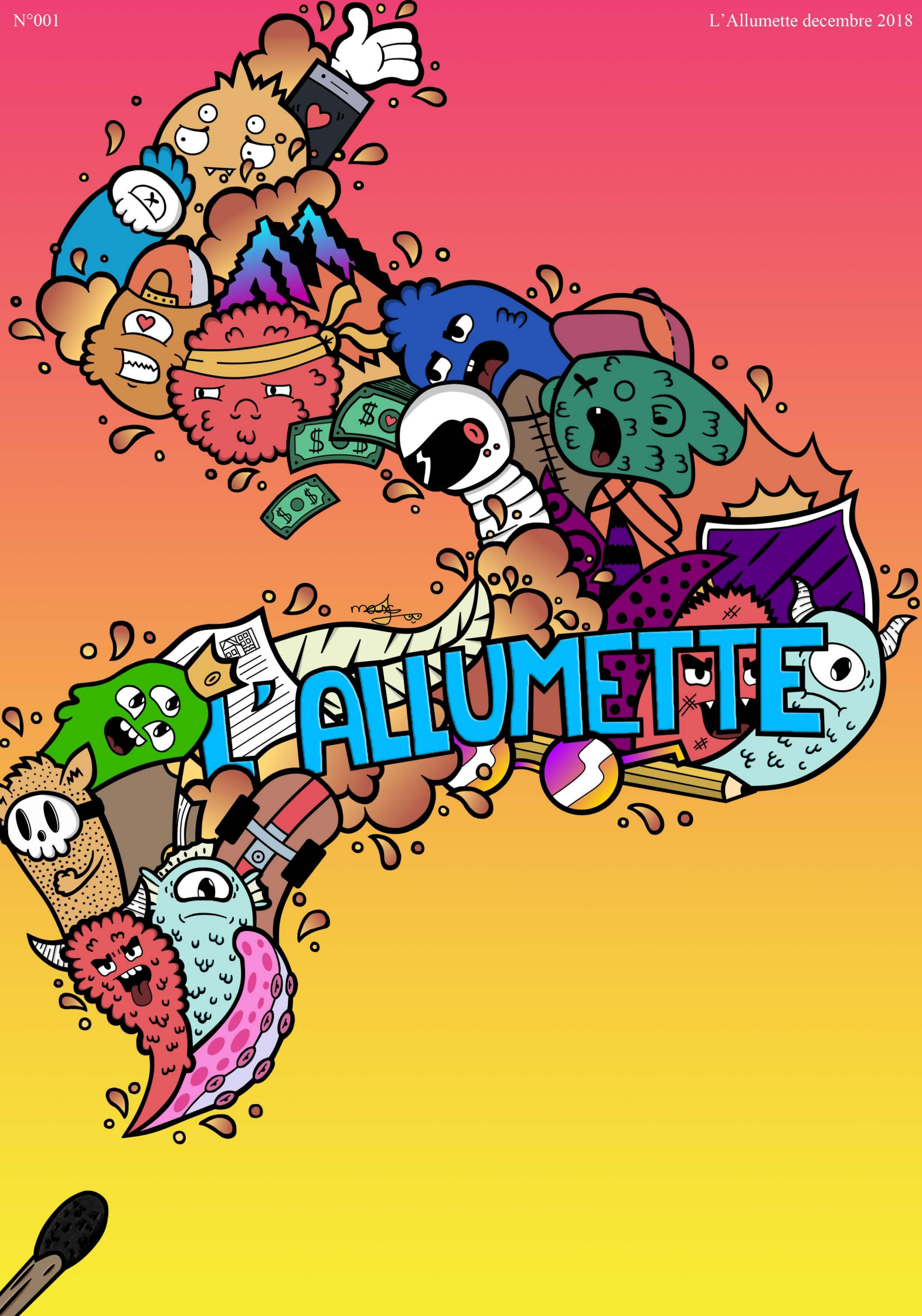




Sommaire



Actualités

Manifestations et blocus des lycéens.....	P.
Initiatives lycéennes contre le harcèlement scolaire	P.
Quizz des Blaireaux.....	P.
Centenaire de la Grande Guerre.....	P.
Journal de Bord : notre voyage dans les Alpes	P.

Culture

La pop coréenne, l'enfer du paradis.....	P.
Raul Ruíz en Grenada.....	P.
Critiques de films	P.
Découverte d'un philosophe et écrivain bouddhiste	P.
Nos Origines	P.

Joseph Saverne à un incroyable talent

#Draw for earth.....	P.
Publicités.....	P.
Rêves Lucides.....	P.
Bloqué dans les rêves.....	P.

Autres

Recette de la Desh.....	P.
Édition spéciale Noël.....	P.
Jeux	P.

