

FRIGO N°8

De la fraîcheur dans un monde de brutes

**ENTRETIEN AVEC
LAURENT BORDES
président de l'UPPA**

**50 ans de l'UPPA
une page
bien remplie**

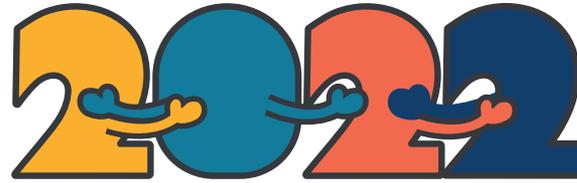
**LA BU,
SES SERVICES
ET DES NOUVEAUTES**

**PAU, TERRE
DE SPORTS**

Mars 2022

FRIGO, le journal
des étudiants palois et de l'UPPA

Toute la rédaction de Frigo vous souhaite une très bonne année



Chez nous on apprécie de voir les gens réussir et être heureux !
Tout d'abord, nous vous souhaitons une merveilleuse année universitaire !

La période est dure, les journées courtes, il fait gris, froid toute la journée, les bars sont fermés, certains cours sont en distanciel mais cela ne peut pas vous empêcher de surmonter ce douloureux moment et de réussir. Réussissez vos contrôles, vos exposés, vos partiels, vos stages, vos diplômes ! Motivez-vous à aller en cours, à réviser seul ou à plusieurs, à communiquer avec les professeurs et avec vos collègues !

Réussir maintenant, c'est profiter cet été de la plage, du soleil et des bonnes bières fraîches !

Ensuite, nous vous souhaitons d'être en parfaite santé !

Alors oui, rien de plus facile que de commander un bon Uber Eats, c'est pas cher, bon, rapide et efficace (bien entendu, cela arrive quand le livreur ne fait pas tomber votre boisson sur vos frites). Aujourd'hui, c'est peut-être le moment de se bouger, de bien manger, de faire du sport, de boire avec modération (compliqué, je vous l'accorde).

C'est le moment de vous motiver et de vous lever tôt, car, comme disait le grand philosophe Orelsan : « L'avenir appartient à ceux qui se lèvent à l'heure où je me couche » - Orelsan Casseurs Flowters - à l'heure où je me couche.

Pour continuer sur cette bonne lancée, nous vous souhaitons le bonheur à l'état pur. Appréciez et souriez à la vie, elle est courte, mais intense. Rien n'est facile, tout demande force et patience. Mais le plaisir de réussir quelque chose aujourd'hui, c'est de nager dans le bonheur à la fin.

Vivez d'amour et d'amitié ! Allez voir votre crush en face à face et dites-lui tout ce qui vous passe par la tête, on a plus le temps de se cacher ou d'être timide ! Il faut prendre les devants et se lancer dans le vide (alors non, nous ne sommes pas dotés d'ailes pour réussir à survoler... pas pour le moment !) Dans le pire des cas, tu te fais recalé. Alors que dans le meilleur des cas, vous finissez tous les deux en couple et heureux ! Moi, à ta place, je foncerai !! (N'hésite pas

à faire le test présent dans notre numéro pour savoir si ton crush et toi, vous êtes sur la même longueur d'onde).

Prenez soin de vos proches, votre famille ou vos amis. On ne peut que compter sur les plus proches, alors n'hésitez pas à les broser dans le sens du poil. Ils sont là dans les meilleurs comme dans les pires moments. Ne les sous-estimez pas et, pour eux, faites-en le double !

On est d'accord, la réussite, la santé, le bonheur, c'est super important, mais au fond, on fait tout ça pourquoi ? Pour l'argent ! Alors oui, nous vous le disons haut et fort, nous vous souhaitons tous d'être aussi riches que Picsou ! Étant donné qu'à la rédaction, on est des gens en or, on vous a concocté différentes possibilités de réaliser ce souhait : vous pouvez jouer au loto (« le million ! le million » - Les Inconnus), vous pouvez vendre votre gameboy (triste), devenir célèbre sur tiktok (pour ça, il vous faut un talent !), vous pouvez hériter malencontreusement d'un héritage (se marier à une personne très riche est une solution efficace à adopter) ou alors vous pouvez tout simplement travailler... À vous de jouer !

Pour terminer, cela fait maintenant deux ans que le Covid 19 est à nos côtés. Le temps passe si vite... snif... Il nous en a fait voir de toutes les couleurs. Au début, c'était sympa, on pouvait rester à la maison et ne pas aller à l'école ! Youpi ! Mais bon... au bout d'un moment, ça devient embêtant et long... Alors voilà, on pourrait comparer le Covid à un collègue chiant, il est gentil hein, mais ce n'est pas tout d'être gentil... Des fois, c'est bien aussi de ne pas avoir quelqu'un qui reproduit nos moindres faits et gestes, des fois, c'est sympa de partir en vacances et de ne surtout jamais revenir... Voilà ce qu'on vous souhaite de meilleur, la fin de cette triste et sombre crise sanitaire. On veut le retour des bars, des boîtes, des bises, des voyages, des festivals électros, des fêtes de villages qui ne se terminent jamais !! On vous souhaite juste de vivre votre vie !

2022 Frigo se renouvelle !

Malgré le contexte sanitaire encore bien présent, Frigo est de nouveau là pour une nouvelle édition : la huitième ! Eh oui, nous avons encore de quoi vous divertir sous version papier, et aussi numérique. Alors, accrochez-vous parce que c'est parti !!! Avant de vous lancer dans ce nouveau périple, nous voulons remercier nos chers éditeurs qui se démènent à chaque fois pour trouver de nouvelles idées à vous faire découvrir : Christian, notre professeur qui réussit à nous guider sur le droit chemin et vous, bien sûr, nos chers lecteurs fidèles ! Profitez de ce nouveau numéro pour découvrir nos nouveaux écrivains Théa, Antoine et Noé, mais aussi pour retrouver les « anciens » : Cassandra, Alexia, Thomas Bordenave-Lagau, Jérémie, Arthur et Thomas Genzel. Nous sommes constamment présents sur les réseaux sociaux pour partager avec vous toutes les informations à la minute près, venez nous suivre sur Facebook « Frigo Uppa » et sur Instagram « @frigo.uppa ». Si vous avez des conseils ou des demandes particulières, n'hésitez pas à nous envoyer un mail à l'adresse suivante : frigo.uppa64@gmail.com

Pourquoi rejoindre Frigo ?

Frigo est un journal écrit, fait par des étudiants à destination des étudiants. On y présente tous les sujets et toutes les informations liés au monde étudiant palois. On y parle à la fois sérieusement, interviews, vie du campus, associations, vie pratique, culture, sport, bons plans... mais on sait aussi s'amuser avec des articles humoristiques et des blagues !!

Tous les jeudis après-midi, avec l'aide de Christian, notre professeur, la rédaction suit des cours d'écriture journalistique qui nous permettent d'apprendre à concevoir un journal et à écrire des articles !

Nos horaires : 14h-16h en salle 10 de la faculté de lettres.

Tout le monde peut y participer ! Si tu aimes créer alors, rejoins-nous !

Toi qui aimes dessiner, réaliser, écrire des poèmes, des histoires réelles ou imaginaires, illustrer des bandes dessinées...

Toi qui es passionné par le sport, le cinéma, la musique, la culture... Pourquoi ne viens-tu pas partager ton talent avec les étudiants palois ?

■ Alexia Lacoume, présidente de l'association Frigo



Frigo est publié par l'association Frigo - Éditions S'exprimer
Inscrite à la Préfecture de Pau sous le numéro : W643011842
UPPA - Maison de l'Étudiant - Avenue de l'Université - 64000 Pau
N° SIRET : 880 238 712 00017

Présidente de l'association : Alexia Lacoume

Atelier d'écriture et coordination éditoriale : Christian Garrabos

Rédaction : Thomas Bordenave-Lagau, Antoine Doridot, Thomas Genzel, Théa Giordani, Jérémie Heins, Alexia Lacoume, Arthur Marinesque, Noé Roald Poupard, Cassandra Urruty.

Conception graphique et réalisation : Studio graphique Pyrénées-Press



Imprimé par P.P. S.A. Imprimerie P.P. S.A. - ZI Berlanne 64160 Morlaàs

Ne pas jeter sur la voie publique

Ce journal a été imprimé sur du papier 50g fabriqué en Allemagne, et produit en totalité à partir de fibre de récupération (papier 100% recyclé) - Papier certifié PEFC 100% - FCBA/18-01719



P. 2
Voeux de la rédaction de Frigo

P. 4-5-6
Entretien : Laurent Bordes

P. 7
50 ans de l'UPPA
une page bien remplie

P. 8
Humour : test d'amour

P. 9
Pau, première de classe !

P. 10-11-12
La BU comme vous ne l'avez jamais vue !

P. 13-14
Améliorations de la BU les étudiants donnent le taux de change

P. 15
Coup de tonus sur le campus

P. 16
Une recette autour du monde

Drive Fermier de Pau

P. 17
Mange proche et local

P. 18
La Croix-Rouge de Pau en faveur des étudiants

P. 19
Feuilleton : «Le soir venu à l'Université - Partie 1»

P. 20-21
Pau, terre de sports Interview Eric Saubatte

P. 22
Horoscope

P. 23
Invitation au 6^e art

UPPA

un nouveau président pour une nouvelle université ?

Président depuis janvier 2021, Laurent Bordes revient pour FRIGO sur son parcours, sa fonction de président ainsi que les futurs projets pour l'Université de Pau



Laurent Bordes, président de l'UPPA.

Pourquoi avoir choisi l'UPPA et comment en êtes-vous arrivé à en devenir le président ?

Dans ma discipline, on a assez peu de promotions locales donc si j'ai candidaté pour devenir professeur des universités, c'était plutôt avec l'idée de partir ailleurs. Ce sont des concours en général avec peu de postes et j'avais deux options : soit l'ENS Cachan antenne de Bretagne ou l'UPPA. Je connaissais un petit peu l'UPPA mais ce que je percevais m'intéressait déjà, à savoir une université de taille moyenne et centrée sur son territoire.

Je ne suis pas arrivé avec l'idée de prendre des responsabilités, mon contrat étant de dynamiser les équipes statistiques au sein du laboratoire par le biais des partenariats. Ensuite les événements se sont enchaînés avec la direction du laboratoire. Cette université m'a séduit, car elle est ouverte à l'international avec de nombreux atouts. Alors s'est posée la question des responsabilités et pour moi c'était important d'accompagner l'UPPA dans cette trajectoire, avec des projets importants pour

■ Alexia Lacoume et Thomas Bordenave-Lagau

son avenir. C'est une lourde responsabilité, mais c'est extrêmement enthousiasmant et ça a été un moment important pour ma carrière, mais aussi pour l'engagement de l'ensemble de la communauté universitaire.

Quelle est votre journée type en tant que président de l'UPPA ?

Beaucoup de réunions et de gestion puisque l'université est une grosse machine, avec 1700 personnels et 14 000 étudiants. D'un point de vue interne, un président pilote toute l'organisation de l'université, que ce soit pour l'aspect financier, les actions et les conseils de l'établissement.

