



Illustration spécialement réalisée par Anna Mascot, un grand merci à elle !

À LA UNE



Wikipédia: Université Bordeaux Montaigne

Tout ce qu'il faut savoir sur la rentrée étudiante à Bordeaux **P.3-5**

Quel type d'étudiant es-tu ? **P.5**



Yugo: Logement à l'Université Sheffield Hallam (SHU)

CULTURE

Cher ScrUB, chronique d'une étudiante en échange **P.7**

Interview du groupe Hideaway, finaliste des Campulsations **P.8**



ASSOCIATIONS

Présentation de notre asso : Le SCRUB

Informar, rassembler, impacter : rejoins l'aventure du SCRUB !

Ça peut devenir un vrai casse-tête de trouver des informations ou des événements qui nous intéressent vraiment: entre les réseaux sociaux, les divers fils d'actualité ou encore la presse classique, il manque une source fiable ancrée dans le quotidien étudiant. C'est pour ça que Le SCRUB a été créé : nous sommes un journal étudiant indépendant, non affilié à un parti politique ou à un syndicat. Notre ambition ? Donner la parole aux étudiant-es, leur permettre de s'informer, de s'exprimer, et de participer pleinement à la vie étudiante et citoyenne.

Un journal étudiant comme le SCRUB constitue bien plus qu'un simple outil de communication : c'est un véritable espace d'expression, de réflexion et de création, pensé par et pour les étudiant-es. Il joue un rôle fédérateur en rassemblant des personnes issues de parcours, de disciplines et de cultures variés, créant ainsi un carrefour d'idées, de sensibilités et de points de vue.

Des rubriques pour tous les goûts...

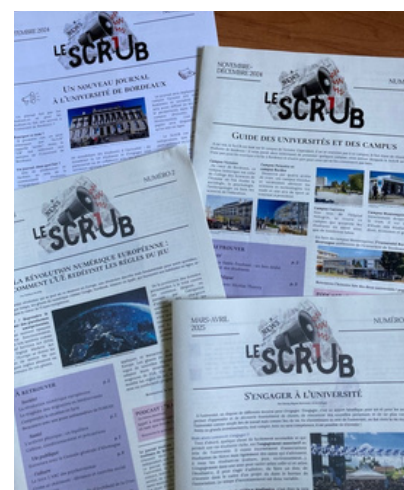
Vie étudiante, culture, société, santé, vie publique, bons plans, événements, associations... Tous les sujets qui traversent le quotidien et les préoccupations étudiantes trouvent leur place parmi nos pages.

...une présence sur tous les campus de Bordeaux...

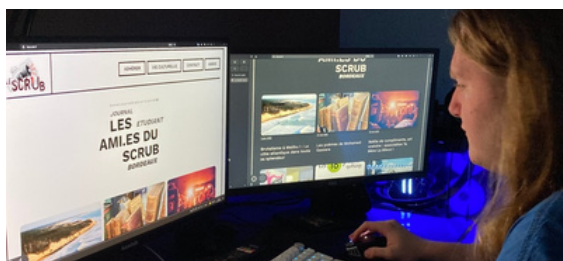
Notre association est ouverte à tous·tes, quelle que soit ton université, ta filière ou ton campus. On se déplace également pour divers événements comme des stands ou des festivals.

... & un journal bimestriel pour rester à la page !

Le SCRUB paraît tous les deux mois : pour septembre-octobre, novembre-décembre, janvier-février, et enfin mars-avril. On n'oublie pas notre super site internet où vous pourrez retrouver tous nos anciens articles !



Les numéros 0, 1, 2 et 3, publiés lors de l'année universitaire 2024-2025
© Fanny Rigoni Bertrand



Nathan Rontey, créateur du site internet
© Fanny Rigoni Bertrand

Pourquoi rejoindre le SCRUB ?

Le SCRUB, c'est une aventure collective où chacun·e peut trouver sa place : rédaction, relecture, illustration, organisation, idées d'articles... ou simple soutien curieux. Certain·es partagent les mêmes centres d'intérêt, là où d'autres explorent de nouveaux sujets.



Et sur Instagram ?

@le.scrub, c'est aussi un compte Instagram très actif et bien vivant ! On y partage des aperçus et des extraits de nos articles ; et on republie des infos utiles, des bons plans des universités et des villes de la métropole... et bien plus encore. C'est par ce biais que tu peux suivre l'actu et tout ce qu'on prépare !

Pour seulement 4€, tu peux devenir membre et soutenir activement le journal ! Il suffit d'adhérer sur notre site internet ou de nous envoyer un message sur Instagram ou par mail pour plus d'infos !

Envie d'en savoir plus ? De lire, d'écrire, d'illustrer ou simplement de découvrir ? Rejoins le SCRUB !! Un journal fait par des étudiant-es, pour des étudiant-es ! N'hésite pas à nous suivre sur Instagram ou à nous contacter pour toute question (sur Insta ou par mail) ;)

Tes idées n'attendent que nos pages, alors à bientôt !

Loup Folie--Lançon,

président de l'association Les Ami-es du ScrUB.

**Rejoignez
Les Ami.es du SCRUB**



SITE OFFICIEL
(PAR NATHAN RONTÉY)



A LA UNE

Cap sur ta rentrée à Bordeaux : bons plans, campus, asso

Tu commences tes études sup' et tu te sens un peu perdu-e ? Tu changes de filière et découvres la métropole de Bordeaux en même temps ? Ou bien tu as déjà passé une ou plusieurs années à la fac et tu as une idée plus ou moins floue des services et bons plans étudiants qui t'entourent ? **Notre asso te souhaite une belle rentrée !** Trouve les bons plans qui te correspondent et feuillette nos articles pour en apprendre plus sur des sujets comme la vie étudiante, la culture, etc. Bonne lecture à toi !