Manifestations et blocus des lycéens

Ces dernières semaines ont été particulièrement animées en France. De nombreuses manifestations ont eu lieu depuis celles des gilets jaunes, un peu partout dans le pays, et protestent notamment contre la hausse du prix du carburant (hausse significative et soudaine des taxes). Cela a déclenché une vague de révoltes, impliquant beaucoup d'autres sujets de débats, comme celui de l'éducation par exemple. Le vendredi 30 novembre, environ 40 000 lycéen(ne)s se sont retrouvé(e)s dans la rue suite à l'appel à la mobilisation de l'UNL (Union Nationale Lycéenne), afin de montrer leur désaccord face au gouvernement. Blocus et manifestations ont repris dès le lundi suivant. Il y a eu beaucoup de répercussions à Toulouse.

Au lycée, le lundi 3 décembre, a été mis en place un mouvement de blocus qui a duré toute la journée. Environ 250 élèves ont bloqué l'entrée du lycée à partir de 8h30, lors des

Des lignes de tram, de métro et



de bus ont été arrêtées, de nombreux barrages, l'intervention des forces de l'ordre avec des gaz lacrymogènes, l'incendie partiel du hall du lycée Saint-Exupéry, à Blagnac qui a eu lieu dans l'après-midi du 4 décembre

2018, suite au mouvement des lycéen(ne)s. L'établissement et notamment l'internat ont été fermés pendant 48h et les cours ne reprendront pas avant le 10 décembre. On sait que d'autres incendies ont eu lieu et que des voitures ont été renversées près d'autres établissements comme les Arènes ou Raymond Naves. Ces blocus et ces mouvements de protestation ont été mis en œuvre pour les raisons suivantes : la réforme du bac professionnel qui fermerait des portes dans le supérieur, la réforme du Bac général avec la suppression des filières générales, la mise en place du Service National Universel (SNU), ainsi que la réforme de Parcoursup qui entraîne notamment une sélection à l'entrée des universités.



récréations et à midi au self. Ils ont également manifesté dans les rues de l'Isle Jourdain et devant la mairie. Tout a vraiment commencé avec le groupe Facebook créé pour l'occasion.

Grâce à un certain nombre d'élèves «au coeur» du mouvement, la manifestation a été organisée correctement et s'est déroulée dans de bons termes, sans débordement quelconque. Elle a même été encadrée par des gendarmes et a été rejointe par certains habitants de la ville. Un article est paru dans La Dépêche, retraçant la journée et décrivant la manifestation ainsi que le «barrage filtrant», pour reprendre leurs termes. Néanmoins cet article a été plutôt mal accueilli par les lycéen(ne)s, déçus du contenu et de certaines affirmations.

“

Il y a eu une organisation mais pas de monopole de la parole, pas de leader, avec des personnes qui assuraient la sécurité." **LUCAS**, TERMINALE ES, MANIFESTANT

“

L'article sur La Dépêche était décevant car il nous a totalement associés aux gilets jaunes, alors qu'on n'était pas du tout reliés à leur cause, et ils ont complètement retourné nos paroles par rapport à Parcoursup" **GARANCE**, TERMINALE L, MANIFESTANTE

Certains adultes du lycée ont désapprouvé ces comportements et ont même menacé de sanctionner les lycéen(ne)s concerné(e)s. La réponse de ces derniers a été quasi immédiate : le droit de manifester est un droit citoyen qui dépasse le règlement intérieur du lycée. Ainsi les étudiants étaient totalement dans leurs droits et une sanction serait, de ce fait, injustifiée.



“

Sans forcément nous soutenir, car ce sont des luttes propres aux étudiants, mais au moins nous laisser le droit de manifester. Au sein du lycée, on peut en tout cas dire que la manifestation a amené et ouvert le débat au niveau des étudiants, ainsi qu'au niveau des adultes."

CARLA, TERMINALE ES, MANIFESTANTE

On ignore encore les conséquences de ces blocus et mouvements de lycéens français au niveau gouvernemental, mais on peut dire qu'ils se sont faits entendre et qu'un écho sera sûrement attendu.

Initiatives lycéenne contre le harcèlement scolaire

Le 5 novembre 2018, sous l'initiative de Mme Castay, une poignée d'élèves volontaires, dont moi-même, des journalistes, ainsi que d'autres intervenants provenant de l'enceinte du lycée ou de l'extérieur, ont débattu durant quatre heures à travers différents ateliers et interventions, sur la question épineuse du harcèlement scolaire.

Ainsi, nous avons commencé par visionner deux courts-métrages produits par la terminale ST2S. Le premier était une fiction traitant de différentes situations de harcèlement scolaire (sexuel, intimidation, exclusion, etc...) et le second était un micro-trottoir, sous couvert d'anonymat, de

témoignages de personnes ayant été victimes, ayant vu, ou étant à l'origine d'un quelconque harcèlement.