Pour une semaine « type » je dirai que le lundi c'est le bureau avec la réunion de l'équipe de direction, où l'on fait le point sur tous les sujets d'actualité que l'on doit traiter, les projets à venir ainsi que les difficultés rencontrées. Ensuite, il y a des réunions avec les présidents des différentes universités, qui ont lieu une fois par mois à Paris avec des commissions internationales afin de discuter ensemble des projets. Je fais aussi fréquemment des interviews avec des journalistes, je reçois des collègues, des étudiants et des organisations syndicales. Tout ceci marque la vie d'un établissement universitaire et le rôle du président est de coordonner une équipe de direction, des chargés de missions, une feuille de route avec des objectifs fixés et des réunions pour évoquer ce qui n'est pas fait, ce qui doit être fait et ce qui doit être arrêté si ça ne marche pas. Voilà le panorama de la vie d'un président de l'Université.

Vous avez été élu pour un mandat de 4 ans : quels sont les principaux projets que vous souhaitez mettre en place ?

Ils sont nombreux : d'abord la pérennisation de l'I-Site, qui a fixé un cap pour l'université afin de construire des formations où l'on est spécialisé sur les transitions énergétiques et environnementales. Cela favorise également une ouverture sur l'Europe et à l'international, par des partenariats intenses et institutionnels entre universités.

Le cœur de ce projet, c'est la relation public/privé : on a décidé de défendre un modèle d'université de territoire centré sur la recherche et le développement privé. On nourrit notre projet de cette relation avec les entreprises du territoire, sur les thématiques de la transition énergétique et environnementale.

On voudrait aussi que nos étudiants sortent de l'UPPA avec un sentiment d'appartenance beaucoup plus fort qu'aujourd'hui : d'abord avec la création d'une assemblée étudiante en 2022, menée par les étudiants autour des questions essentielles de la vie étudiante, du logement et de l'action culturelle et sportive. Puis en 2023 on aura des assises étudiantes où l'on se donnera des objectifs pour les années à venir. Au niveau international et européen, l'université fait partie d'une alliance construite autour de valeurs partagées avec nos partenaires : on sait que dans quelques années, on aura des universités européennes. Les valeurs que l'on partage sont l'interculturalité, les territoires communs, la transition énergétique, l'économie circulaire et le

patrimoine culturel. Se pose la question de la croissance de l'université, nous plaçant aujourd'hui dans les universités de taille moyenne.

Notre conviction est que l'on doit croire, car l'université s'est construite sur le pôle palois, puis les antennes (Tarbes, Côte basque). L'objectif est de devenir une université singulière avec deux pôles de force équivalents.

Dans votre lettre d'intention, vous dites : « Dans de telles circonstances, il est essentiel de s'appuyer sur des principes et des valeurs d'une université de plein exercice ». Quels sont ces valeurs et principes ?

Il existe encore l'idée qu'il y a des universités intensives de recherche et une deuxième catégorie qui n'auraient pas à remplir toutes les missions de l'université. Nous considérons que ce n'est pas sa taille qui fait sa qualité, mais c'est l'engagement de ses étudiants, de son personnel et des objectifs fixés, qui fait de nous une université d'excellence, car on n'a pas envie de devenir une université de seconde zone. L'époque montre que la société dans son ensemble attend que les territoires offrent des opportunités de parcours universitaires de qualité, et l'UPPA veut jouer ce rôle-là, à l'échelle de son territoire. Les valeurs de l'université pour moi c'est aussi comprendre quelles sont les attentes, à la fois de nos étudiants, mais aussi de ceux qui travaillent avec nous. On ne peut plus seulement offrir de la formation et de la recherche, mais on doit aussi porter des valeurs. Il faut que l'UPPA les mette en avant autour de trois axes principaux : la qualité de vie au travail, le bien-être étudiant, et une recherche qui répond à des enjeux sociétaux comme la transition énergétique à l'échelle des territoires. On voudrait que les étudiants de l'UPPA ressortent en étant des citoyens éclairés sur ces questions.

BIOGRAPHIE

Laurent Bordes

1996 : après des études à l'université de Bordeaux 1, Laurent Bordes obtient un doctorat en mathématiques appliquées.

1997-2006 : après son doctorat, il devient maître de conférences à l'université de Technologie de Compiègne. En 2006, il arrive à l'UPPA.

2018 : élection en tant que président du collège Sciences et Techniques pour l'Énergie et l'Environnement.

2020 : Laurent Bordes se présente pour l'élection de président de l'UPPA : après deux reports des élections, il est élu le 15 décembre 2020.



Bâtiment de sciences, récemment rénové.

Lors d'une étude menée par le site l'Étudiant, Pau se hisse en première position du classement des villes de taille moyenne : comment expliquez-vous ce résultat et pensez-vous que cela peut amener au recrutement de nouveaux étudiants ?

Déjà c'est mieux d'être premier qu'en fond de classement. Pau offre un large panel d'avantages aux étudiants, à la fois avec la qualité du campus et des activités proposées pour ces derniers. Ça fait longtemps que l'UPPA est dans les 10 premières universités par son pourcentage de réussite en licence.

Maintenant, je ne sais pas si ces résultats l'emportent sur la décision d'un étudiant qui voudrait venir à Pau. On a parfois des freins concernant les villes de taille moyenne, pensant que les grandes métropoles sont plus intenses concernant la vie étudiante : moi je pense que l'on peut concilier les deux dans une ville comme Pau. C'est une belle ville, un territoire qui offre de nombreuses opportunités et c'est une chance pour nous d'occuper cette place dans le classement. Des étudiants vont dans de grandes villes universitaires et reviennent, car on retrouve une proximité, avec une université qui reste à taille humaine. On est aussi rentré dans le classement international du *Times Higher Education*, en fond du classement, mais c'est une belle surprise. Pour les étudiants internationaux, ça compte aussi.

Enfin, comment imaginez-vous l'UPPA à la fin de votre mandat ?

Dans 4 ans, on aura consolidé un certain nombre de choses : l'accroissement de l'université, créer un vrai sentiment d'ap-



Un bâtiment de la faculté de droit.

partenance à l'université pour les étudiants et on saura aussi si on passe d'une alliance à une université européenne. Tout cela sera rendu possible par une augmentation du nombre d'enseignements et d'enseignants chercheurs pour rétablir un équilibre afin de mieux encadrer nos étudiants. Je n'ai aucun doute que mes collègues font tous les efforts qu'ils peuvent : innovation pédagogique par le numérique, projets avec des partenaires socio-économiques du campus et des entreprises. On aura transformé notre offre de formation en blocs de compétences, ce qui permettra aux étudiants de mieux se valoriser auprès de leurs futurs employeurs et d'améliorer l'insertion professionnelle. Tout cet ensemble fait partie de nos objectifs et pour moi, 4 ans c'est du court terme, mais c'est essentiel pour nous.

Pau, université mondialement connue

Si Pau est reconnue à l'échelle nationale (première ville de taille moyenne), elle l'est aussi à l'internationale : en mai 2021, le classement international de Shanghai plaçait l'UPPA dans le rang 301-400 sur la thématique «Sciences et énergie de l'ingénierie».

Plus récemment, le *Times Higher Education* compte l'Université de Pau, parmi les 1700 universités du classement, aux alentours des places 1200 (1201+), et même à la 318^e place pour l'international.



Le restaurant La Vague.

50 ANS DE L'UPPA

une page bien remplie

L'UPPA fête ses 50 ans et marque le coup avec un livre-événement ! Retour sur le demi-siècle d'histoire de l'Université paloise, parue aux Presses Universitaires des Pays de Pau et de l'Adour, une idée cadeau à ne pas manquer ! ■ Noé Roald Poupard



Quand l'histoire s'invite sous votre sapin (ne le rangez pas trop vite !)

Ho, ho, ho !

Si vous êtes toujours en train de chercher un cadeau de Noël pour votre entourage, vous êtes en retard, sachez-le. C'est irrémédiable. Vous pouvez toujours prétexter que le meilleur cadeau que vous pouvez faire, c'est votre amitié, ça n'expliquera pas toutes les questions un peu trop lourdes sur les sets de table personnalisés et les box « week-end pittoresque dans la Creuse ».

Heureusement pour vous, nous avons l'idée en OR, celle qui n'arrive que deux fois par siècle : le livre-événement de l'UPPA, publié à l'occasion des cinquante ans de la fondation de l'Université ! Voilà l'excuse parfaite pour offrir un cadeau de Noël en mars. Non, vous ne rêvez pas.

Pour tous les amoureux de la fac, des bancs des amphithéâtres aux espaces verts et des obscurs rayons de la bibliothèque universitaire jusqu'aux restaurants, vous pourrez suivre l'histoire de la jeune université de province au fil des chapitres composés par près de 70 contributeurs.

Aussi, vous découvrirez les balbutiements d'un campus indépendantiste dans un contexte de grondement soixante-huitard, son progressif développement avec l'explosion des sites de formation dans le Sud-ouest de la côte atlantique jusque dans le Marsan, ses moments de crises et ses instants de gloire. Toutes les dates majeures de notre université y sont soigneusement consignées, ainsi que tous les paysages du campus palois, de ses débuts à aujourd'hui : de son implantation comme antenne de l'Université de Bordeaux en 1946 à la villa



Restaurant universitaire Cap Sud, vue extérieure (~1970)



Salle de cours, UFR Lettres et Sciences Humaines et Sociales (1976/1977)



Restaurant universitaire Cap Sud, vue intérieure, self-service (~1970)

Lawrance, l'aménagement du campus actuel en 1958 pour y accueillir un collègue scientifique, sa fondation indépendante de Bordeaux en 1970, l'ouverture d'un second site en 1975 à Bayonne... Quoi de mieux pour voyager depuis son fauteuil !

643 pages de souvenirs et de témoignages

La réalisation de cet ouvrage monumental a été dirigée par Victor Pereira, maître de conférences en histoire contemporaine qui a coordonné les différents enseignants, chercheurs et personnels de l'UPPA pour faire d'une montagne de souvenirs un magnifique livre cartonné de 643 pages intitulé L'Université de Pau et des Pays de l'Adour : un demi-siècle d'histoire.

Il propose non seulement un récit sur fond d'archives et de témoignages des riches heures de l'UPPA, mais offre également à vos yeux ébahis le passé immortalisé du campus de Pau grâce à la collecte d'une importante masse photographique !

Attention, dépaysement garanti !

Ce livre est disponible depuis le mois d'octobre, aussi vous pouvez l'ajouter dès à présent au pied de votre sapin de Noël pour la modique somme de 30 € TTC, et offrirez ainsi à des petits chanceux de voyager dans le temps pour suivre l'histoire de l'Université française de la seconde moitié du XX^e siècle au travers du parcours exceptionnel de l'UPPA.