Sur tous les campus en septembre, la série de Journées festives "Fête la rentrée" propose aux étudiants - © Gaëtan Dufan

Retrouve ici un focus sur la vie étudiante,

- la santé
- les aides alimentaires
- la culture & l'engagement
- la mobilité & des bons plans villes !

• VIE ÉTUDIANTE

Crous - c'est la cantine solidaire des universités : 1 € le repas pour tous les étudiants. Pour payer, il suffit de se créer un compte Izly et de créditer sa carte étudiante. En soirée, trois restaurants universitaires (Mascaret à Carreire, Capu à Victoire, Vera Cruz à Pessac) sont ouverts.

Le Crous propose également le (S)pace' Campus, un bâtiment flambant neuf qui opère comme QG de la vie étudiante (RU, snack, espaces de coworking, concert, ressourcerie, terrains de beach volley et de basket...). Il suffit de suivre leur page Insta pour être au courant des derniers événements.

BVE (Bureaux de la Vie Étudiante) - UB

Ton guichet tout-en-un sur chaque campus : aide pour les démarches administratives et financières, subventions FSDIE, conseils logement, santé, culture, sport...

La DiVEC et la Maison des Étudiant-es (MDE) : le QG de la vie étudiante à l'UBM

Envie de monter un projet, de t'engager ou juste de savoir ce qu'il se passe sur le campus ? Direction la DiVEC et la MDE : soutien, infos, bons plans...

Entrée du bâtiment administratif et de la DiVEC



<https://etu.bordeaux-montaigne.fr/fr/news.html>

Cellule d'écoute de veille et de signalement

Victime ou témoin de violences, discriminations, harcèlement ou comportements sexistes ? La cellule est là pour t'écouter, recueillir ton témoignage et, avec ton accord, t'orienter vers les professionnels qui pourront t'aider et t'accompagner. Tu n'es pas seul-e !

Vice-Président-e étudiant-e (VPE)

Le-la porte-voix officiel-le des étudiant-es auprès de la direction. Il-elle travaille pour rendre ta vie étudiante plus facile et plus agréable.

Congé menstruel

Jusqu'à 15 jours de congé par an pour les étudiant-es qui souffrent de règles douloureuses.

Élu-es étudiant-es

Tes relais sur le campus ! Ils-elles écoutent, défendent tes idées et font remonter tes questions auprès des profs et de l'administration.



Le Pôle Vie de Campus, qui abrite le BVE de Carreire

<https://www.bordeaux.fr/campus/decouvrir-le-campus/campus-services/pole-de-la-vie-campus-etudiante>



• SANTÉ

Espace Santé Étudiant (ESE)

Consultations médicales, psychologiques et diététiques gratuites avec ta carte étudiante. Ateliers cuisine, formations premiers secours en santé mentale, gestion du stress... L'ESE est super actif toute l'année sur les campus.

Programme complet sur leur site. Leur compte Instagram est super sympa et informe beaucoup !



La résidence Escabette à Pessac, abrite les locaux de l'Espace santé étudiants © Olivier Got - université de Bordeaux

22 Avenue Pey Berland, 33600 Pessac
Tram B - Doyen Brus / Bus 80

Rdv sur Doctolib / 05 33 51 42 00



<https://www.espace-sante-etudiant-bordeaux.fr>



ESPACE_SANTÉ_ETUDIANTS_BOR

Dispositif Santé Psy Étudiant

Accompagnement psychologique gratuit pour tous les étudiant-es.



Questions Psy

Un service d'écoute et de soutien psychologique par téléphone, simple et accessible quand tu en as besoin.

Planning familial (proche de la gare St Jean) : un lieu d'écoute, d'info et d'accompagnement gratuit et anonyme pour toutes et tous : sexualité, contraception, IVG, violences, identité de genre, orientation sexuelle... Ouvert à tous-tes.

Girofard : situé rue du Loup, c'est un lieu d'accueil, d'écoute et de convivialité pour les LGBTQIA+. Il propose des permanences, des consultations psychologiques gratuites, des conseils juridiques, des ateliers, des événements culturels et des formations. Des tests de grossesse gratuits, des entretiens pré-IVG pour mineur-es, des préservatifs et du lubrifiant sont disponibles. En cas de violences, ils peuvent aussi t'accompagner dans tes démarches.



• AIDES ALIMENTAIRES

Linkee : distribution d'inventures alimentaires aux étudiant-es en précarité — un coup de pouce solidaire et pratique !

- À Bordeaux, le mardi
- À Talence, le mercredi



VRAC organise une vente de produits secs bio et locaux en vrac. Étudiant-es, vous avez droit à -10 % et les boursier-ères à -50 %. Rendez-vous le 2e lundi du mois sur le campus Bordeaux Montaigne pour faire le plein malin, zéro déchet et super économique !

Nous Tous Anti Gaspi, c'est deux magasins en centre-ville de Bordeaux où tu peux dénicher des produits à prix doux. Que ce soit du surplus, un emballage abîmé ou une date limite de conso courte, tout est bon pour cuisiner futé ! Et bonus pour les étudiant-es : -10% les mardis et jeudis. Parfait pour faire des économies en mode anti-gaspi !

ATENA & Comptoir d'Aliénor

Épicerie solidaire sur le campus de Talence, proposant des produits à prix réduits (10 à 30 % du prix du marché) pour les étudiant-es en situation de précarité. L'accès se fait sur dossier, avec un justificatif basé sur le reste à vivre.

Lundi au mercredi de 16h à 19h & vendredi de 14h à 17h.



Le Comptoir d'Aliénor, basé sur le campus de Talence, est une épicerie sociale, solidaire et culturelle portée par la fédération ATENA et son réseau.

