duras serviront d'exemples pour illustrer la diversité de sujets et de formes choisis par les écrivains.

L'astrophysicien **Robert Lamontagne** a terminé son inspirante série de cours intitulée ***L'origine, l'évolution et le destin de la vie sur Terre*** en nous offrant les versions PDF (sans animation) de ses trois présentations :

<https://www.astro.umontreal.ca/~lamont/UTA/Origine1.pdf>

<https://www.astro.umontreal.ca/~lamont/UTA/Origine2.pdf>

<https://www.astro.umontreal.ca/~lamont/UTA/Origine3.pdf>

## Nathalie Bondil nous fait découvrir Fernande Olivier

Lundi dernier, nous retrouvions, grâce aux nouvelles technologies, la conférencière passionnée qui nous si souvent fait partager ses recherches artistiques comme commissaire d'exposition. Nathalie Bondil a été cocommissaire de l'exposition consacrée à Fernande Olivier, modèle, écrivaine et artiste, au Musée de Montmartre. L'ouvrage réalisé à partir de l'exposition sera bientôt en bibliothèque et en librairie.

Nathalie Bondil a d'abord situé la célébration de Fernande Olivier dans le cadre du centenaire de Picasso où l'on souhaite mettre en relief le rôle qu'ont joué certaines femmes dans sa vie.

Amélie Lang, qui adopte le « nom de modèle » de Fernande Olivier pour échapper à un mari violent, est née en 1881, la même année que Picasso, et se comporte dans leur relation comme une égale.

Douée pour l'écriture, elle publiera, après sa rupture avec le peintre, deux ouvrages qui témoignent de son talent littéraire et de son jugement artistique. En s'y référant abondamment, Nathalie Bondil lui a donné la parole. Elle a ainsi montré comment « la belle Fernande » réussit à faire éclater le stéréotype associé à sa beauté pour se révéler comme une femme de tête.

Fernande Olivier vit avec Picasso de 1905 à 1912. Elle écrivait pour le plaisir depuis l'enfance, mais c'est au début des années trente qu'elle décide, pour gagner sa vie, d'écrire sur cette période dans le journal *Le Soir*, sous le titre : « Quand Picasso était pompier, dix ans de souvenirs ». L'appui de Paul Léautaud lui permettra de publier ces articles dans un livre intitulé *Picasso et ses amis*, qui est devenu une référence incontournable sur les débuts de la révolution cubiste. Picasso lui-même dira que « c'est le meilleur miroir de cette époque ».

Le destin de Fernande Olivier reste toutefois marqué par son adoption à la naissance et surtout par le « mariage de réparation » auquel elle a dû se résoudre à la suite d'un viol à l'adolescence. Elle finit par quitter ce mari violent et se construire une vie sous un nouveau nom en devenant modèle.

C'est comme modèle déjà reconnu qu'elle fait la connaissance de Picasso et de son cercle catalan dans le cadre du Bateau-lavoir à Montmartre. En acceptant de vivre avec lui, elle doit se résoudre à ne poser que pour lui. Ce sont les années les plus heureuses de sa vie, mais elle finira par s'ennuyer...

Ce sont aussi des années exceptionnelles pour Picasso comme le montrent, par exemple, la création des *Demoiselles d'Avignon* et les « alchimies » cubistes autour du visage de Fernande.

Nathalie Bondil a présenté finalement les principaux artistes intelligemment décrits par Fernande Olivier : Matisse, Juan Gris, le douanier Rousseau, Max Jacob, Van Dongen, Marie Laurencin, Guillaume Apollinaire, Suzanne Valadon.

Et elle a conclu sur les dernières années de Fernande Olivier, aidée financièrement par Picasso et proche d'un filleul toujours dépositaire de son œuvre d'écrivain.

Fernande Olivier, *Souvenirs intimes : écrits pour Picasso*, BAnQ, [927.513 O492s 1988](#)

Fernande Olivier, *Picasso et ses amis* (préface de Léautaud), BAnQ, [927.596 P5868o 2001](#)

*Fernande Olivier raconte Picasso* : le catalogue d'art réalisé à partir de l'exposition au Musée de Montmartre est « en commande » à la Grande bibliothèque : <https://infine-editions.fr/publications/fernande-olivier-raconte-picasso/>

Le projet **De fil en aiguille** réunit des professeurs et des étudiants du collégial Brébeuf. Vous pouvez y contribuer en offrant des tissus ou des fils à tricoter dont vous ne vous servez plus ou même en venant coudre ou tricoter avec des jeunes.

Ça vous intéresse?

Vous avez de la laine à donner?

Vous avez des questions?

Écrivez à [fculturelle@brebeuf.qc.ca](mailto:fculturelle@brebeuf.qc.ca)



**De fil en aiguille**

**C'est quoi ?**  
C'est un **projet créatif-écolo et social** qui vise à donner une **seconde vie aux textiles non réutilisables** en les transformant, par la **couture**, le **crochet** et le **tricot**, en articles du quotidien utiles. Ces articles sont par la suite vendus pour amasser des fonds pour **Opération Enfant Soleil**.

**Mercredi de 12h30 à 14h30:**  
Du 25 janvier au 3 mai, sauf le mercredi 1er mars et le mercredi 12 avril.

**Vendredi de 12h30 à 14h30:**  
Du 27 janvier au 5 mai, sauf pour le vendredi 3 mars.

**AU E1-45**

### Projet de recherche en neuropsychologie

Le Réseau québécois pour la recherche sur le vieillissement (RQRV) aimerait connaître l'opinion des personnes vieillissantes sur l'évaluation et l'intervention en ligne (à distance) en neuropsychologie et en orthophonie. Il s'agit de former des groupes de discussion pour examiner les enjeux liés à la nouvelle technologie. Vous trouverez les détails en cliquant sur le lien suivant : [http://www.fondationculturellebrebeuf.org/wp-content/uploads/2023/02/Projet-RQRV\\_Publicite\\_Aines\\_2.pdf](http://www.fondationculturellebrebeuf.org/wp-content/uploads/2023/02/Projet-RQRV_Publicite_Aines_2.pdf)

La neuropsychologue Isabelle Rouleau, qui nous a présenté l'an dernier une conférence sur la mémoire et le vieillissement, nous a acheminé cette annonce en soulignant que les personnes qui l'avaient écoutée à distance pourraient être intéressées à donner leur opinion concernant l'utilisation du zoom dans le cadre d'une évaluation des fonctions cognitives.

### Conférences et cours en mode virtuel (en ligne)

Votre abonnement ou votre inscription vous donne accès aux conférences et aux cours en ligne. Vous recevrez une invitation et un lien Zoom par courriel la veille de l'activité.

Si vous souhaitez vous rafraîchir la mémoire ou vous familiariser avec l'application Zoom, vous pouvez consulter ou télécharger notre **Guide d'utilisation ICI**.

Si vous avez besoin d'une aide supplémentaire, vous pouvez le demander par courriel ([fculturelle@brebeuf.qc.ca](mailto:fculturelle@brebeuf.qc.ca)).

Fondation culturelle Jean-de-Brébeuf  
5625, av. Decelles,  
Montréal, H3T 1W4

Téléphone : 514.342.9342, poste 5412

[www.fondationculturellebrebeuf.org](http://www.fondationculturellebrebeuf.org)

Si vous ne souhaitez pas recevoir ce courriel hebdomadaire, veuillez nous en faire part à cette adresse : [fculturelle@brebeuf.qc.ca](mailto:fculturelle@brebeuf.qc.ca)