En prime, peut-être y trouverez-vous des photos de jeunesse de vos enseignants préférés, de quoi en déridier plus d'un ! Ça fait rêver, n'est-ce pas ? Si vous trépignez d'impatience devant une telle annonce, nous vous proposons de retrouver de nombreuses photos tirées des archives de l'UPPA, mise à disposition par les services de l'Université sur leur site : <https://organisation.univ-pau.fr/fr/decouvrir-l-uppa/histoire/retrospective-des-50-ans-de-luppa.html>

TEST D'AMOUR

Tu as un « crush » pour quelqu'un et tu te demandes si c'est réciproque ? Un conseil, réponds à ce test d'amour pour voir si la personne est la bonne !! Après y avoir répondu, tu peux bien sûr envoyer un message sur l'Instagram @gossipuppa pour trouver ses réseaux sociaux !!

■ Alexia Lacoume

Pour commencer, est-ce qu'il/elle sait que tu existes ?

- A - Oui, on est dans la même classe, on se côtoie assez souvent (2 points)
 B - Il se pourrait qu'on ait parfois des eyes-contacts quand on se croise dans les couloirs ! (1 point)
 C - Je n'en sais rien, il/elle ne m'a jamais regardé(e)... (0 point)

1

Si tu surprends son regard, que fait-il/-elle ?

- A - Il continue, je semble comme transparent(e) face à lui/elle. 0 point
 B - Il/Elle sourit, cela ne l'empêche pas de continuer ainsi. 1 point
 C - Il/Elle rougit, détourne son regard puis te regarde à nouveau.... 2 points

2

Te parle-t-il/t-elle ?

- A - Bien sûr, ça peut arriver que mon crush me parle à n'importe quel moment de la journée ! (2 points)
 B - Seulement pour me demander une feuille ou un stylo lors des examens.... (0 point)
 C - Ce n'est pas quotidien, mais il nous arrive parfois de nous attarder sur un sujet quelconque (1 point)

3

4

Comment réagit ton crush quand vous vous croisez ?

- A - Il/Elle m'accoste, le sourire aux lèvres et aime bien me taquiner à longueur de temps ! (2 points)
 B - Il/Elle s'arrête pour me dire bonjour et me raconte sa journée ! (1 point)
 C - Il/Elle ne me calcule pas et passe son chemin.... (0 point)

Lui arrive-t-il/t-elle de rigoler ou de réagir à tes blagues ?

- A - Il/Elle sourit, mais ne s'emballe pas tant que ça.... (1 point)
 B - Il/Elle préfère m'éviter - Il/Elle ne me parle pas (0 point)
 C - Evidemment ! Il/ Elle me dit même qu'il n'a jamais autant ri ! (Pas sûr que ce soit véridique) (2 points)

5

Et sur les réseaux sociaux, comment ça se passe ?

- A - Il/Elle « like » souvent mes photos et apprécie partager de même sur Instagram !! (2 points)
 B - Euh... comment dire.... il/elle m'a bloqué des réseaux sociaux... (0 point)
 C - On se suit mutuellement et on s'envoie des messages par-ci par-là ! (1 point)

6

Imaginons que vous vous côtoyez, vous arrive-t-il de vous voir seuls ?

- A - Ça dépend, il est rare qu'on soit seuls, mais on se voit quand même en groupe ! (1 point)
 B - Oui, ça nous arrive d'aller boire un coup en ville ou d'aller au cinéma tous les deux ! (2 points)
 C - Il/Elle ne semble jamais disponible pour un verre en terrasse... (0 point)

7

Est-ce que ses ami(e)s t'ont dit qu'il/elle parlait souvent de toi ?

- A - Je ne les connais pas, peut-être faudrait-il que je m'intègre plus ? (0 point)
 B - Ils me saluent par pure courtoisie... je me demande s'ils m'apprécient... (1 point)
 C - TOUT LE TEMPS ! Ils me donnent d'ailleurs beaucoup de conseils ! (2 points)

8

♥ **Si tu as entre 0 et 5 points**, désolé mon chou, mais cette personne n'est absolument pas attirée par toi, mais ne t'inquiètes pas ! Ce garçon ou cette fille craint, il ne te mérite absolument pas !
 ♥ **Si tu as entre 6 et 11 points**, mmhhh, tu peux tenter une approche chill parce que là, rien n'est sûr... à tout moment tu tombes dans la friendzone...

♥ **Si tu as plus de 12 points**, alors làààà !!! Va lui parler, vous êtes tous les deux attirés l'un par l'autre, une histoire romantique peut sûrement commencer !! Ton prince charmant est là ! Ils vécurent heureux et.... Bon, tu connais la fin de la phrase donc fonce vite vite vite !!!

PAU

première de classe !

C'est officiel, Pau est la première ville étudiante de France ! ... Ou du moins, première ville étudiante de taille moyenne ! Frigo a tenté de décrypter pour toi les raisons de ce succès et les appréciations que ton prof aurait pu donner à la copie laissée par la cité paloise.

■ Jérémie Heins

Pour la première fois dans le classement annuel du magazine L'étudiant, ta ville préférée vient d'accéder au top du palmarès des villes étudiantes de taille moyenne les plus attractives de France.

Mention « Très-Bien » pour le nombre de doctorants, de logements et le faible taux de chômage

Très axée sur la recherche, notamment dans certaines disciplines comme les Sciences Exactes ou le Droit, la ville est avantagée en étant largement au-dessus de la moyenne par le nombre d'étudiants en doctorat (environ 600 cette année). À cela s'ajoute un nombre important de logements au sein de résidences CROUS, associé à un faible coût des locations dans la ville, et un taux de chômage plus faible qu'ailleurs. Pour ces excellentes performances, la ville reçoit un 10/10 sur ces trois critères ! Un sans-faute qui est renforcé par de très bonnes notes sur le fort taux de réussite en licence (plus de 50%), favorisé par de plus faibles effectifs dans les promos, et donc un meilleur encadrement. La part d'étudiants internationaux (un peu moins de 17% sur l'ensemble des étudiants) est aussi largement supérieure au reste des universités du classement, rajoutant au rayonnement international du campus, mais aussi de la ville.

Encourageant : nombre de formations, transport et climat

Globalement, le niveau et la qualité de vie à Pau semblent également permettre de faire la différence. L'Étudiant note en particulier un niveau de transport satisfaisant, un climat tempéré agréable, et un niveau d'initiatives locales au-dessus de la moyenne. Au niveau de l'université, le nombre et la diversité de formations pour une structure de taille moyenne (176 mentions, allant des Sciences Humaines et Sociales, aux Lettres, en passant par le Droit, le Management ou les Sciences) reste significatif ! Pour ces critères, Pau est au-dessus de la moyenne avec des notes allant de 5/10 à 6/10.

À revoir : vie étudiante, offre culturelle et formations sélectives

Sur les aspects négatifs, la ville est particulièrement touchée par un faible recrutement de nouveaux étudiants en licence et master. Ainsi, Pau obtient seulement la note de 1/10 pour l'évolution du nombre d'étudiants sur 10 ans (à peine 443 étudiants supplémentaires ont été recensés depuis 2009, correspondant à une augmentation d'environ 3%). Les étudiants des pays de l'Adour préfèrent donc encore en majo-



rité poursuivre leurs études dans des villes plus grandes comme Bordeaux, ou Toulouse. Ces chiffres peuvent en partie s'expliquer par une faible attractivité d'étudiants qui pourraient être intéressés par des formations en « prépa et grandes écoles », faiblement présentes sur le campus et dans la ville. Enfin, Pau pêche aussi par une vie étudiante moins développée qu'ailleurs, ne comptant que 6 étudiants pour seulement 100 habitants de l'agglomération. Au niveau culturel, le bilan est également mitigé pour la ville d'Henri IV, avec une note d'à peine 3/10, souffrant d'un manque de musées, théâtres ou cinémas importants.

Appréciation finale

La ville connaît des atouts importants la rendant attractive pour sa qualité de vie globale et de formation, même si certains critères sont plus en retrait, justement en raison de sa taille moyenne. Ses aspects positifs lui permettent de s'imposer face aux autres villes de même catégorie du classement comme Chambéry, La Rochelle ou Nîmes. Pau semble également attirer des étudiants à la recherche d'un cadre de vie plus apaisé et agréable, comme Axel étudiant en STID « Pau est une ville où il y a beaucoup de choses, elle n'a pas trop d'inconvénients comme les grandes villes telles que Toulouse ou Bordeaux », ce que partage Antoine en troisième année d'Histoire « Le paysage est magnifique. Les montagnes, les nombreux arbres, et même parfois en hiver, les nuages font une sorte de mer aux pieds des montagnes » ... Et toi, pourquoi tu études à Pau ?



LA BU

, comme vous ne l'avez jamais vue !

Que vous soyez en L1 ou en doctorat, vous connaissez tous la bibliothèque universitaire pour y avoir au moins une fois mis les pieds ou l'avoir aperçue au loin dans le paysage de la fac. Mais connaissez-vous tous ses recoins ? Découvrez ici tous les espaces de notre bibliothèque universitaire !

■ Cassandra Urruty

À l'intérieur même de la BU, trois secteurs principaux coexistent : la BU de lettres, celle de droit et, depuis 2019, celle de sciences, auparavant située au niveau de la scolarité centrale. Il est possible d'y emprunter des livres en tout genre ou de les étudier sur place grâce aux différentes tables disséminées entre les étagères. Rien de nouveau sous le soleil, me direz-vous. Détrompez-vous, car la BU renouvelle sans cesse ses espaces pour les adapter à nos modes de fonctionnement !

Des espaces traditionnels... mais modernisés !

La modernisation des espaces de la BU est tout d'abord passée par sa complète restructuration. En effet, d'importants travaux ont eu lieu entre 2018 et 2019 et ont permis de l'agrandir, afin d'accueillir davantage d'ouvrages et d'étudiants. Mais une extension en particulier reste boudée par ces derniers. Il s'agit de l'arrière de l'espace BU lettres, gigantesque, mais souvent désert, puisque reculé de tout et méconnu.

Modernisée, la BU l'est aussi puisqu'elle se réinvente chaque année, notamment grâce à des ateliers tels que « Change ta BU » (pour plus d'information sur ce sujet, rendez-vous à l'article suivant). Ainsi, grâce à lui, un coin café devrait voir le jour dans la salle 9 de la BU. De plus, différentes zones devraient être aménagées afin de faciliter les discussions à voix haute ou, a contrario, pour améliorer les espaces de silence. Avis également à ceux qui aiment particulièrement travailler seuls, mais qui n'osent s'installer aux tables déjà occupées par des étudiants : sachez que la BU expérimentera bientôt des espaces de travail individuel, où vous pourrez travailler seul à une table unique.

Bon à savoir

Il est possible de réserver sa place à la BU en ligne et de consulter l'état d'affluence des étudiants.



Travailler en groupe à la BU, c'est possible !