Suite à cela, nous avons assisté à un exposé interactif et exhaustif de Luna ESCOBAR, élève de seconde, ayant traité le sujet du harcèlement pour son oral de brevet. Les élèves se sont ensuite répartis de manière aléatoire, par groupe de cinq personnes, afin de débattre sur diverses questions (notamment sur les raisons qui peuvent pousser les harceleurs à commettre leurs actes).

Dans un même temps, on nous a donné comme mission, d'écrire les mots-clés ressortant des discussions sur un "paper board", et de les regrouper par thème, pour

ensuite en discuter de nouveau avec tout le monde. Il s'est avéré que les mots choisis étaient souvent les mêmes.

Ainsi, ce qui s'est dégagé de ce débat est que, les motifs du harcèlement sont souvent liés à de la jalousie ou un manque d'attention.

Pour conclure, nous pensons que tous les élèves sont ressortis de cette matinée davantage informés sur la question du harcèlement, grâce à des témoignages intéressants. Le sujet du harcèlement est au cœur des objectifs de l'Education Nationale depuis plusieurs années, et une intervention de ce genre est un bon moyen de prendre conscience de ses enjeux.



LE BLAIREAUX QUIZ

1/ Combien de mégots sont-ils jetés à terre chaque année en France ?

- A- 1 milliards
- B- 30 milliards
- C- On ne sait pas ! puis on s'en fout... c'est pas comme si chaque mégot pollue 500 litres d'eau, avec + de 4000 substances chimiques – ah si ça fait ça ?!

2/ Lorsque je vais acheter un paquet de chips - gras, pleins de conservateurs et qui me coute un bras pour pas grand-chose de nutritif – je :

- A- fais comme tout le monde, je vais pas aller à la cantine non plus... il font pas de chips... et moi je mange que des chips... parce que les chips....
- B- perd mon temps et mon argent... ou celui de mes parents plutôt !
- C- laisse choir le paquet par terre : ça fait super joli quand ça s'envole !

3/ Je me promene dans la rue, avec mon enceinte :

- A- Je mets mon morceau préféré, tout le monde a le droit d'écouter du bon son
- B- Je trouve un endroit où je ne dérange personne pour écouter ma musique
- C- Je pose du gros son au milieu du plus de gens possible ; je vois pas pourquoi on pourrait faire la teuf qu'en teuf, mince boududu !!!

J'ai un maximum de A

Je suis un suiveur ; je comprend pas bien pourquoi je fais les choses, mais comme j'ai l'impression de pas être le seul, bè voilà !

Conseil : ne pas prendre de décision, c'est accepter d'être responsable de tout ce qui va mal... par défaut !

J'ai un maximum de B

Je suis lucide et respectueux ; je comprend qu'on ne peut pas faire tout et n'importe quoi, n'importe quand... et encore moins de nos jours.

On pourrait penser que je suis relou et sans saveur. Non, je suis juste conscient du monde qui m'entoure et de l'impact qu'on mes actes... y a pas plus swag !

J'ai un maximum de C

Bon dans le fond je suis pas une mauvaise personne... je suis juste nocif, inconscient et je mets en danger l'ensemble de l'humanité par mes erreurs !

Mais bon, on peut toujours évoluer... et y a un club de chasseurs de Blaireaux qui se montent au lycée J.SAVERNE, va falloir que je fasse gaffe !

Centenaire de la Grande Guerre

Ce 11 novembre 2018, nous avons commémoré en France le Centenaire de l'Armistice de la Première Guerre Mondiale (1914-1918). A cette occasion, nous allons revenir sur l'histoire de cette guerre et sur le devoir de mémoire que nous avons envers elle. Ensuite, nous nous intéresserons plus particulièrement aux commémorations faites à L'Isle Jourdain.

→ Les origines de la guerre :

La Première Guerre mondiale a débuté officiellement le 28 juillet 1914 suite à l'assassinat de François Ferdinand, prince héritier de l'empire austro-hongrois, mort le 28 juin 1914. Mais on constate que des tensions étaient déjà présentes en Europe dès le début du XXème siècle entre la Triple-Entente (France, URSS, Royaume-Unis) et la Triple-Alliance (empire Allemand, empire Austro-

hongrois et empire Ottoman)
«Et tard dans la nuit, en pensant à tous ces garçons qui bouclaient leur valise, à toutes ces mamans qui faisaient cuire des œufs durs, je m'endormis, les yeux pleins de larmes, comme Lucien qui devait se réveiller philosophe»
 (Paul Cazin, L'Humaniste à la Guerre).