• CULTURE & ENGAGEMENT

Service Culture

Tous les campus ont leur service Culture : le repère des arts et de la science. On y trouve des ateliers artistiques (danse, photo, théâtre...), des festivals étudiants (Heureux Haz'art, FACTS...), des concerts, expos et ciné-débats (à Marne, sur le campus de la Victoire, il existe le Club CinéMarne).

S'engager à l'université et en dehors est un énorme apport très enrichissant à différents niveaux ! Tu peux te renseigner sur les divers types d'engagement possible, notamment à travers un ancien article du ScrUB — *S'engager à l'université* — que tu peux retrouver juste ici :



<https://describ.fr/2025/03/18/sengager-a-luniversite/>

Maison des Arts (UBM)

Un spot convivial sur le campus pour profiter d'ateliers, spectacles et événements culturels.

Le **Label Culture Montaigne (UBM)** offre des places gratuites ou à prix réduit pour des événements culturels (cinéma, théâtre, concerts) aux étudiant-es de l'Université Bordeaux Montaigne.

Musée d'Ethnographie de Bordeaux (MEB)

Des objets du monde extra-européen, des photos venues des 4 coins du monde... et tout ça gratuitement sur le campus Victoire. Un musée unique, à visiter entre deux cours pour voyager sans bouger de Bordeaux.



Le Musée d'ethnographie de l'université de Bordeaux - Famillicoupe

Un aperçu de l'exposition temporaire La fabrique des innovations © Siric Beto

À l'UB, un **réseau communautaire d'étudiant-es ambassadeur-ices engagé-es** s'est créé, à l'initiative de Valérie Robberechts, chargée de développement des terrains d'engagement. L'objectif est de créer du lien entre étudiant-es engagé-es et de promouvoir l'engagement !



• MOBILITÉ & BONS PLANS VILLES

Carte jeune

Gratuite pour les moins de 26 ans qui habitent dans une des 28 villes de Bordeaux Métropole, elle offre plein de réductions top sur les transports, loisirs et culture. Pratique pour profiter sans se ruiner !



Pour les étudiant-es, TBM propose des abonnements mensuels et annuels à tarif réduit, avec en plus un tarif solidaire selon votre quotient familial (30%, 50% ou 100% de réduction). Différents pass sont dispo : 10 voyages à prix réduit, Pass Jeune Annuel seul, ou combiné TBM + Trains, avec aussi des options solidaires.

Il ne faut pas oublier pas le vélo de location que tu peux récupérer gratuitement en plus de ton abonnement ! Ça se passe dans leurs locaux près de Victoire.



Étu'Recup

La ressourcerie étudiante pour dénicher meubles, électroménager et vêtements d'occasion à prix libre sans se ruiner (*elle se trouve au (S)pace' Campus*). En plus : vente et réparation de vélos sur place !



Des infos pratiques, des aides et même des distributions alimentaires pour les étudiant-es. Simple et accessible !

Info Jeunes : trois spots pour t'aider sur logement, job, santé, culture et plus encore !

- Bordeaux (*CRIJ Nouvelle-Aquitaine – Centre Régional Information Jeunesse*), 125 cours Alsace-Lorraine
- Talence, 17 avenue Espeleta
- Pessac, 12-25 avenue Dulout

Quel type d'étudiant es-tu ?

Quiz de Nisrine Khadraoui, L3 psychologie

Dans chaque promo, il y a toujours certains profils : le major ultra organisé, le fantôme des TD, le roi du retard ou encore celui qui connaît tout le monde sauf ses horaires. Que tu le veuilles ou non, la vie étudiante finit toujours par révéler ta vraie personnalité ! Ce test (absolument pas scientifique) te dira quel type d'étudiant tu es.

Comment jouer ?

Pour chaque question, note la lettre correspondant à ta réponse. À la fin, compte la lettre que tu as le plus choisie et regarde les réponses à la page 10 !

1. Ton réveil sonne à 7h30. Tu...

- A — es déjà debout depuis 6h45, café en main
- B — repousses trois fois mais tu finis par venir
- C — regardes l'heure... puis te rendors
- D — n'as même pas entendu le réveil

2. En amphitheâtre, on te trouve où ?

- A — premier rang, stabilos alignés
- B — au milieu avec tes potes
- C — au fond, discret
- D — "présent mentalement" et présent physiquement au lit

3. En cours, tu es plutôt...

- A — attentif(ve) et prends des notes, tu as déjà un code couleur pour chaque matière
- B — attentif(ve) mais parfois distrait(e) par ton téléphone, tes potes ou tes pensées
- C — présent(e) physiquement, mais ton esprit est déjà sorti de l'amphi
- D — Ça dépend des jours

4. Ton rapport aux révisions ressemble plutôt à...

- A — un planning détaillé sur plusieurs semaines
- B — des sessions en groupe à la BU
- C — quelques fiches faites à l'arrache
- D — "on verra bien"

5. À la bibliothèque universitaire, tu...

- A — travailles vraiment : concentré(e) rien ne peut t'arrêter !
- B — travailles... mais finis par t'égarer (involontairement, bien sûr) sur internet
- C — viens surtout pour profiter du distributeur et de la machine à café
- D — n'y mets jamais les pieds

6. Les soirées étudiantes pour toi, c'est...

- A — rarement, tu préfères rentrer dans ton appartement cocooning et lire un livre
- B — le meilleur moment de la semaine : vive le jeudi soir !
- C — sympa de temps en temps
- D — Tu peux pas ! T'as pas fini le TD pour demain 8h !