En principe et par respect pour les autres utilisateurs de la BU, le chuchotement est de mise si vous souhaitez vous adresser à vos camarades. Mais ce type de fonctionnement peut être problématique pour travailler en groupe sur un sujet que vous avez à traiter en commun, ou bien même



Pourquoi attendre à l'entrée de la BU quand on peut profiter de ses trésors ?
Petits curieux, n'attendez plus, et découvrez tous ses espaces !

pour s'entraîner à l'oral, c'est pourquoi la BU a mis en place des salles de travail en groupe à réserver sur son site. On en comptait auparavant une dizaine, mais pour des raisons liées à l'épidémie de Covid-19 (impossibilité d'aérer certaines salles), seules trois d'entre elles peuvent actuellement être réservées (salle 0, salle 1 et salle 2). La réservation se fait pour une durée maximale de 2 heures. Attention, certaines salles ne peuvent accueillir qu'une capacité limitée de personnes, veillez donc à vérifier la compatibilité de votre demande lors de votre réservation sur le site.



Bon à savoir Du matériel de vidéo-projection et/ou des tableaux blancs sont parfois installés. Il vous est possible d'emprunter des marqueurs à l'accueil de la BU et/ou le boîtier permettant de connecter votre ordinateur à l'écran (ces prêts seront inscrits sur votre carte d'étudiant).

Petite astuce : il arrive fréquemment que les salles de travail en groupe de la BU soient toutes réservées. Pas de panique ! Pour vous retrouver avec vos camarades, d'autres possibilités vous sont offertes. En effet, la zone située à gauche de l'entrée de la BU,



Des salles de travail en groupe équipées pour vous permettre de concrétiser vos projets !

Une multitude de lieux pour travailler, seuls ou à plusieurs, pour réussir son année.



méconnue elle aussi, regorge de salles : salle de recherche, salles de formation, ou encore salle « Bulle ». Cette dernière peut être réservée grâce au panneau blanc longeant sa façade. Les tables étant montées sur roulettes, il vous est possible de les déplacer à votre guise en fonction de vos besoins. D'autre part, dans les salles de formation notamment, plusieurs groupes peuvent parfaitement cohabiter. Enfin, sachez que la BU a également pour projet de transformer la salle de recherche en salle de travail en groupe.

Informatique et BU

Au sein de la BU, il existe une salle spécifique connue sous l'appellation de salle d'informatique. Pour utiliser un ordinateur cependant, cette salle n'est bien entendu pas indispensable : des postes informatiques se situent dans tous les espaces traditionnels (BU de droit et de lettres pour la plupart). Il vous suffit de rentrer votre identifiant suivi de votre mot de passe UPPA, et vous pouvez accéder à votre session pour travailler. Toutefois, la salle d'informatique est utile si vous devez suivre des cours à distance, et que vous ne disposez pas (ou plus) de PC personnel.

Si votre imprimante tombe en panne ou que vous n'en avez tout simple-

ment pas, sachez que des zones spécifiques, où sont disposés des photocopieurs et imprimantes, vous permettent, entre autres, d'imprimer vos travaux écrits. Comment procéder ? Les habitués l'auront constaté, à première vue, la manœuvre paraît assez complexe et peut facilement décourager. Mais ne vous inquiétez pas ! Voici en quelques lignes les étapes à réaliser.

- 1) Ouvrez votre session sur un ordinateur de la BU.
- 2) Imprimez votre document (les imprimantes de la BU sont sélectionnées par défaut).
- 3) Dirigez-vous vers une imprimante (votre document peut être imprimé sur toute imprimante de la BU... à condition qu'elle ne soit pas hors service !)
- 4) Un lecteur de carte se situe à côté de l'imprimante. Placez votre carte étudiante contre ce lecteur, attendez qu'il ait lu votre carte.
- 5) Le nom de votre document apparaît à l'écran. Sélectionnez-le, et cliquez sur l'icône représentant une imprimante. Le tour est joué !

En cas de photocopie, le principe reste le même. Positionnez votre feuille dans l'espace indiqué, puis placez votre carte d'étudiant au niveau du lecteur. Sélectionnez ensuite "Copie" puis le nombre de copies que vous souhaitez réaliser ainsi que le

mode d'impression (recto ou recto/verso). N'hésitez pas à demander de l'aide à tout personnel de la BU en cas de difficulté.



Bon à savoir : il est impossible d'imprimer en couleur. Le coût d'une page A4 en recto est de 0,06€ et de 0,12€ en cas d'impression recto/verso. Pensez donc à vérifier votre solde Izly.

La BU... pas forcément pour les plus studieux !

Vous avez passé une journée éreintante et vous souhaitez vous reposer ? Vous ne pouvez pas rentrer chez vous car votre ami avec qui vous faites du covoiturage est toujours en cours, ou vous attendez simplement de pouvoir manger au RU ? La BU est la solution à votre problème ! Souvent envisagée comme un endroit de travail, on oublie bien souvent qu'il existe à l'intérieur de notre chère bibliothèque un espace détente, dédié aux bandes dessinées, mangas et journaux ! Impossible cependant de regarder des films, mais il vous est toujours possible d'en emprunter un que vous pourrez visionner le soir venu !

Si vous n'avez ni envie de travailler, que vous n'aimez pas les mangas, et encore moins les journaux, vous serez peut-être intéressé par un nouvel espace qui a vu le jour au sein de la BU, entre l'entrée et la BU de droit. Il s'agit d'un espace dédié aux expositions, qui se renouvelle sans cesse. C'est ainsi que l'exposition Lux in Tenebris réalisée par l'atelier In8, nous a suivis tout le mois de janvier, elle a été remplacée du 1er au 25 février par l'exposition « Adapter les albums de jeunesse de TOMI UNGERER, un jeu d'enfant ! » résultat du travail des étudiants de l'UE « Découvrir la littérature d'enfance et de la jeunesse ».

Des espaces insolites : le resto' U !

Non, vos yeux ne vous jouent pas des tours ! Mais que vient faire le restaurant universitaire dans un article sur la BU ? La réponse se trouve à l'entrée du restaurant Cap Sud. Pour ceux d'entre vous qui, même affamés, ont l'œil aguerri, vous aurez

remarqué que l'on y trouve un espace appelé « Ma BU dans mon resto' U ». La bibliothèque a en effet mis en place un point de relais au niveau du restaurant Cap Sud. Celui-ci vous permet, en tant que lecteur, d'y déposer vos livres et DVD empruntés entre 11h30 et 13h30 du lundi au vendredi.



Bon à savoir Pour vérifier la durée de votre emprunt ou la prolonger, vous pouvez accéder à votre compte lecteur en ligne.

Amateurs d'art ou travailleurs impétueux, maintenant, vous savez qu'il y a une place pour chacun de vous à la BU ! On vous y attend encore plus nombreux en cette nouvelle année !



Espace exposition et espace détente, rien de mieux pour reprendre des forces après une dure journée de labeur !



AMÉLIORATIONS DE LA BU

les étudiants donnent le taux de change

Les ateliers « Change ta BU » ont offert aux étudiants de l'UPPA de donner leur voix à l'évolution des services aux publics de la BU.

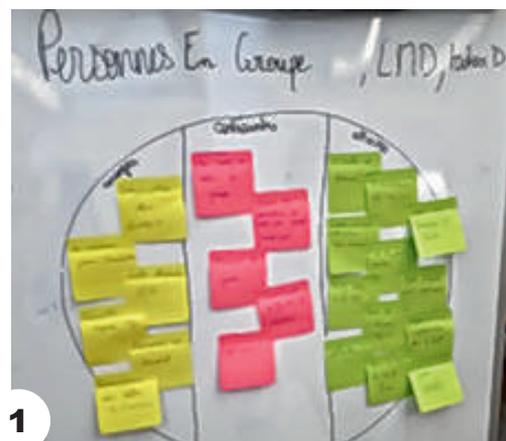
■ Arthur Marinesque

En même temps que s'ouvraient les états généraux de la justice, la bibliothèque universitaire de Pau faisait ainsi elle aussi appel à la contribution populaire pour cerner les attentes de ses étudiants dans l'optique d'un perfectionnement de ses services. Quoi de mieux en effet que d'avoir recours aux étudiants qui en sont les principaux consommateurs. Surtout lorsqu'il est plus louable de « comprendre la BU dont [ils ont] besoin, plutôt que de l'imaginer à leur place » et lorsque les difficultés sont plus facilement identifiables par leurs retours d'expérience.

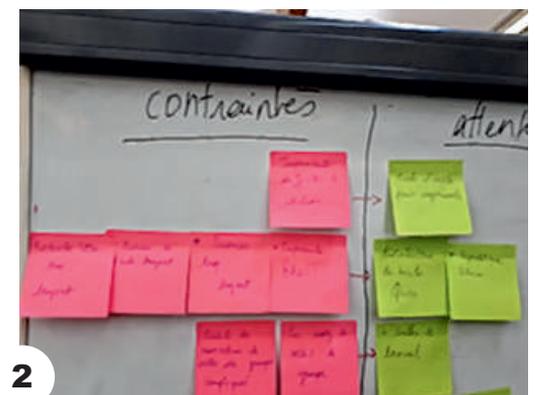
Une sollicitation durable

Les ateliers « Change ta BU » se sont tenus du 12 novembre au 3 décembre 2021 animés par Antoine Meylan et Karine Bacher-Eyroi, respectivement responsables de l'accueil et des services aux publics de la BU. Cette démarche s'inscrit par ailleurs dans le prolongement d'un mouvement « d'amélioration continue » amorcé en début d'année 2021 par une enquête annuelle de satisfaction. Produit en collaboration avec l'ODE, organe d'enquête et de sondages de l'UPPA, le formulaire mis en ligne à la disposition des étudiants avait déjà permis plusieurs avancées techniques. La BU a, par exemple, connu l'arrivée de nouvelles bornes Wi-Fi, de nouveaux mobiliers ou encore des dispositifs « Élise » de tri des déchets¹.

Tout comme le tri, la mise en place d'une poubelle à thèmes, invitant à



1



2



3

1) Premier résultat de l'activité d'établissement d'un profil type, dit : « persona »

2) Réunion des différentes contraintes et des attentes d'un usager type

3) Résultat de l'activité de tri de cartes ouvert consistant à répartir dans plusieurs catégories les différents services proposés sur le Web

prendre position sur un débat ludique tout en jetant ses mégots, a permis de l'inscrire dans une démarche de responsabilité environnementale. Plus particulièrement les actes des 6 ateliers participatifs dans lesquels une activité différente était proposée (v. infra) se centralisaient autour de deux thématiques principales : réaménager les espaces physiques et réadapter le site web. Ils entendaient de cette

façon dépasser encore le cadre de cette enquête annuelle en prévoyant notamment de trouver et tester avec les étudiants les solutions aux problèmes mis en avant pour élaborer un réel schéma réformatif.