→ Le déroulement de la guerre en France :

Le 01 août 1914, la France apprend qu'elle entre en guerre. Le 03 août, l'Allemagne déclare la guerre à la France, ce qui entraînera de nombreuses batailles sur le territoire français qui causeront la mort de beaucoup de personnes.

«Tout ce qui est mort devient indifférent, s'attendrir serait

s'affaiblir»
 (Gabriel Chevallier, La peur).

Tout d'abord, on assiste à une guerre de mouvement, comme la Bataille de la Marne, du 05 au 13 septembre 1914, qui fera environ 67,000 morts, 325,000 blessés et 128, 000 disparus. Puis de 1915 à 1917, une guerre de position se met en place. Les soldats vivent dans les tranchées dans des conditions de vie déplorables : la mort, la boue, les rats, l'humidité et la maladie sont omniprésents. La Bataille de Verdun qui a lieu du 21 février au 19 décembre 1916, est une guerre de position qui fera près de 306,000 morts et disparus et environ 406,000 blessés.
 s

«On s'est traîné de trou en trou en rampant et en sautant par-dessus les cadavres... on marchait



dans la viande !»

(Gabriel Chevallier, La peur).

Le 11 novembre 1918,
l'Armistice est signée à
Rethondes mettant fin à la
guerre qui se voudra être
la «der des ders».

→ Les conséquences de la guerre :

La guerre a mobilisé 73,8 millions de soldats dans le monde. 9,7 millions sont morts ou disparus. De plus, 8,9 millions de civils sont décédés durant cette guerre. En tout, 18,6 millions de victimes et 21,2 millions de blessés (dont les gueules-cassées et les infirmes) ont été recensés. Beaucoup de femmes sont devenues veuves et beaucoup d'enfants orphelins, sans compter les séquelles psychologiques que les combattants garderont à vie. La France a perdu 18% de son armée durant cette guerre.

*« Les obus nous suivent,
marmites et shrapnells.*

*Trois fois, je me suis
trouvé en pleine gerbe
d'un shrapnell, les balles
de plomb criblant la terre*

*autour de moi, fêlant des
têtes, trouant des pieds ou
crevant des gamelles »
(Maurice Genevoix, Ceux de 14).*

Les frais pour la
reconstruction du pays
sont considérables, mais
cette guerre aura permis à
la France de “récupérer”
l'Alsace-Lorraine.

Petite anecdote : c'est
pendant la guerre, en 1916
qu'a été créée l'heure d'été
afin de faire des
économies d'éclairage.

→ Le devoir de mémoire :

Le devoir de mémoire est
une obligation que nous
avons envers les
populations qui se sont
battues, qui ont souffert
ou subi des injustices.
C'est aussi un devoir
envers les générations
futures afin de leur
inculquer de bonnes
valeurs et ne pas oublier
notre histoire pour ne pas
commettre les même
erreurs passées.

*«La guerre [...] Je vois
des ruines, de la boue, des
files d'hommes fourbus,
des bistrotts où l'on se bat*

*pour des litres de vin, des
gendarmes aux aguets,
des troncs d'arbres*

*déchiquetés et des croix
de bois, des croix, des
croix.» (Roland Dorgelès,
Les Croix de bois).*

Le 11 novembre dernier,
des mobilisations ont eu
lieu partout en France afin
de commémorer le
centenaire de la Grande
Guerre. A Paris, le
Président Emmanuel
Macron a convié 72 chefs
d'Etat pour partager cette
journée destinée à la
mémoire de toutes les
personnes ayant combattu
et de toutes les personnes
mortes pour la France. A
l'occasion, le Président a
fait un discours et
plusieurs intervenants se
sont relayés pour eux
aussi commémorer la fin
de la guerre : des lycéens
ont lu des lettres de
poilus, un orchestre a joué
de la musique, des poèmes
ont été lus dans toutes les
langues... Cette journée
était destinée à la
fraternité.

*«Ce ne sont pas des
soldats : ce sont des
hommes. Ce ne sont
pas des aventuriers,
des guerriers, faits
pour la boucherie
humaine [...] Ce sont
des laboureurs et*

des ouvriers qu'on_
reconnait dans leurs
uniformes. Ce sont des
civils
déracinés.» (Henri
Barbusse, Le Feu,
journal d'une
escouade).

→ Et à L'Isle
Jourdain, comment
ça s'est passé ?

A L'Isle Jourdain,
beaucoup de personnes
ont répondu présentes
pour rendre hommage aux
soldats morts pendant la
guerre. La journée a
débuté avec une messe
puis s'est poursuivie avec

un cortège composé de
Lislois et Liloises,
d'enfants, d'anciens
combattants, de membres
de la FNACA, de portes
drapeaux, de la
gendarmerie, des
pompiers, de la Croix-
Rouge, du personnel de
mairie...