7. Après les cours, tu...

- A — mets ton cours au propre et tu l'apprends pour rester à jour
- B — t'accordes une pause (avec des amis et un verre en terrasse), puis tu verras plus tard
- C — rentres sans trop te poser de questions sur les cours du jour
- D — oublies complètement les cours et te retrouves à scroller sur TikTok

8. Quand tu rates un cours, tu...

- A — récupères le cours rapidement
- B — demandes les notes à quelqu'un
- C — attends de voir si c'est important
- D — espères que ça ne tombera pas à l'examen

9. A l'approche des partiels tu...

- A — es en angoisse totale, t'as rien mangé depuis deux jours et t'as trois heures de sommeil dans le sang : pas contre tu connais chaque page de chaque cours sur le bout des doigts !
- B — stresses un peu, donc tu préfères relire tes fiches jusqu'à la dernière minute
- C — pries les forces de l'univers pour tomber sur le seul chapitre que tu as compris
- D — Pas grave, j'irai aux rattrapages !

10. Quand les notes tombent...

- A — tu vas regarder à la seconde près sur « mon dossier étudiant »
- B — tu compares immédiatement avec tes amis
- C — tu attends un peu avant d'aller voir
- D — tu évites l'ENT pendant une semaine

Hop hop hop, on se retrouve à la page 10 pour révéler ta vraie personnalité étudiante !

VIE ETUDIANTE



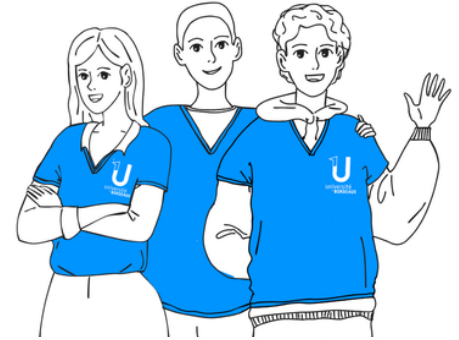
Présentation: Les Ambassadeur.ices des Transitions

Par Marie Passone, membre des Ambassadeurs

Sur tous les campus de l'université de Bordeaux, 23 étudiant-es s'engagent en faveur des transitions environnementales et sociétales. Intégrés-es à l'Institut des transitions, une direction de l'UB qui œuvre pour une université plus juste, durable et solidaire, ces étudiant-es animent des ateliers et des événements tout au long de l'année pour apprendre autrement et, pourquoi pas, repartir avec de nouvelles habitudes ! Tous nos événements et ateliers sont gratuits.

Au programme :

- Ateliers DIY : par exemple faire sa lessive, faire son propre liquide vaisselle, faire de la broderie sur des vêtements de seconde main...
- Green Games : c'est un jeu intercampus type « Question pour un champion » sur les enjeux de transitions. Les 3 premières équipes remporteront des lots et l'équipe finaliste gagnera un voyage en train dans une université européenne !
- Bascule(s) : c'est un festival qui aura lieu le 18 novembre 2026 à la BU ST. Cette année, le festival s'interroge sur l'engagement des étudiant-es dans les transitions environnementales et sociétales à l'ère du numérique. Au programme : talks, village de stands, interviews en live, exposition photos et un grand entretien !
- La semaine des transitions : du 22 au 26 mars 2027 se tiendra une semaine dédiée aux transitions avec des expositions, des ateliers, des tables rondes, etc.



Leur mission ? Sensibiliser et mobiliser la communauté étudiante autour des grands défis actuels : mobilité, environnement, inégalités, alimentation, déchets, diversité...

Et parce que la transition passe aussi par le collectif et la convivialité, les ambassadeur-ices organisent également des repas partagés, des soirées jeux, des fêtes de la rentrée, des conférences et de nombreux autres rendez-vous tout au long de l'année.

Alors, que vous soyez déjà engagé-e dans les transitions ou simplement curieux-se d'en apprendre plus, les ambassadeur-ices ne sont jamais bien loin !

Venez participer aux événements sur le campus Victoire :

22 septembre : Fête La Rentrée

15 octobre : Repas partagé

03 novembre : Atelier DIY - création d'objets en argile auto-durcissante

20 janvier : Green Games

Retrouvez-nous sur nos stands et sur Instagram,

@ambassadeur.icestransitions, pour découvrir nos futurs événements !

Cet article, comme tous les autres que tu liras ici, sont disponibles en version complète sur notre site internet www.lescrub.fr. Viens y faire un tour !

Jobs étudiants : comment trouver un emploi quand on est à la fac ?

Par Nisrine Khadraoui, L3 de psychologie

Il y a un moment dans la vie étudiante où tu regardes ton compte bancaire comme on regarde un message laissé en "vu" : en silence et avec déception.

Parce qu'entre le loyer, les courses, les cafés "juste avant le CM" et les soirées où tu dis "je prends rien" puis tu prends une bière et celle de ton pote... L'argent disparaît vite. Très vite. Voici donc ton petit guide pratique pour trouver un job étudiant et maximiser tes chances d'être embauché.

Solution 1 : Des jobs directement proposés par l'université
L'Université de Bordeaux recrute régulièrement des étudiants grâce à des contrats adaptés aux horaires universitaires. Ces emplois permettent de travailler dans un cadre souvent plus flexible et compatible avec les études.

Parmi les postes proposés, on retrouve par exemple :

- chargés d'enquête,
- chargés d'accueil étudiant sur le site de Gradignan,
- moniteurs-étudiants en bibliothèque universitaire,

Solution 2 : Les jobs à côté de la fac

En dehors de l'université, beaucoup d'étudiants travaillent dans la restauration rapide, la garde d'enfants, ou encore l'événementiel,

Souvent, ce sont des jobs accessibles sans expérience, avec une formation directement sur place !

Le bouche-à-oreille joue aussi énormément : amis, groupes Facebook ou Discord.

Solution 3 : Les plateformes en ligne

Aujourd'hui, une grosse partie des jobs étudiants passe aussi par les plateformes numériques.

Des sites comme Indeed, Hellowork ou encore LinkedIn permettent de chercher des offres, de filtrer par horaires, type de contrat, et postuler rapidement sans bouger de ton lit.