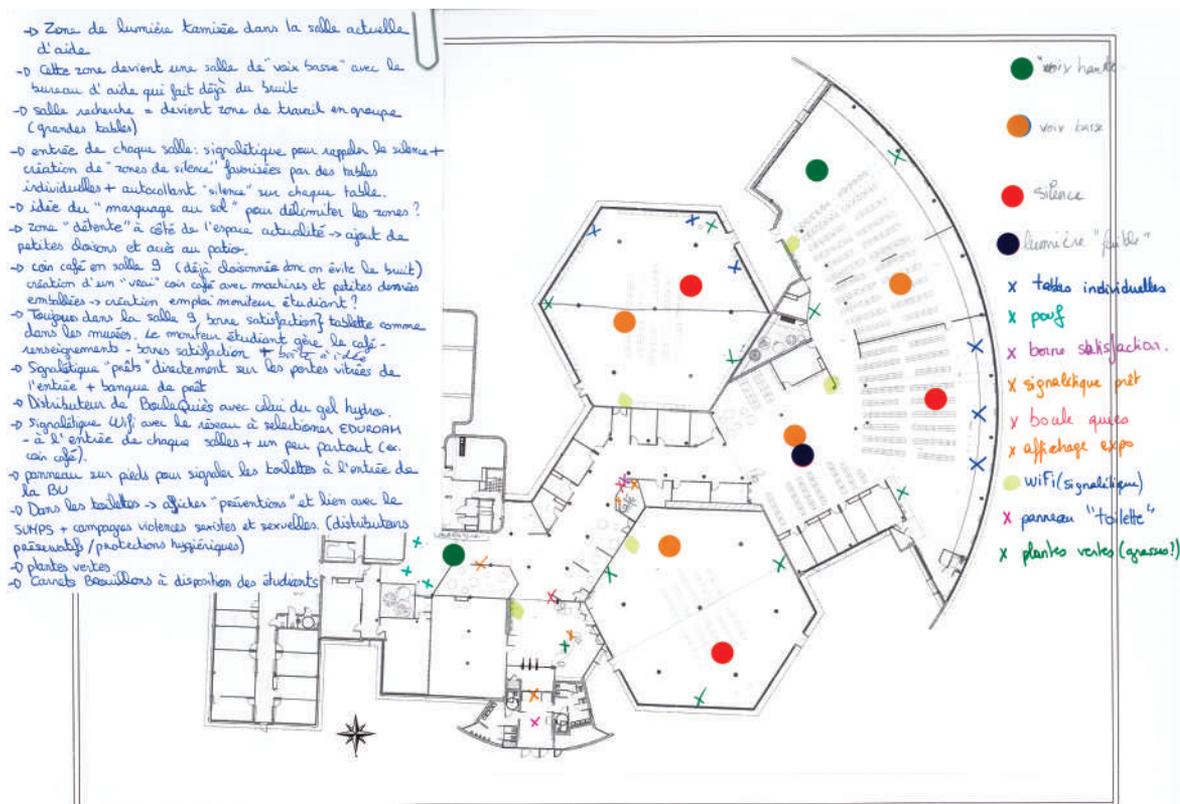
Design de service

Six-up et one-up², scénarios d'usage, persona, tri de cartes ouvert³, autant de termes et d'activités empruntés

aux techniques de « design de service » et mis à l'œuvre dans le cadre des ateliers participatifs. Cette notion, floue au premier abord, polyvalente pour les initiés, consiste sommairement dans une amélioration collaborative d'un service par le concours direct de ses usagers. Il s'agissait alors de suivre le parcours de la méthode ainsi présentée, au travers de diverses activités minutieusement préparées et organisées en différentes étapes. À ce titre, les participants ont par exemple été invités à s'adresser à leurs pairs se trouvant dans les locaux pour remplir un questionnaire et construire un profil type (persona), établir des scénarii pour délimiter les usages ; plus largement, participer à diverses activités ludiques pour identifier et délimiter les contours du projet. Pour ce faire, post-it de couleurs, paperboard, et autres accessoires propres au service design (le terme a une origine anglaise) n'étaient pas de trop, de quoi se transporter dans le brainstorming d'une entreprise tirée tout droit d'une sitcom américaine. Alliage subtil entre contribution individuelle et participation collective, dans le respect de règles du jeu utiles telles que participer, être actif, dessiner, les actes de ces diverses journées ont été pour le moins fructueux.

L'établissement de deux profils types : personas

Parce que l'approche est avant toute chose centrée sur l'usage, il était nécessaire pour nourrir la réflexion d'identifier et de comprendre quels pouvaient être ces usages. En suivant la méthode du design de service, les groupes de travail ont ainsi permis de mettre en lumière l'existence de deux profils types se disputant le territoire de la BU, cohabitant le plus souvent sans heurts tout en étant apparemment inconciliables. Chacun d'entre eux ayant ses contraintes et ses attentes. L'un préférant le silence quand l'autre souhaite pouvoir discuter, débattre et travailler en groupe. Pour les concilier, pas d'autre solution que de partager ce territoire en imaginant des zones de silence, des zones calmes et des espaces d'échanges, le tout matérialisé par des « kakémonos » (impressions sur toiles). Aussi bien l'étudiant mélomane du silence que les amateurs de travail à plusieurs y



trouveront donc leur compte permettant au moins de pallier le manque de salles de travail de groupe que la crise sanitaire a conduit à fermer.

Plusieurs mesures proposées

Même s'il ne s'agit évidemment pas de tout remanier mais de proposer des solutions aux quelques difficultés rencontrées, les issues envisagées ont donc le mérite de résoudre certains de ces problèmes et de rendre les espaces de la BU plus agréables pour chaque étudiant. À ce titre, plusieurs autres mesures ont été proposées et réparties sur un plan de la BU parmi lesquelles des espaces de détente avec distribution de café et de petites denrées ; la mise en place d'une signalétique Wi-Fi et même de zones à faible lumière.

Certaines de ces mesures ont été budgétisées pour l'année 2022.

10 000 euros seront par exemple alloués à l'achat de nouveaux mobiliers et la BU devrait connaître la mise en place de distributeurs automatiques de boissons et de denrées (que connaissent déjà les halls des bâtiments), dès le début du mois de mai. Même s'il faut souligner que des distributions ponctuelles de café (et peut être plus humaines) ont déjà été expérimentées à la BU.

Plusieurs ateliers ont eu également à cœur de reprendre et refondre le site

internet de la BU et les divers services qu'il propose ; lequel était effectivement perçu comme peu accessible avec des difficultés exprimées à trouver certaines informations, comme le démontrait en aval la faible fréquentation de certaines pages internet répertoriées. Pour y répondre, une nouvelle version du site internet sera proposée par Mégane Susini, étudiante stagiaire en deuxième année de BTS Service informatique aux Organisations. Les acquis des ateliers seront repris, regroupant en catégories imaginées par les participants les différents services proposés.

De quoi donc conclure l'année 2021 par de nouveaux objectifs pour l'année 2022 à la résonance de bonnes résolutions, qui suffiront, on n'en doute pas, à améliorer d'autant l'expérience de la BU. Rendez-vous en mars 2022 pour la prochaine enquête annuelle à l'issue de laquelle l'expérience « Change ta BU » sera renouvelée en sollicitant les élus étudiants. Votre avis compte !

¹ Dispositifs étendus plus largement à l'ensemble du campus

² Activités de dessin pour imaginer une nouvelle interface : six croquis regroupés en un seul

³ Classement de divers services par catégories et ordre d'importance

COUP DE TONUS

sur le campus

Depuis la rentrée universitaire de 2021, de nombreuses associations à destination des étudiants ont fait leur apparition sur le campus, sur des thématiques diverses et variées. Pour cette nouvelle chronique, FRIGO vous présente deux d'entre elles.

■ Thomas Bordenave-Lagau et Jérémie Heins

1. «Animafac», cerveau du développement des associations

* Ani
ma
fac

Organisme un peu particulier, Anima'fac est un réseau implanté partout en France ayant pour objectif d'accompagner les associations étudiantes au cœur des campus. Existant depuis 1996 au niveau national et comptant dans son bureau 24 associations sur tout le territoire, Anima'fac est aujourd'hui présent à Pau, notamment par l'action de Charline, animatrice du réseau local. Outil unique, Anima'fac a pour objectif de mettre en contact les différentes associations de l'université, de créer du lien et partager les compétences de chacun pour mieux avancer ensemble. Il s'agit aussi de porter de manière commune les droits des associations du campus, et apporter une aide au développement des différents projets portés par la jeunesse (en aidant à trouver des engagés en services civiques, par exemple).

Avis à toutes les associations qui souhaiteraient se rapprocher d'Anima'fac pour développer leurs projets, il faut respecter deux conditions : que le conseil d'administration soit composé à plus de la moitié d'étudiants et que vous ne souteniez pas une liste politique aux élections universitaires. Vous pouvez contacter Charline sur Facebook (Animafac Pau) et Instagram (@animafac.pau), mais aussi par mail (pau@animafac.net) ou sur le site national (animafac.net)



2. «Les Violettes» : des oreilles à l'écoute des étudiants



Créé le 22 avril 2021 et composée de 7 membres (Jennifer, Emma, Alaïa, Élisabeth, Cécile, Romain et Alexia), les Violettes est une association dont le but est d'accompagner les étudiants victimes de violences (physiques, morales ou sexuelles) ainsi que de harcèlement ou autres maladies telles que la dépression.

Les membres des Violettes se proposent donc d'accompagner les victimes en les aidant à se sentir mieux, pour combattre ce mal-être des étudiants. Des groupes de parole sont organisés sur des thèmes de violence précis entre étudiants, des groupes qui devraient accueillir très prochainement

des professionnels de la santé et de la justice. Parmi les autres projets de l'association, un livret est en cours d'élaboration afin de présenter les différentes structures paoliennes aidant les victimes de violence. Tous les étudiants sont les bienvenus au sein de l'association, pour aider à mener les différentes missions ou encore l'organisation de la vie du groupe. Vous pouvez également suivre leurs différents travaux sur les réseaux sociaux, sur : Instagram (@les_violettes_uppa) Facebook (Les Violettes UPPA). N'hésitez pas à les suivre et leur faire part de vos questions et besoins !

UNE RECETTE autour du monde

■ Théa Giordani

BO BUN vietnamien aux légumes

Caractérisé par sa forme de dragon qui longe la Mer de Chine, le Vietnam regorge d'une culture aux traditions diverses et variées. La richesse culturelle, la préservation de sa beauté naturelle font du Vietnam une destination de rêve. La grandeur des paysages de la Baie d'Halong, du Delta de Mékong, véritables symboles du pays, sont bien la preuve que le Vietnam ne manque pas de curiosités à découvrir. Justement, la gastronomie vietnamienne est un des atouts majeurs de cette culture diversifiée, qui a su s'épandre considérablement en Europe, et plus particulièrement en France. En effet, elle est l'une des plus variées du continent asiatique, notamment grâce aux mélanges d'herbes et d'épices qui la rendent si typique, et particulière. Alors, pour cette première recette vietnamienne, prenons le large, en direction du nord du Vietnam pour y goûter le célèbre BO BUN, soit Bún Bò en vietnamien.

Qu'est-ce que le BO BUN ?