*«Cette tranchée toute
neuve était ourlée de
terre fraîche, comme une
fosse commune. C'était
peut-être pour gagner du
temps qu'on nous y avait
mis vivants» (Les Croix
de Bois, Roland Dorgelès)*

Ensuite, le cortège est allé
jusqu'au cimetière où le
maire a déposé une gerbe.
Puis, le cortège s'est rendu

au monument aux morts
où des élèves du lycée ont
pu lire un rapport, à
propos des natifs de L'Isle
Jourdain et des autres
communes gersoises,
morts pendant la guerre,
réalisé avec leurs
professeurs d'histoire :
Mme. Finos et M. Goasse.
Le devoir de mémoire, au-
delà d'une obligation,
perpétue l'histoire et
permet, comme au
Centenaire de l'Armistice,
une cohésion ainsi qu'une
solidarité de la population
française et de toutes les
populations du monde
sans distinction d'âge, de
sexe, de culture ou
d'appartenance. Ce 11
novembre dernier a été un
beau message de paix et
d'appel à la fraternité.



Article de Sana El Haqiqi
Dessin Lino Parro

Notre voyage géologique dans les Alpes

Journal de bord

Jour 1 : Mercredi 03 octobre 2018



Nous partons de l'Isle Jourdain vers 7h30. Nous sommes répartis dans trois bus.

Le soleil qui commence à se lever annonce une Direction Briançon...



belle journée. Durant le début

du trajet, il y a pas mal de

circulation ce qui profite à deux

élèves, que nous appellerons

Vladimir* et Eugène*, qui sortent



uriner et déféquer sur le bas-côté

de la rocade. Cette péripétie passée,

nous repartons vers notre destinée. Commencer ce voyage de bon matin est assez difficile :

beaucoup dorment, quelques-uns discutent, certains écoutent de la musique, d'autres lisent ou regardent des films et séries.



N.B : Films à ne pas regarder dans le bus : films d'horreur tels que Conjuring ou plus récemment La Nonne, les films tristes tel que Titanic (snif Jack -;) ou Légende d'automne. Ces deux catégories de films vous feront paniquer, voire pleurer et vous rendront vulnérables auprès de vos camarades (l'adolescent est une espèce sans cœur). Ne regardez pas aussi des films d'action tel que Deadpool, tout simplement car les scènes d'amour pourraient mettre les personnes derrière vous mal à l'aise et ainsi vous faire passer pour le stéréotype de l'ado en manque.

Nous faisons des pauses toutes les 2-3h au plus grand bonheur de nos vessies et des vendeurs des stations-services qui s'en mettent pleins les poches grâce aux pigeons aux élèves. La pause de midi est revigorante pour tout le monde. Nous continuons notre voyage sans aucun souci (philosophie Hakuna Matata) continuant de vaquer à nos occupations et à régulièrement

renflouer les caisses des stations-services. Dans l'après-midi, nous avons perdu deux bus qui ont

fait un grand détour. Pour les attendre et afin de nous divertir, notre ami Jean-Marie* a pris le

micro et s'est essayé à l'humour (avec des blagues qui n'étaient, au passage, pas très drôles...)



Au cours du voyage, nous avons vu de magnifiques paysages que Monsieur Casubolo nous a

brillamment présentés. Il nous a aussi appris de très belles expressions.

Expressions que nous avons pu apprendre grâce à Mr.Casubolo

- on va vider les sentines
- il fait frisquet
- j'espère que vous avez repris quelques kilojoules pour affronter les premiers frimas de l'automne
- la synapse est faite au mauvais endroit
- j'ai glané quelques informations
- lorsque la bise sera venue, lorsque vous serez dépourvus
- pour réchauffer le cœur de certains
- alors Quentin, t'as pécho ?

+

m



Les heures défilent et la fatigue se fait ressentir. Aux alentours de 18h30-19h, lorsque tout le registre de chansons paillardes est épuisé nous arrivons enfin à Briançon tous présents et en bonne santé. Nous nous installons dans les grands dortoirs du «couvent» où nous séjournons à la décoration sobre et épurée (tout près d'un McDonald qui nous aura fait saliver tout le séjour et où nous n'avons jamais pu aller, malgré tout le chantage affectif du monde).

Le soir nous avons pu manger comme des rois un délicieux plat préparé par le chef (en vrai c'était une tuerie).

Après le repas, nous avons pu vaquer à nos occupations : visite du lieu de séjour, écouter du rap

avec monsieur Ripoll ou encore expérimenter le glissé sur matelas.