CULTURE

Chronique d'une étudiante en échange en Angleterre : Mes deux dernières lettres

Par Maelle Cotonea

Cher Scrub,

Je suis devenue fan de hockey sur glace ! (préciser la dimension glacée est important car il existe pleinnnnnnns de type de Hockey différents ici).

J'ai écrit cette lettre originellement en anglais. Après avoir rendu mes devoirs et vécu ces souvenirs dans cette langue, cela m'a semblé plus naturel. Libre donc à toi de te challenger en anglais ou de rester tranquillo sur une correspondance francophone.

Maintenant que cela est dit, revenons au hockey. Au Royaume-Uni, ou du moins en Angleterre, le sport universitaire tient une place importante, un peu à l'américaine.

A la fin de la saison de compétition commence la Varsity, qui dure environ 2 semaines. C'est un événement durant lequel deux universités concurrentes s'affrontent. Ici, Sheffield Hallam University, abrégé en 'Hallam', et University of Sheffield, aussi appelée Uni of. Il y a de la boxe, de l'aviron, du foot, du Lacrosse, du soulever de poids... et enfin du Hockey !

La Varsity se clôture avec le match de Hockey, et presque tous les étudiants vont le voir à l'Utility Arena de Sheffield. J'étais malade ce jour-là mais j'y suis allée quand même: SANS REGRETS. Et là, j'ai découvert le Hockey. Incroyable ! Chaque équipe supporte son université depuis les gradins opposés mais tout le monde chante ensemble les musiques qui passent à chaque interruption de jeu. L'ambiance était géniale !

Pour aller plus loin dans cette nouvelle passion, je suis également aller voir un match de hockey professionnel, au même endroit, en supportant les Sheffield Steelers. Ils ont gagné, et ont d'ailleurs plus tard fini deuxième du championnat !

Bref, le hockey, c'est génial, et c'est comme cela que je finirai ma lettre !
A plus, Maëlle.

**Sheffield
Hallam
University**

Cher Scrub,

Cet échange a été incroyable. J'y ai rencontré des amis super, des partenaires particuliers de boîte, des camarades de classe, des compagnons de pub, des copines de soirée pyjamas. Une super période de ma vie, entourée de gens géniaux. Mais il faut bien l'avouer: revenir après un échange a ses difficultés...

Ainsi, j'ai fait mes ongles lorsque j'étais en Angleterre. Depuis que je suis rentrée, je n'ai pas pu me résoudre à aller dans un salon pour les faire enlever, et je commence à penser que je vais juste les laisser en attendant la repousse. Pareil pour les cheveux: avant de partir, j'avais décidé de les laisser pousser durant l'échange pour ensuite les couper et donner mes cheveux anglais à une association pour faire des perruques pour les patients atteints du cancer. Mais je suis rentrée depuis un mois et je n'ai pas mis un orteil chez le coiffeur. Je veux à tout prix garder avec moi ces petites choses dans le présent.

Le plus difficile est de quitter les gens. Tu vis avec eux, en coloc avec certains, pendant plusieurs mois. Tu vis proche d'eux, comme une petite famille mais, si l'on doit être réaliste, tu ne reverras sûrement jamais la plupart d'entre eux, et tu ne revivras probablement plus jamais proche d'eux de ta vie.

La phrase « Don't be sad because it is over, be happy because it happened » ("Ne sois pas triste que ce soit fini mais heureux que ce soit arrivé") ne m'a jamais semblé si vraie. Plus facile à dire qu'à faire.

A la prochaine à Bordeaux, Maëlle.

PS: Pour retrouver les lettres complètes et leur version anglaise, direction le site Internet de l'asso ;)



Team Hallam



Interview du groupe de rock Hideaway, finaliste des Campulsations

Par Loup Folie--Lançon, M1 Histoire mention Pouvoirs et Espaces Politiques

Nous avons interrogé pour vous le groupe de rock étudiant Hideaway, qui a terminé troisième lors du dernier concours Pulsations. La finale était organisée au cœur du (S)pace Campus de Pessac dans une ambiance de dingue ! Candice, la chanteuse du groupe, a pu répondre à nos questions entre deux répétitions :

Pour commencer, est-ce que tu peux te présenter rapidement ?

Alors moi c'est Candice, j'ai 19 ans, je suis en L2 Graphisme à Strasbourg et je fais partie du groupe depuis deux ans et demi. Je suis chanteuse, mais avant j'étais joueuse de basse.

Quelles sont vos principales inspirations musicales ?

On écoute chacun pas mal de styles de musiques différents pour apporter des sonorités variées à nos chansons. Mais on se réclame surtout du indie rock, avec des chansons qui font penser à Fontaines D.C, Portishead, et surtout à Igor, qui est un chanteur que tout le monde kiffe au sein du groupe.

Ça fait combien de temps que vous avez votre formation actuelle ?

Depuis que je suis partie pour mes études sup' à Strasbourg, donc deux ans. Ça me semblait important de garder ma passion même à distance. Je reviens les week-ends pour les répétitions et rester proche du reste du groupe, avec qui j'ai grandi. Finalement, ça nous a permis de nous inscrire au tremplin de Strasbourg, qui nous a fait monter jusqu'à la finale nationale. Les allers et retours prennent beaucoup de temps mais finalement c'est que du plaisir !

Quels sont vos meilleurs et pires moments sur scène ?

Hmm, c'est dur de choisir. Pour les meilleurs moments, je dirais le tremplin régional, à la fois pour le public que pour l'émotion de passer en finale nationale. On a aussi adoré faire notre concert à Fil d'eau, où tous nos proches ont pu nous voir jouer.

En pire expérience, il y a un bar éphémère où on a dû faire un set de deux heures dans des conditions horribles, et cerise sur le gâteau on avait l'impression que personne ne nous écoutait jouer. On est pas prêts d'y retourner ...