En Europe, nous connaissons ce plat sous le nom de Bò Bún. En réalité, ce plat typique vietnamien se dit Bún Bò. Ce qui est pratique avec le Bo Bun, c'est qu'il se forme avec les ingrédients que l'on a dans notre frigo, à condition d'avoir les vermicelles de riz qui forment l'ensemble du plat. Habituellement, ce plat se compose de vermicelles, de lamelles de boeuf sautées (Xào) à la citronnelle, de légumes coupés finement et d'une sauce à base de cacahuètes. Aujourd'hui, nous allons revisiter ce plat relativement simple et sain, en y mettant des légumes, de la cacahuète, et des vermicelles de riz. Vous pouvez y mettre ce dont vous disposez, et y rajouter éventuellement du poulet, du boeuf, des pousses de soja... Le Bo Bun laisse place à l'imagination, alors mettez-y vraiment ce que vous avez, et ce que vous voulez manger dans votre assiette.

La recette

Pour 2 personnes. Préparation : 20 min. Cuisson : 5 min.

- 120g de vermicelles de riz
- 2 carottes
- 1 petit concombre si vous avez Salade Herbes aromatiques (comme de la menthe, coriandre, ou encore citronnelle)

Pour la sauce cacahuète :

- 4 cuil.à soupe de sauce soja Jus de citron vert (la dose que vous voulez)
- 1 cuil à café de sucre
- 4 cuil à soupe d'huile (cela peut être huile de sésame ou olive)
- 1 cuil à soupe de beurre de cacahuètes
- 1 cuil à soupe de purée de piment, ou piment en poudre (cayenne, Espelette).

1. Préparation de la sauce

Versez dans une casserole : la sauce soja, le jus de citron, le sucre, et portez le tout à ébullition.

Une fois le mélange à ébullition, éteignez le feu pour y ajouter l'huile de votre choix, le beurre de cacahuètes et le piment (facultatif). Mélangez jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Réservez au frais une fois la sauce refroidie.

2. Les légumes

Épluchez les carottes, et coupez-les en fins bâtonnets (vous pouvez les râper également). Coupez le concombre en rondelles fines. Rajoutez-y les crudités et/ou légumes de votre choix.

3. Les vermicelles

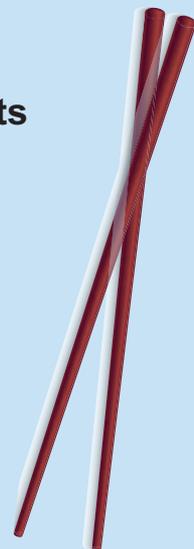
Ce qu'il y'a de bien dans la cuisson des vermicelles c'est leur cuisson très rapide. Alors, portez l'eau à ébullition avec un peu de gros sel, comme des pâtes. Une fois l'eau à ébullition, plongez-y les vermicelles pendant 4 mn (vérifiez sur votre emballage).

4. Former le BO BUN

Déposez votre salade au fond de votre assiette, de préférence un bol. Ajoutez-y les vermicelles pour y déposer sur le dessus, vos légumes. Parsemez d'herbes aromatiques si vous en avez, de poulet ou de boeuf si vous le souhaitez également. Vous pouvez y ajouter aussi des morceaux de cacahuètes. Versez-y la sauce, et vous pourrez déguster !

Bon appétit !

Vous trouverez les 3 ingrédients suivants en grande surface !



MANGER PROCHE et local

Tu aimes faire de bon repas avec des produits locaux ? De faire des menus avec plus de goût ? Un drive fermier est présent à côté du campus. Produits nombreux et variés. Nous l'avons visité pour toi !

■ Antoine Doridot

Le drive fermier de Pau propose plusieurs produits alimentaires, issus de producteurs locaux, dans leur magasin en ligne (<https://www.drivefermierdepau.fr>). Il a été créé durant la période de confinement pour aider ces producteurs à trouver des clients de proximité. Plus besoin de tourner dans les rayons avant de trouver ce qu'il vous faut, tous les articles sont classés et bien mis en avant juste sous votre nez. Après avoir fait votre panier, vous pouvez choisir de récupérer vos courses à la date et au lieu que vous désirez. Les retraits se font les jeudi et vendredi (de 12h30 à 19h30) soit dans leur magasin, soit chez vous.

Nombreux produits disponibles

Le site, bien organisé, possède plusieurs onglets avec des thèmes comme : légumes, fruits, viande... Ils permettent de trouver facilement les produits que vous recherchez. Les prix des produits sur le site du drive fermier de Pau sont identiques à ceux des sites des agriculteurs. En valeur absolue, le prix de ces produits est plus élevé que sur les marchés classiques ou dans le magasin Leclerc. Par exemple, la bière de 33cl est à 3 euros l'unité sur le drive fermier. On peut en trouver à 2,50 euros l'unité voire moins chez Leclerc, mais ce ne sont pas les mêmes marques ! Certains produits peuvent être compétitifs comme la cuisse de canard confite de 220 g à 3,85 euros sur le drive fermier et à 3,42 euros à carrefour. Différences de prix, oui, mais la qualité sera toujours au rendez-vous !

Le site indique aussi les labels liés au produit, donc vous pouvez les sélectionner selon vos préférences. Cependant, le site n'est pas une grande surface, nous n'y trouverez pas tous les produits que vous souhaitez, car ils dépendent des producteurs référencés. Mais pas de panique, le drive fermier de Pau accueille de nouveaux producteurs au long de l'année, il élargit de ce fait son catalogue. Ainsi, Paul Fert, un apiculteur d'Argagnon, a rejoint le drive fermier de Pau le 12/11/2021, et propose trois miels différents.



Le Drive fermier, derrière la maison de l'agriculture, à deux pas de la fac.

Les producteurs, principaux acteurs

Le site du drive fermier de Pau valorise au mieux les agriculteurs. Ainsi, pour chacun, vous aurez sa présentation, son site internet et même son adresse, si vous voulez acheter vos produits préférés à la source.

Le site propose aussi des bijoux ou des cosmétiques. Cette partie-là, peu fournie et n'est pas l'objectif principal du drive fermier de Pau. Le site propose aussi des recettes allant de la simple salade à un menu spécial fête des Mères.

Si vous voulez mettre en avant et commercialiser une de vos productions par leur site, vous pouvez contacter le site, peut-être rejoindrez-vous cette grande famille. Pour les plus curieux, vous pouvez retrouver leurs 30 magasins présents dans toute la France.

Autres commerces

MOINS ONÉREUX

Par ailleurs, n'oubliez pas les paniers bio **tous les mardis de 17h30 à 19h à l'entrée du bâtiment Lettres.**

Organisé par l'association l'Arrosoir, vous bénéficierez d'un panier-repas pour 5 euros ou 10 euros. Cependant, il s'agit d'un contrat avec le maraîcher, vous devrez aller chercher votre panier toutes les semaines sauf lors des vacances scolaires. Pour accéder à ce contenu, il faut vous inscrire. Formulaire et tous les détails sur le site de l'Arrosoir. Attention, 40 paniers maximum, alors prévoir de vite

s'inscrire ! Vous avez aussi, tout proche le marché de Saragosse (nommé aussi le marché du Loup) situé 13 avenue de Saragosse.

Marché hebdomadaire, les jeudis de 8h à 13h. Vous y trouverez viandes, fruits et légumes à petits prix, et plein d'autres produits. La bonne ambiance et l'air frais peuvent égayer votre chasse aux bonnes affaires.

N'hésitez à nous signaler d'autres commerces « bons plans ». Vous, ou nous ferons un article à leur sujet.

LA CROIX-ROUGE DE PAU

en faveur des étudiants

pour une nouvelle université ?

À Pau, les bénévoles s'affairent à faire vivre les différents services de la Croix Rouge de Pau. La lutte contre l'isolement, l'exclusion et l'aide à l'installation ne sont que quelques exemples de leurs activités. Voici quelques exemples d'actions, mis en place depuis 2020, qui restent assez méconnus du public et de ce que vous pouvez y faire.



■ Thomas Genzel

Depuis le début de la pandémie du SARS-CoV-2, la Croix Rouge de Pau a mis en place de nombreux moyens d'aide à destination de tous, et les étudiants n'ont pas fait exception. En 2021, elle avait mis, en place une aide alimentaire en proposant ses services à l'Épicerie Solidaire Étudiante, ainsi qu'une cellule d'écoute spécialisée pour les étudiants. Enfin, la Croix Rouge de Pau a donné à des étudiants palois des ordinateurs permettant à ceux qui n'en ont pas de bénéficier d'accès aux cours à distance de manière plus confortable. Plus récemment, la Croix Rouge a mis en place un pôle jeunesse, où vous pouvez soumettre vos idées d'actions solidaires, mais aussi faire partie du "Night Savers", qui consiste à faire changer les mentalités considérées comme déviantes dans les soirées étudiantes.

Des manières de contribuer sans être bénévole

Vous ne voulez pas vous engager dans une action de la Croix Rouge ? Ce n'est pas grave, vous pouvez les aider par d'autres moyens. Vous déménagez et êtes encombrés ? La Croix Rouge reprend vos meubles, vos vêtements, et la plupart de ce dont vous ne vous servez pas ! En plus de gagner de la place chez vous, vous contribuez à une action solidaire et écologique. Vous pouvez vous féliciter pour cette action responsable ! Si vous voulez devenir enseignant, alors l'aide aux devoirs est faite pour vous !

Tous les mardis et tous les jeudis après-midi, hors périodes de vacances scolaires, de 17h à 18h30, vous pourrez aider des élèves d'école primaire et de collège par le biais de l'aide aux devoirs. L'aspect pratique, si vous préparez un concours, c'est que les élèves

ont des besoins dans la plupart des matières. Vous allez donc pouvoir développer votre polyvalence, une compétence bien pratique dans l'enseignement quel qu'il soit. L'objectif n'est pas uniquement de leur faire faire leurs devoirs, il convient aussi de leur faire assimiler des connaissances, et de leur faire comprendre ce qu'ils apprennent, et pourquoi ils l'apprennent. Pour devenir bénévole, vous pouvez vous rendre directement à l'unité locale de Pau, 55 avenue du Loup, ouverte du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h, ou bien appeler le 05 59 95 54 50.

Si vous êtes vraiment très timide, vous pouvez laisser un e-mail à l'adresse suivante : ul.pau@croix-rouge.fr
Leur site internet : www.croixrouge-pau.com

LE SOIR VENU à l'Université • Partie 1

Dans les journaux d'antan, du siècle dernier et encore plus de celui d'avant, on trouvait des « feuillets ». Les auteurs, publiant leurs œuvres par fragments, numéro après numéro.

Nous ouvrons dans ce numéro cette nouvelle rubrique. Voici notre premier fragment proposé par Thomas Genzel.

N'avez-vous pas entendu ? Mais si, le soir, tard, sur le campus de l'université. Ces sons étranges et discontinus. Non, ce ne sont pas les chouettes qui hululent au clair de lune, sur la cime des arbres. Ce ne sont pas non plus les distributeurs de boissons et de gourmandises diverses qui se débloquent une fois 22h36 passés, et qui font s'écouler café et chocolats divers et variés. Je suis sûr que vous l'avez déjà entendu si vous vous êtes baladé dans l'université, ils se déplacent.