Règles du glissé sur matelas : prenez un matelas, une personne et un sol glissant. Placez le matelas sur le sol, prenez de l'élan, sautez sur le matelas, laissez-vous glisser.



Jour 2 : Jeudi 04 octobre 2018



Aujourd'hui, nous sommes réveillés par la délicate mélodie de... L'ALARME INCENDIE! En effet, quelqu'un fumait dans sa chambre : ce quelqu'un ? Un élève ? Non, un chauffeur de bus.

Suite à cet incident, nous allons petit déjeuner, c'est à dire boire énormément de café. Après le

petit-déjeuner, nous nous sommes réunis par classe et nous avons fait connaissance avec nos guides respectifs (tous très drôles et très sympathiques) et nous avons reçu le Saint Graal : le Géolpoch' et un livret guide pour «parler aux cailloux» (citation de JD le guide, 2018).

Nous partons en expédition aux alentours de 9h, avec un magnifique soleil, vers notre premier lieu de visite : Le Galibier (toi qui n'étais pas au voyage tu ne peux pas comprendre mais nous autres, l'élite de S nous savons). Équipés de gilets jaunes (en pleine manifestation avant l'heure... Non en fait c'était juste pour que les voitures nous voient) nous passons la matinée à observer la géologie du paysage.





Nous avons trouvé l'âge des roches et déduit quels phénomènes géologiques ont mené à la formation d'une montagne.

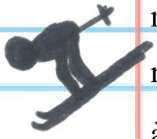
Nous avons observé des roches âgées sur des roches jeunes.

Il y a eu un chevauchement qui s'est traduit par un raccourcissement et un épaississement de la croûte dû à des mouvements de convergence ($\rightarrow\leftarrow$) qui amène à une collision. Cet enchaînement de phénomènes est à l'origine de la création d'une montagne. Nous nous sommes restaurés en pleine montagne avec le gros pique-nique préparé avec amour par le chef (un vrai gros pique-nique : toute une baguette pour le sandwich, des chips, une compote, une pomme, une barre de céréale, une crêpe et une pâte de fruit). L'après-midi, nous avons fait une lecture de paysage du col du Lautaret et du Pelvoux Photo 6 et nous avons déterminé les roches présentes dans le Cambeynot : du granite, du gneiss et des migmatites qui sont des indices de l'épaississement de la croûte et donc un marqueur de la collision. Nous sommes rentrés vers 18h, nous avons eu quartier libre : tout le monde (ou du moins la grande majorité) a pris une douche très très très chaude après cette journée dans le froid montagnard, puis dans un mouvement de panique, tous les glandeurs qui n'avaient pas remplis leurs livrets guides se sont dépêchés de le faire car les professeurs avaient annoncé dans le bus qu'ils seraient ramassés et vérifiés. Après nous être littéralement pété le bide à coup de tartiflette, nous passons encore une très bonne soirée avec de nouvelles activités : jouer au baby-foot, ou encore le curling aménagé avec des balais et un ballon. Nous sommes allés nous coucher vers 22h afin d'être en pleine forme pour affronter la grosse journée qui nous attend demain.

Jour 3 : Vendredi 05 octobre 2018

Aujourd'hui pas d'alarme incendie mais nous devons nous lever assez tôt et nous habiller chaudement car c'est LA grosse journée du voyage : l'ascension du Chenaillet, ce qui signifie 6h de marche avec un dénivelé de 800m (si tu ne sais pas ce que ça fait, c'est beaucoup !). Après un petit-déjeuner complet nous nous mettons en route. Nous arrivons au pied de pistes de ski. Nous commençons à marcher sur un sentier en pleine forêt, le début est assez pentu mais tout le monde suit et a un bon rythme. Nous faisons des petites pauses régulièrement et essayons de





vider au maximum nos bouteilles d'eau pour alléger nos sacs qui pèsent une tonne. Nous marchons sur des pistes de ski (des pistes en hiver, là c'est juste des sentiers hein) reconnaissables grâce aux télésièges. Big up à monsieur Casubolo qui en pleine montagne arrive à trouver un téléphone par terre (et retrouvera son propriétaire). Au bout d'une bonne heure, les



choses sérieuses commencent : nous arrivons en altitude, le chemin est vraiment escarpé et du gravier s'ajoute à notre malheur. Au moins 90% des élèves sont tombés (arrête de te voiler la face, ce n'est pas parce que personne ne t'a vu que tu n'es pas tombé) et : cailloux + pente + élèves marchants en ligne = tous les sens en haleine afin d'éviter une pierre ou une commotion cérébrale... montagnes franco-italiennes, sur un joli lac et quelques cabanes en contre-bas... eh ben non en fait on est pas arrivé! La dernière partie de l'ascension est la pire. Des marches ont été taillées dans la pierre pour faciliter la



montée. Problème : les marches font toutes 50cm et quand vous mesurez 1m50 vous êtes fortement enquinés !