Enfin, est-ce que ce tremplin vous a permis de faire des rencontres qui vous aideront pour la suite ?

Oui bien sûr ! Déjà on a adoré le set des autres artistes, ils ont tous montré leur talent. Ça se voyait que tout le monde méritait de gagner ! On a surtout échangé avec Nine [autre finaliste du tremplin, *ndlr*] parce qu'elle a vraiment une manière unique de jouer de la basse

Candice, chanteuse et bassiste du groupe



Le quintuor réuni pour recevoir leur troisième place

On souhaite plein de bonnes ondes à Hideaway, que vous pouvez retrouver sur Spotify, Apple Music et Soundcloud ! On vous conseille vivement leur titre Mister Society ;)

**VOS CREATIONS****Les créations étudiantes: poème en hommage à la journée mondiale de la santé mentale**

Par Lou Ferrelloc, L2 de sociologie (@lou_frlc)

Pour honorer le 10 octobre, la Journée mondiale de la santé mentale.

En poésie, on ne dit pas « il a besoin d'aide » ; en poésie, on dit :

Son cœur bat et pourtant ça ne va pas,
ses joues ont constamment ce goût salé, faute des quelques larmes qui les ont dévalées,
sa respiration est saccadée et, dans son esprit, tout est saccagé ;
il a l'impression de se noyer, de sentir ses poumons se remplir à n'en jamais finir.
Toute cette douleur s'entasse, faut-il qu'il en trépasse ?

« Prends la main qui t'est tendue », lui direz-vous ; faut-il encore qu'il y ait une main.
Enfin, la main, elle est là, la proposition, il la voit, mais l'aide, il n'en veut pas.
Il n'en veut pas ou, plutôt, il n'y croit pas ;
il n'y croit pas ou, plutôt, il ne sait pas ;
il ne sait pas qui demander, à qui devrait-il s'adresser, ses prières seront-elles exaucées ?
Il a peur, il a peur car se faire aider, c'est accepter, abdiquer et rendre palpable ce qu'il y a de plus innommable.

Il a peur car guérir, c'est souffrir ;
guérir, c'est avoir l'impression de faiblir jusqu'à en mourir ;
guérir, c'est prendre conscience du poids de sa douleur, de la lourdeur de sa détresse et de la teneur de son désarroi.
Il pourrait dire que ça va, pourquoi pas ?
Seulement jusqu'à quand ?
Peut-être va-t-il attendre juste encore un peu, juste le temps de faire passer l'image du regard inquiet de sa mère, ou le temps de ne plus entendre les remarques de ceux qui disent qu'il est fou.
Tout ça a l'air flou.

Se soigner fait peur parce qu'il faut faire face à la laideur, mais continuer à saigner est synonyme de douleur.

Se soigner effraie, mais continuer de saigner rend malheureux, il paraît.

La douleur l'enlace et l'embrasse, mais cette étreinte est loin d'être douce et sainte ; elle le serre, lui broie les côtes et accroît ses craintes.

Saisis cette main, tu la vois, alors prends-la, accepte de sauter, car sauter, c'est déjà bouger, et bouger, c'est guérir. Alors oui, guérir, c'est souffrir, mais au final, ça permet de sourire.

Rappel important: La santé mentale est un des grands enjeux de notre génération, reconnue comme cause nationale des années 2025 et 2026. À ce titre, nous ne pouvons que vous conseiller de ne PAS rester dans le silence et de vous confier à n'importe quelle oreille compétente en cas de sentiment de mal-être, que ce soit un ami ou une ligne téléphonique dédiée (comme le 0 800 858 858, cellule d'écoute de la Croix-Rouge).

Rappel important bis: comme le SCRUB est aussi un espace de libre expression, nous prenons à cœur de publier vos créations artistiques, qu'elles soient plastiques, musicales ou bien littéraires. En l'occurrence, ce sont les vers de Lou qui nous ont conquis.es, mais ça pourrait être vous ! N'hésitez pas à nous écrire si vous voulez en savoir plus ;)



Visite des îles Kouriles: Poutine veut l'Est aussi

Par Benoit Luret, L3 de sociologie

ACTUS - MONDE

Le 13 août 2026, Vladimir Poutine s'est rendu sur les îles Kouriles, un archipel situé entre la péninsule russe du Kamtchatka et l'île japonaise d'Hokkaidō. En 26 ans de pouvoir c'est pourtant la première fois qu'il s'y rend, mais pourquoi ? La visite, effectuée sur l'île d'Itouroup, intervient dans un contexte de fortes tensions entre Moscou et Tokyo et ravive un différend territorial vieux de plusieurs décennies.

Le contentieux porte principalement sur quatre îles du sud de l'archipel : Itouroup, Kounachir, Chikotan et les îlots Habomai. Elles sont administrées par la Russie, qui les considère comme faisant pleinement partie de son territoire, tandis que le Japon les désigne sous le nom de « Territoires du Nord » et en revendique la souveraineté.

L'origine du différend remonte au XIXe siècle. Le traité de Shimoda de 1855 établissait une frontière entre les deux pays entre Itouroup et Ouroup, avant que le traité de Saint-Petersbourg de 1875 ne donne à la Russie la partie sud de Sakhaline en échange de la totalité des Kouriles à l'Empire japonais. La situation change radicalement à la fin de la Seconde Guerre mondiale. En août 1945, l'Union soviétique envahit les Kouriles et prend le contrôle des quatre îles aujourd'hui disputées. Depuis lors, Tokyo et Moscou n'ont jamais réussi à régler définitivement la question territoriale.