D'abord dans le bâtiment de droit, vers 21 heures, puis dans celui de lettres à partir de 22h36 jusqu'à une heure du matin environ, pour se rendre sur les coups de trois heures enfin à la Présidence. Quand on y va toutes les nuits, ce sont les mêmes sons, les mêmes notes. Des grincements, des rires, des tapotements, des bouteilles vides qui s'éclatent contre le goudron, des battements d'ailer... N'avez-vous donc pas entendu ? Mais si, à la nuit tombée, dans les restaurants universitaires.

Ces sons étranges et continus. Ces "bips" réguliers, à intervalle de cinq minutes chacun, d'un bout à l'autre de chacun des bâtiments ? Non, ce ne sont pas des aliens venus d'ailleurs pour tous nous convertir, ou pour doper les frites des étudiants, mais ce sont les plaques de cuisson mal éteintes, qui continuent de chauffer malgré l'absence de nourriture à cuisiner sur ces demières.

Ces bouteilles qui s'éclatent contre le goudron, peut être rappellent-elles les soirées les plus alcoolisées ? Sûrement pas. Ces battements d'ailer ne vous semblent-ils pas étranges ? Vous ne les avez jamais entendus. Deviendrais-je fou ?

On raconte quelque chose à propos du campus. Certains affirment que les personnes qui entendent ces divers sons seraient atteintes d'une maladie psychologique pro-

fonde qu'il faut traiter au plus vite. D'autres pensent que les lieux sont maudits, et que, construit sur un ancien cimetière anglo-saxon, l'entité qui posséderait ces lieux choisirait ses victimes. Elle commencerait par ces hallucinations auditives, puis leur ferait voir des morts-vivants déambulant dans les couloirs, de jour comme de nuit.

Enfin, elle matérialiserait les désirs les plus profonds de la victime pour la conduire vers une zone obscure de la faculté, où les péchés les plus graves sont commis et où l'intolérance règne. Certains autres sont persuadés qu'il ne s'agit que de l'équipe de nettoyage qui officie dans la discrétion la plus totale.

Si je devais vous donner mon avis, je ne pense pas que ce soit les équipes de nettoyage, ni une entité surnaturelle aux capacités surpuissantes. Je ne pense pas non plus qu'il s'agit d'un problème psychologique. Peut-être qu'il y a bel et bien quelque chose qui rôde... Une chauve-souris aliène, à taille humaine et qui doperait les frites ? Ce qui est cependant certain, c'est que l'Université de Pau à bel et bien son Loch Ness, et qu'il convient d'enquêter sur ces événements qui sont étranges. Mais, qui appeler à l'aide ? Ghostbusters ? Le Docteur ? Le grand JD ? Mamytwink ? Mike Horn ? Peut-être pas, je ne les pense pas assez compétents sur le sujet. S'il y a bien des personnes expertes du terrain de l'université et de son environnement, c'est bien de l'équipe du FRIGO dont il s'agit. Les investigations, menées par mes soins durant plus d'une année, vont révéler le plus grand secret de l'université depuis sa création. C'est une chance que je sois encore en vie à l'heure actuelle pour vous écrire les résultats de cette enquête, qui s'étendra sur plusieurs numéros.



PAU

terre de sports

Pour comprendre la place et l'importance du sport dans la ville de Pau, FRIGO s'est entretenu avec Éric Saubatte, adjoint au maire chargé des Sports à la ville de Pau.

■ Thomas Bordenave-Lagau

Pouvez-vous vous présenter et décrire votre rôle au sein de la mairie ?

Je suis Éric Saubatte, adjoint aux Sports à la mairie depuis 8 ans. Mon rôle est de faciliter l'exercice de toutes les activités sportives au sein de la commune, de l'agglomération et sur le territoire, au niveau amateur ou professionnel ainsi que la gestion des infrastructures. Cela comprend aussi l'organisation des manifestations internationales et l'accueil des différentes délégations. C'est enfin un travail avec l'ensemble des services de la direction des Sports et de l'Éducation, avec 136 personnes attachées au service des Sports et c'est un vrai plaisir de travailler avec eux.

Le sport occupe une place importante à Pau, ce qui lui a permis d'être labellisée «Ville européenne du sport» en 2018. Comment expliquez-vous cet engouement et est-ce que cela aide au développement du sport dans les milieux scolaires et universitaires ?

C'est un engouement historique, en particulier depuis la fin du XIX^e siècle. Pau possède un environnement propice au développement des activités sportives, une exposition sur le territoire européen formidable avec une mise en lumière de la ville, mais aussi du territoire, ce qui permet d'attirer plus de manifestations sportives et d'échanges internationaux en matière sportive. Cet écosystème local favorise les dynamiques scolaires et universitaires notamment avec l'UNSS et le SUAPS, avec lesquels nous avons de très bons rapports. Ces rapports vont jusqu'au partenariat comme lors du dernier Open de tennis Terega où nous avons conclu un partenariat avec le lycée Jeanne d'Albret pour apporter des ramasseurs de balle pendant la période scolaire, avec l'accord des parents et des encadrants. On ne veut pas oublier ce qu'apporte le sport scolaire comme avec l'apprentissage de la nage. Nous avons



la chance d'avoir un stade nautique et d'autres équipements sportifs mis à disposition pour l'enseignement scolaire et universitaire.

L'UPPA possède un service dédié aux sports, le SUAPS : est-ce que vous travaillez ensemble ?

La ville soutient les activités universitaires avec la mise à disposition de moyens financiers et structurels comme avec la création de la Halle des Sports ou pour la participation au mur d'escalade extérieur. Pau a une image bénéfique par ses performances sportives universitaires, comme avec le rugby et le challenge des grandes écoles que nous avons remporté pendant plusieurs années. Je sais aussi que les étudiants sportifs sont très imbriqués dans les clubs de haut niveau ou dans les clubs de supporters étudiants, une fusion essentielle. Quand j'étais étudiant, j'allais moi-même à Orthez pour supporter l'Élan béarnais.

La municipalité a mis en place en juillet 2020 le site «paujeunes.fr» avec de nombreuses offres :

est-ce que le sport en fait partie ?

Le site propose 1663 postes d'emploi pouvant correspondre au profil de jeunes paloïses. Cependant, il y a un faible pourcentage de propositions professionnelles dans le domaine sportif, mais nous travaillons pour les développer, notamment avec l'École de Commerce du Sport (CNPC) qui voit ses effectifs grandir d'année en année. Ça passe aussi par les partenariats avec cette école et toutes les filières existantes dans le sport de haut niveau, que ce soit dans la technicité, la fabrication d'équipements ou encore la communication. Le sport offre un éventail de possibilités méconnues, mais riches. Une tendance qui se développe et c'est une opportunité pour Pau d'avoir ce type de formation.

Dans le cadre des Jeux Olympiques de Paris 2024, Pau a été retenue comme centre de préparation pour 22 disciplines : qu'est-ce qui a motivé ce choix et quel impact entraînera-t-il sur l'image de Pau à l'international ?

La volonté de Pau de se porter candidate est en résonance avec son identité de lieu de réception de grands événements sportifs, ce qui montre l'affection que nous avons pour les sports de haut niveau, par les infrastructures, les athlètes et les clubs. Ces atouts nous permettent d'obtenir l'autorisation du COJO¹ pour accueillir 22 disciplines olympiques et paralympiques, un point d'honneur que nous avons souhaité mettre en place en termes d'équité. Ce statut renforcera l'attractivité de la cité paloïse sur la scène sportive nationale et internationale. Par exemple, la délégation canadienne va venir s'installer pendant deux ans pour préparer les prochains JO au Stade d'Eaux-vives. Nous sommes aussi labellisés en rugby, en tennis, en football... Nous avons de bonnes relations avec les différentes fédérations françaises sportives, notamment avec l'accueil de la Coupe Davis

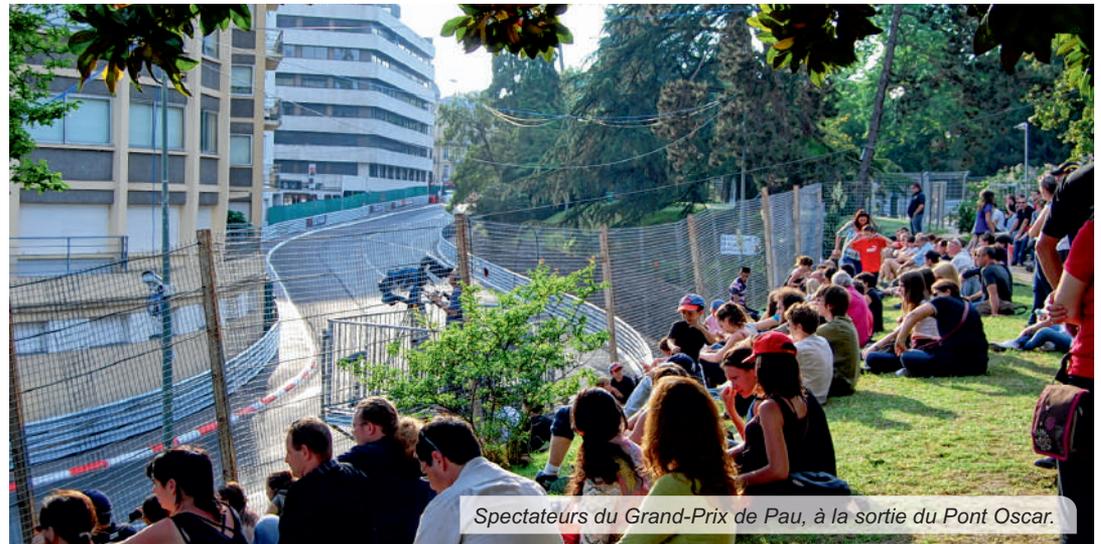
ou les équipes de France rugby universitaire et féminine. C'est très bien que ces sportifs viennent à Pau et on veut qu'il y ait un échange avec les jeunes, pour créer des vocations et montrer que le sport n'est pas seulement que de la compétition !

Pau prend davantage en compte les enjeux liés à l'environnement : la ville se prépare à ré-accueillir le Grand-Prix automobile de Pau², axé sur les énergies renouvelables. Quels sont les enjeux de ce retour ?

L'enjeu est de montrer que la voiture a encore sa place, avec une utilisation raisonnable et raisonnée et compatible avec les enjeux du développement durable. On ne sera pas tous demain à pied ou à vélo et tous les gens aujourd'hui n'ont pas les moyens de s'acheter un véhicule électrique ou hybride : les courses sur le tracé paloïse constitueront un laboratoire pour diversifier les différents types de mobilités, qu'elles soient électriques, hybrides ou avec les carburants bas carbone. Le sport automobile peut aussi montrer ce que peut être la voiture de demain. Outre l'aspect sportif, il y aura d'autres enjeux pendant ce Pau Motors Festival avec la mise en avant des énergies nouvelles au grand public par des rencontres organisées sur les thématiques de la mobilité de demain. Une connaissance que l'on veut mettre à la portée de tous. On aura aussi des premières mondiales à Pau avec le prototype H24³ ou encore l'ERA, une monoplace électrique qui viendra en démonstration. Et puis il y aura bien sûr tout le côté festif avec de la musique, de la gastronomie et des expositions de voitures.