Plusieurs élèves, tel que notre ami Jean-Marie*, ont pris les bâtons de randonnée des guides pour monter plus facilement (bandes de faibles).

Nous arrivons enfin en haut (pour de vrai cette fois) et nous nous mettons à



travailler avec nos guides respectifs. Nous commençons par observer et décrire les roches présentes. Il y a du basalte, des métagabbros et des méta péridotites. Cette «découverte» est paradoxale car ces types de roches sont normalement présents dans les fonds océaniques, or

nous sommes à plus de 1700m d'altitude. Nous allons manger notre pique-nique d'ogre sur ce mystère encore non résolu.



Les litres d'eau bu durant le trajet se font ressentir mais dans la montagne il n'y a pas de toilettes ce qui est un véritable

problème pour les filles et l'un des principaux points négatifs du voyage. Une fois que nous avons mangé, nous

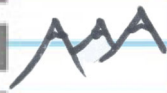
repartons en expédition (et nous nous arrêtons de temps à autre afin de

ramasser les élèves tombés). Nous faisons plusieurs lectures de paysage et nous observons, décrivons et identifions plusieurs roches. Avec nos guides et nos professeurs, nous déduisons que les roches observées sont hydratées, elles étaient donc en contact avec de l'eau et donc elles appartiennent bel et bien à la lithosphère océanique (partie qui se trouve dans les profondeurs océaniques). Problème : Comment se fait-il que des roches de la lithosphère océanique se retrouvent en sommet du Chenaillet ? Et bien Jamie, c'est très simple. Au départ il y avait un

océan entre la plaque Africaine (car oui l'Italie est sur la plaque Africaine) et la plaque Européenne. Petit à petit avec les mouvements de convergence ($\rightarrow \leftarrow$) il y a eu une subduction (une plaque océanique qui passe sous une plaque lithosphérique). Et vous nous direz : D'accord,



l'océan a disparu mais comment se fait-il qu'il y ait une montagne si la plaque océanique a seulement plongé sous la plaque lithosphérique ? D'abord très bonne question, merci de la poser et ensuite, la plaque océanique n'a pas seulement plongée sous la contrainte, elle s'est aussi cassée en ce qu'on appelle une faille inverse. Le Chenaillet a donc échappé à la subduction et avec les deux plaques qui se rapprochent, une montagne s'est créée. Le fait que nous marchons



sur un ancien plancher océanique fait de ce lieu un endroit exceptionnel. Il n'en existe que trois dans le monde : ici, dans les Alpes, en Himalaya et à Oman au Moyen-Orient. Enfin, avant de partir, nous avons étudié quelques fossiles marins présents dans les roches du Chenaillet. Sur le retour, en descente (ce qui n'est pas aussi éprouvant qu'à l'allée mais qui fait quand même bien mal aux genoux) les élèves continuent inlassablement de tomber. Nous rentrons de cette longue balade avec des bleus et des balafres mais aussi avec des souvenirs inoubliables. Nous commençons à avoir nos habitudes : douche, remplir au propre le livret guide (ou pour certains copier rapidement sur un camarade tout ce qui a été fait dans la journée), manger... certains commencent à ranger leur chambre puisqu'il faut la rendre en parfait état le lendemain matin. L'activité principale de ce vendredi soir est l'exploration nocturne des hectares de forêt que comporte notre lieu de vie avec pour seul bagage une lampe torche et notre courage.



Jour 4 : Samedi 06 octobre 2018

Aujourd'hui, c'est un peu la course, après avoir petit-déjeuner rapidement il faut faire nos valises, ranger nos chambres, jeter les poubelles, faire le ménage, faire nos sacs pour la journée... tout le monde se dépêche de remettre les chambres en état (ce que les garçons ont eu beaucoup beaucoup de mal à faire) avant de partir pour notre dernière journée. Notre premier

lieu de rendez-vous est le Col D'Izoard, depuis lequel nous avons une vue panoramique sur le