L'arrivée de Vladimir Poutine sur ces terres revêt donc une dimension largement symbolique. En se rendant directement sur l'une des îles revendiquées par Tokyo, le président russe réaffirme la souveraineté de Moscou sur le territoire. Le Japon a immédiatement dénoncé cette visite, jugée « inacceptable », tandis que Moscou a réaffirmé que sa souveraineté sur les Kouriles méridionales était incontestable.

Après le rapprochement occidental opéré par le Japon, les relations entre Tokyo et Moscou se sont fortement dégradées, rendant aujourd'hui beaucoup plus difficile toute tentative de compromis sur les Kouriles. De plus, pour la Russie, ces îles possèdent par ailleurs une importance stratégique majeure : elles permettent de contrôler l'accès entre la mer d'Okhotsk et le Pacifique et constituent un point d'appui militaire essentiel dans l'Extrême-Orient russe.

En plus de rappeler ce vieux conflit territorial, cette visite illustre la dégradation des relations russo-japonaises et la volonté de Moscou d'affirmer sa présence militaire et territoriale dans le Pacifique. Alors que la Russie est déjà engagée dans une confrontation majeure avec les puissances occidentales en Europe, les Kouriles rappellent que les tensions autour de Moscou dépassent désormais largement le cadre du conflit ukrainien.



RFI, 13/08/2026

Les lieux pour sortir sur Bordeaux et ses alentours

LES BARS :

- **Les Halles de Bacalan** (population un peu plus âgée mais beaucoup de bons produits locaux, parfait pour boire et manger)
- **Le Bodegon** (LE bar incontournable de la Victoire, ne surtout pas rater son Happy Hour)
- **La Wall Street** (pour l'ambiance pendant les matchs)
- **Le Wash Bar** (insolite par son concept mais une valeur sûre pour passer un bon moment)
- **Le Grizzly** (les ambiances de matchs sont excellentes et les mojitos très appréciés)
- **Le Peaky Pub** (pour la bière la moins chère de Bordeaux, cours Victor Hugo)

LES BALADES :

- **Le Jardin Public**
- **Le Jardin Botanique** (beaucoup plus petit mais très paisible)
- **Les Quais des Queyries**, pour les apéros du soir et les footings en journée
- **Le parc Bordelais**
- **Le miroir d'eau**, évidemment
- **Le parc de Peixotto**
- **Le parc de la Burthe**

LES BARS DANSANTS :

- **Le BMF** (choix de musique très varié)
- **Le Calle Ocho** (pour les lovers de chansons latino)

Concerts/shows

- L'Opéra National de Bordeaux
- Le Krakatoa
- L'inconnue (Talence)
- La Rock School Babey
- Pama (Pessac)
- Le TNBA (théâtre)
- Le Rocher de Palmer
- L'Arkéa Arena
- Le Pin Galant

Musées/expos

- Musée des Beaux-Arts
- Musée d'Aquitaine
- La MECA
- Bassin des Lumières
- Cap Sciences
- CAPC (art contemporain)
- Musée d'histoire naturelle
- Espace St Remi
- Le M.U.R (street art)

Cafés/librairies

- Café/librairie Georges (Talence)
- La Machine à lire
- La nuit des rois
- Mollat (bien entendu)
- Bradley's Bookshop
- Café Piha (reco' de Nathan)
- L'Autre Petit Bois (reco' de Fanny)

Cinés

- Jean Eustache (Pessac) : 5,50€ prix étudiant
- L'Utopia (Bordeaux) : 5€ le matin
- La Lanterne (Bègles) : 6€ prix étudiant & 5€ avec la carte jeune



Mots scrubés édition rentrée!

À suivre de près à la rentrée



Mots à trouver

Amphithéâtre	Réussite	Enseignement
Bibliothèque	Scrub	Projet
Diplôme	Association	Révisions
Partiel	Crous	Universitaire

• ESN (ERASMUS STUDENT NETWORK) BORDEAUX

Week-end interculturel du 25 au 27 septembre

L'ESN organise son W-E d'intégration fin septembre, pour terminer en beauté le Welcoming Month. Au programme: jeu de piste géant, qui interculturel et deux soirées avec DJ.

Pour plus d'infos : [@esnbordeaux](#)

• LA CUVÉE DES ÉCOLOS

- Distribution alimentaire hebdomadaire
- Animation jardin convivial, pédagogique et collectif
- Organisation ateliers éducation populaire (intelligence collective, week-end ferme, etc.)

Pour plus d'infos : [@lacuveedesecolos](#)

• FÊTE LA RENTRÉE: DU 2 SEPTEMBRE AU 1ER OCTOBRE SUR LES CAMPUS DE L'UB

Au programme, une tonne d'événements culturels pour commencer l'année scolaire sur les chapeaux de roue. Que vous soyez de Carreire, Bastide ou encore Victoire, chaque campus a droit à sa journée ! Pour clôturer cet événement, l'esplanade du campus Montesquieu à Pessac va héberger une soirée concert avec une programmation éclectique, rassemblant en une seule soirée Carbonne, Luxie ou encore DJ Raveon. En bref, tous les ingrédients pour passer une bonne soirée réunis en un seul événement !

ET EN LIBRE SERVICE À L'UNIVERSITÉ DE BORDEAUX I

- L'Espace 120 met à disposition un studio de répétition de musique au sein du bâtiment A22
- Studio de répétition (Victoire)
- Pianos (Victoire ; Peixotto ; Carreire ; Montesquieu ; Périgord)
- Studios de danse (Victoire ; Peixotto ; Carreire)

Les résultats du quiz de Nisrine:

Tu viens de répondre aux dix petites questions et tu as noté quelle lettre ressortait le plus dans le quiz... Il est temps de découvrir ton profil étudiant !