Comment voyez-vous la place du sport à Pau dans les prochaines années ?

Le sport pourrait occuper une place centrale par la multiplication des pratiques sportives qui dynamisent le terri-



Spectateurs du Grand-Prix de Pau, à la sortie du Pont Oscar.

toire, avec une occupation régulière des espaces extérieurs et des équipements par le grand public. Il ne faut pas oublier le rôle essentiel du sport de haut niveau avec de nombreuses compétitions à venir ou l'accueil de délégations telles que l'équipe de France de Basketball et le congrès de la Fédération Française de Handball. C'est une richesse sportive et événementielle qui entraîne de très fortes retombées économiques pour la ville. Pour le Grand-Prix, les hôtels sont déjà complets et nous avons 150 demandes de journalistes en plus, venant même du Pérou et de l'Équateur, car nous créons cet événement sur un double aspect, sportif et environnemental. C'est la même chose pour la Coupe Davis. Le sport ne saurait être dévalué par rapport à d'autres champs de politiques publiques et c'est un vecteur solide de la construction à la fois sociale, éducative, économique ou encore écologique de notre territoire.

¹Comité d'Organisation des Jeux Olympiques et Paralympiques.

²Le Grand-Prix de Pau change de nom: il s'appelle désormais le Pau Motors Festival.

³Il s'agit d'un prototype qui sera engagé aux 24 heures du Mans 2024, fonctionnant à l'hydrogène.

Pau et le sport en quelques chiffres

- **Nombre de licenciés : 23 000** sur une population de 76 275 habitants
- **Budget subvention alloué aux associations sportives :** **1,3 million d'euros** (fonctionnement) + 18 000 d'euros (investissements)
- **Nombre d'équipements sportifs :** **461** (dont 261 municipaux) soit 1 équipement pour 165 habitants
- **Nombre d'associations sportives :** **182**
- **Nombre de clubs professionnels :** **3** (Section Paloïse, Élan Béarnais, Pau FC)
- **Nombre de manifestations sportives internationales :** **20**

Calendrier des compétitions

Avis à tous les passionnés de sport ! Petit calendrier des prochaines rencontres et manifestations sportives en terre paloïse :

- Pour la Section Paloïse, Pau-Perpignan le 26 mars et Pau-Racing 92 **le 30 avril** (au Hameau).
- Pour l'Élan béarnais, Pau-Lacq-Orthez reçoit Gravelines-Dunkerque le 19 mars et Le Mans **le 30** (au Palais de Sports).
- Le Pau Motors Festival, **les 6,7 et 8 mai**.
- L'Electric Trial Tour, premier trial électrique, **les 13 et 14 mai**.
- Championnat de France jeunes 50 m en natation, en juillet, avec 800 compétiteurs attendus.
- Les 5 Étoiles de Pau, concours complet d'équitation, **du 26 au 30 octobre**.



Le stade André Lavie mis à la disposition des étudiants.

L'HOROSCOPE

de l'étudiant

■ Stéphanie Montet



BÉLIER

21 mars au 19 avril

Travail : Tu fonces tête baissée sans réfléchir.
Amour : Tu fonces tête baissée sans réfléchir.
Santé : Migraines persistantes.



TAUREAU

20 avril- 20 mai

Travail : Toujours pas de notes au-dessus de la moyenne ce semestre ? On ne peut pas tout avoir.
Amour : Toujours célibataire ? On ne peut pas tout avoir...
Santé : Santé excellente.



GÉMEAUX

21 mai -20 juin

Travail : Tu te sens isolé(e). Tu devrais prendre un animal de compagnie.
Amour : La rencontre avec un être à poil va tout changer pour toi.
Santé : Obligé(e) de sortir pour promener ton chien, tu gagnes en capacité respiratoire.



CANCER

21 juin au 22 juillet

Travail : Tu te noies dans le travail.
Amour : Un(e) Vierge est amoureux(se) de toi.
Santé : Pour chasser la dépression, va boire des coups (avec modération).



LION

23 juillet – 22 août

Travail : Entretien professionnel. Tu dois partir en Lorraine.
Amour : Coup de foudre. Tu dois partir voir Lorraine.
Santé : Prise de poids. Arrête la quiche.



VIERGE

23 août - 22 septembre

Travail : Le travail n'est clairement pas ta priorité.
Amour : Tu dois déclarer ta flamme à un Cancer, c'est le moment.
Santé : Arrête de passer ta vie dans les bars. La sobriété a parfois du bon.



BALANCE

23 septembre – 23 octobre

Travail : Tu vas devoir prendre tes responsabilités.
Amour : Tu vas devoir changer d'appart.
Santé : Un heureux évènement à venir, félicitations !



SCORPION

24 octobre – 22 novembre

Travail : Les planètes s'alignent pour toi ! Pluton transite en Netflix.
Amour : Mars rentre en Vénus.
Santé : Omicron mute en Delta.



SAGITTAIRE

23 novembre – 21 décembre

Travail : Baisse de régime. Arrête de passer tes soirées à regarder des séries avec un Scorpion.
Amour : Tu auras une affinité avec un Cancer. Attention tu n'es pas le seul, méfie-toi des Vierge.
Santé : Aussi bonne que celle du Taureau.



CAPRICORNE

22 décembre - 19 janvier

Travail : Tu fais les choses en bonne et due forme.
Amour : Tu aimes les formes.
Santé : Tu gardes la forme.



VERSEAU

20 janvier – 18 février

Travail : Protège-toi. Attention au surmenage.
Amour : Attention au surmenage. Sors couvert.
Santé : Sors couvert. Protège-toi.



POISSON

19 février – 20 mars

Travail : Tu sors enfin la tête de l'eau après un mois difficile.
Amour : Tu nages dans le bonheur tout simplement...
Santé : C'est le moment de te mettre à la natation.

INVITATION

au 6^e art

Tu souhaites découvrir, voir ou participer à une représentation du théâtre d'improvisation. Alors cet événement est pour toi !

■ Antoine Doridot

Les 19, 20 et 21 mars 2022, les associations le Trou'Pau (association de l'UPPA) et Les Chevaliers de L'Imaginaire ont décidé de consacrer tout un week-end au théâtre d'improvisation. Le but est de le faire découvrir au plus grand nombre. Les curieux et les novices sont les bienvenus. Le théâtre d'improvisation permet de s'exprimer en public sans jugement et en toute décontraction. Cet art est idéal pour gagner en confiance et en aisance à l'oral. Tous les achats pour les places via le site HELLOASSO ou sur place. Le prix des places varie en fonction de l'activité, mais les étudiants de l'UPPA bénéficient d'un tarif réduit.

PROGRAMME

Samedi 19/03 :



► **14-16h** : Atelier d'initiation au théâtre d'improvisation ouvert aux débutants et aux confirmés. Afin d'accueillir le plus de participants possible, deux stages seront organisés simultanément à la MJC Berlioz ainsi qu'à la salle Mac64 se situant au Thélème (Résidence CROUS). Les cours seront dispensés par des intermittents du spectacle, dont **Dominique Remy**. Le tarif pour participer au stage s'élève à 5 € pour les étudiants de l'UPPA et 10 € pour les personnes extérieures.

Achat des places via le site HELLOASSO ou sur place.

► **18h** : Match de théâtre d'improvisation avec l'association **le Trou'Pau** et **Les Chevaliers de L'Imaginaire** à la Grange Berlioz, 84 avenue de Buros à Pau. Achat des places via le site HELLOASSO ou sur place.

► **20h30** : Cabaret/cinéma d'improvisation opposant **le TROU'PAU** aux **Chevaliers de l'imaginaire** en collaboration avec l'association étudiante UNIVERCINÉ. Vous assisterez à un cabaret d'improvisation, mais aussi à des doublages de film en direct. L'événement se déroulera là encore à la MJC Berlioz. Les places pourront être achetées sur place ou bien sur le site HELLOASSO. Les prix des places : 7 € pour les étudiants de l'UPPA et 10 € pour les autres spectateurs.

Dimanche 20/03 :

► **9h-12h ou 13-16h ou 14-17h** : Stage de perfectionnement au théâtre d'improvisation organisé par **Olivier Descargues**, membre de l'équipe de France de théâtre d'improvisation. Olivier Descargues est comédien professionnel depuis plus de 30 ans. Il a étudié l'art dramatique au Théâtre-École du

Passage et notamment avec Niels Arestrup. Il nous fait l'honneur et le plaisir de venir nous transmettre son savoir-faire et son talent. Il sera présent en salle Mac64 se situant au Thélème (Résidence CROUS). Le tarif pour participer au stage sera une participation libre, mais obligatoire pour les étudiants de l'UPPA et 25€ pour les personnes extérieures. Attention stage limité en nombre de places !

► **20h30** : Catch d'impro du **Trou'Pau /Chevaliers** se déroulant à la grange MJC Berlioz. La place pour assister à la représentation : 7 € pour les étudiants de l'UPPA et 10€ pour les autres spectateurs.

Lundi 21/03 :

► **21h** : Match d'improvisation avec **la LNI** et une équipe mixte **Trou'Pau/ Les Chevaliers de L'Imaginaire**. La LNI, équipe québécoise connue et reconnue internationalement, à l'origine du Match de théâtre d'improvisation en 1977. Ces comédiens et comédiennes jouent régulièrement partout dans le monde. Ils sont de véritables stars dans leur pays. L'événement se déroulera à la Centrifugeuse (université de Pau). **La place : 10 € pour les étudiants de l'UPPA et 15 € pour les autres spectateurs.**





« Un journal fait par les étudiants, pour les étudiants... » tel est le concept de **FRIGO**

Ce magazine se veut donc étudiant dans toute l'étendue du terme, où se mêlent sérieux et autodérision, réflexion et humour, idées et informations, sport et culture, bons plans et sorties incontournables...

Nous avons besoin de toi pour le réaliser !

Tu aimes écrire, faire des photos, croquer un dessin, imaginer une bande dessinée... Tu es une étudiante, ou un étudiant motivé(e), voulant s'exprimer, intéressé(e) par la presse et le journalisme, curieux de tout et de rien ?

Pas de notes, pas de diplôme, mais le plaisir de participer à une œuvre collective et ludique. Tu bénéficieras d'un atelier « d'initiation à l'écriture journalistique » et de l'encadrement de professionnels de la presse. Ils t'apporteront le soutien pratique pour faire des interviews, réaliser une enquête, rédiger et publier un article pour paraître dans Frigo.

Viens le jeudi entre 14h et 16h en salle 10 de la faculté de lettres.

Si tu n'es pas disponible à cette heure-là, appelle-nous au 06 09 43 23 85, on s'arrangera, t'inquiètes ! Ouvert à tous, quel que soit ton cursus...

Ton journal est également présent en format numérique ainsi que les réseaux sociaux, sur Instagram (@frigo.uppa) et sur Facebook (Frigo UPPA)

**Ce numéro 8 de Frigo a été réalisé
avec le soutien des institutions
ci-dessous, obtenu dans le cadre
du «Projet jeunes 2020»**



RÉGION
**Nouvelle-
Aquitaine**