Major de promo (majorité de A)

Tu fais partie de ceux qui donnent l'impression que tout est toujours sous contrôle. Ton emploi du temps est organisé et tes cours sont souvent relus le jour même. Tu n'es pas forcément l'étudiant(e) le plus bruyant(e) de la promo, mais tu es clairement solide dans ta manière de gérer les choses. On te reconnaît souvent à tes notes propres, tes dossiers rendus en avance et ta capacité à ne pas paniquer.

Étudiant social (majorité de B)

Tu es au cœur de la vie étudiante. Tu viens en cours, bien sûr... mais tu viens aussi et surtout pour les gens. Tu connais tout le monde, ou presque, et tu passes facilement d'un groupe à l'autre. Tu bosses, mais jamais dans la panique : plutôt dans une ambiance équilibrée entre travail et pauses bien méritées. On te voit autant en amphi qu'en terrasse après les cours.

Fantôme administratif (majorité de C)

On sait que tu es inscrit(e)... mais parfois, c'est à peu près tout ce qu'on sait. Tu es là sans toujours être là, présent(e) aux moments importants, mais souvent en mode économie d'énergie le reste du temps. Tu navigues entre présence stratégique et disparition temporaire, mais tu finis généralement par t'en sortir avec un mélange d'instinct et de débrouille.

Survivant des partiels (majorité de D)

Tu as un talent particulier : faire beaucoup avec très peu de temps. Les révisions commencent souvent tard, mais tu arrives malgré tout à t'adapter dans l'urgence. Tu fonctionnes à l'adrénaline des deadlines et à la motivation de dernière minute. Ce n'est pas toujours calme, mais c'est efficace à ta manière — et tu t'en sors plus souvent que tu ne le penses.

• LIBRE DE DROIT

Formulaire d'accompagnement pour les victimes de VSS.

Pour plus d'infos :

[@librededroit](#)



Reliez les pays et leurs capitales

Honduras	•	•	Minsk
Cap Vert	•	•	Montevideo
Angola	•	•	Tegucigalpa
Nouvelle-Zélande	•	•	Stockholm
Suède	•	•	Bratislava
Uruguay	•	•	Praia
Roumanie	•	•	Wellington
Biélorussie	•	•	Bucarest
Slovaquie	•	•	Luanda

**TACK:**

C'est un média émergent prometteur centré sur la culture et l'art. Leur édition de rentrée comptera 64 pages, soit trois fois plus de contenu que d'habitude ! On ne peut que vous conseiller de naviguer parmi leurs pages inspirées hautes en couleurs. Ce nouveau numéro sort le 17 septembre mais vous pouvez déjà le commander sur leur site internet (un autre régal pour les yeux, soit dit en passant).

Le zoom de Loup: Mention honorable à leur série de podcasts Pagaille, qui propose du contenu rap sur les artistes bordelais (et pas que), à l'instar de la scène locale Turf ou du rappeur bordelais Yamä.

Bonus: Les reco' en pagaille (promis, on rangera plus tard)

L'ESPACE SANTÉ ÉTUDIANTS

Diverses activités tout au long de l'année telles que les **formations PSSM** (Premiers Secours en Santé Mentale).

> Sur inscription via Doctolib de l'ESE / Diététicienne :

-Ateliers cuisine

-Atelier gestion du stress, et bien d'autres

EN LIBRE SERVICE À L'UNIVERSITÉ DE BORDEAUX I

- L'Espace 120 met à disposition un studio de répétition de musique au sein du bâtiment A22
- Studio de répétition (Victoire)
- Pianos (Victoire ; Peixotto ; Carreire ; Montesquieu ; Périgord)
- Studios de danse (Victoire ; Peixotto ; Carreire)

Pour rappel, votre radio associative étudiante – **Radio Campus Bordeaux 88.1 FM** – est toujours également dispo à la BU de Station Marne ! Venez tenter l'expérience sonore sous toutes ses formes au « studio 109 » (1er étage BU Marne), tous les lundis !



Retrouvez les événements sur leur site

Talence



Pessac



Bordeaux



N°49 de Tack

Par Nawell Aarouf-Gay

Les reco' de Nawell**Miam/glouglou**

- Réseau Paul Bert: café/restaurant solidaire à prix mini (par exemple : café à 0,40€, sandwich à 1,20€) : 2 rue Paul Bert
- Ly kim Hak: les meilleurs nems de Bordeaux ! Traiteur situé 18 rue du mirail (nems a environ 0,80€)
- Thanh Binh : vietnamien généreux et à petit prix, à retrouver rue Elie Gintrac (reco du journal : le pho à 8€ très copieux et les nems aux pores à 6€).

La sortie à ne pas rater

Le MADD (Musée des Arts Décoratifs et du Design) a rouvert ses portes

Entrée gratuite les 19 et 20 septembre prochain pour les journées européennes du patrimoine, et **dernière nocturne** le 18 septembre de 18 à 21h

Tarif étudiant: 2€

Ressources scientifiques à disposition: bibliothèque ouverte sur RDV, accès aux collections.



<https://madd-bordeaux.fr/visiter/informations-pratiques>

RETROUVEZ L'INTÉGRALITÉ DES ACTUS-ÉVÉNEMENTS MIS À JOUR SUR NOTRE INSTAGRAM !

- Contact -

@LE.SCRUB

CONTACT@LESCRUB.FR



SITE OFFICIEL
(PAR NATHAN RONTÉY)

ISSN 3077-5353

Rejoignez Les Ami.es du SCRUB

Directeur de la publication
Loup Folie-Lançon

Rédacteurs.rices

Nawell Aarouf-Gay
Maëlle Cotonea
Lou Ferrelloc
Loup Folie-Lançon
Nisrine Khadraoui
Benoit Luret
Marie Passone

Illustration de couverture
Anna Mascot

Créatrice de l'association
Fanny Rigoni Bertrand

Avec le soutien

université de BORDEAUX



RÉGION Nouvelle-Aquitaine