Chenaillet. De là, nous observons la géologie du paysage. Nous remarquons qu'il y a un contact

anormal. En effet, nous

observons une

ophiolite, un

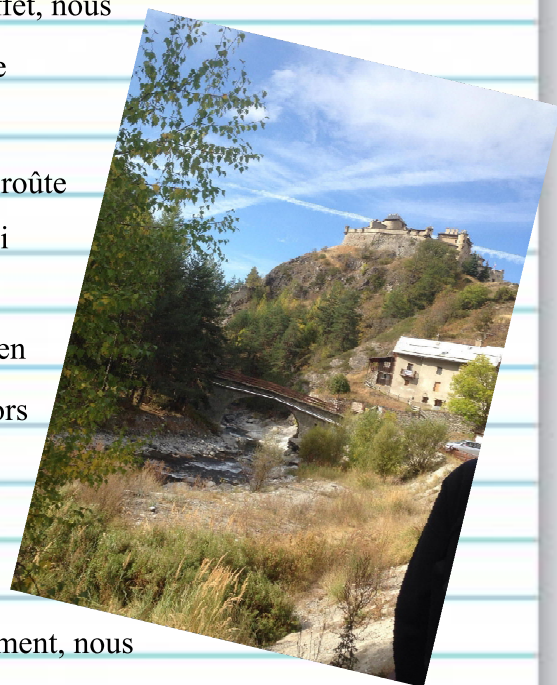
morceau de croûte

océanique qui

passé sur la lithosphère

(comme observé le vendredi au Chenaillet), alors qu'en temps normal, c'est l'inverse qui est censé se produire lors de la subduction. La croûte océanique est censée passer sous la lithosphère. Cette ophiolite montre qu'un océan été bel et bien présent à cet endroit. Et pour prouver les propos que nous avançons, nous goûtons le sol (littéralement, nous mangeons un peu de roches friables présentes au sol), qui a un goût salé et qui nous aide à caractériser les roches présentes dans ce lieu. Un fois cette expérience culinaire terminée, nous nous rendons dans une très jolie commune : Château-Queyras qui est constitué essentiellement d'un château et d'une rivière (qui s'appelle le lit du Guil). Nous passons le reste de la matinée à observer et décrire les roches présentes dans le lit de Guil.

Nos estomacs commencent à gargouiller et nous allons manger le très copieux déjeuner. Nous sympathisons avec un chien et Jill* entreprend une collecte de nourriture pour notre nouvel ami. Nous devons abandonner Billy (oui, ce chien a désormais un nom) pour nous rendre au plan de Phazy où une source thermale nous attend. Mais quand nous sortons du bus pour nous rendre à la source, la visite devient bien moins séduisante car l'air est tout bonnement irrespirable : l'odeur sur les lieux est un mélange de fumier et de soufre (le genre d'odeur qui vous attaque les



sinus à vie). Nous essayons de nous faire à l'odeur et continuons. Nous arrivons dans un lieu hors du commun : il y a plusieurs petits bassins



avec une eau à 26,5 °C toute l'année et une maison ronde bâtie en 1824 (à l'origine la source était dans la maison mais elle s'est décalée suite à un tremblement de terre). L'eau, de par son trajet, se charge en minéraux (elle est riche en fer, en calcaire et en magnésium) et elle est surtout «dégueulasse» (ce n'est pas nous qui le disons mais un de nos

guides) car oui, après avoir goûté du sable, nous avons aussi goûté l'eau de la source qui effectivement était dégueulasse (la tête des élèves qui la buvaient valait vraiment le détour). L'eau de la source se trouve à environ 800m de profondeur (où une goutte d'eau met 2000 ans à atteindre les nappes phréatiques) et remonte par une faille normale. Cette source qui s'est décalée montre que la montagne subit un effondrement gravitaire lié à des mouvements de divergence ($\leftarrow\rightarrow$). Nous partons de ce très bel endroit qui sent mauvais pour rejoindre le dernier lieu de visite. Là-bas, nous observons une faille normale dans la montagne qui témoigne de la divergence et donc de l'effondrement gravitaire. Nous observons également que la montagne a perdu 10 mètres d'altitude, conséquence de la divergence, de l'érosion, du gèle, du dégel et de l'activité humaine.

Nous en concluons que le relief montagneux est en perpétuelle évolution : au départ, un océan puis une subduction donne lieu à un chevauchement, un épaissement et à un raccourcissement, et vont ainsi créer une chaîne de montagne, qui par l'effondrement gravitaire est vouée à disparaître. Après avoir retracé la vie des montagnes nous commençons la séquence émotion avec nos adieux déchirants avec nos guides qui nous ont vaillamment supporté pendant le séjour ❤️.



Nous rentrons (tous un peu déprimé) au «couvent», où un problème de taille se pose : nous n'avons plus accès aux chambres et il n'y a que deux WC pour tous les élèves. Tout le monde fait la queue pour aller aux toilettes, sauf Philippe* et Daniel*, deux élèves plus malins que les autres qui ont vu que la porte de leur chambre était ouverte et qui en ont profité pour aller déposer leurs pêches loin des autres, sans faire la queue. Mais qui fait le malin tombe dans le ravin : la propriétaire des lieux est allée fermer la chambre des deux garçons... enfermant Daniel* à l'intérieur, qui a dû sortir par la fenêtre pour ne pas rester bloqué. Une fois ces péripéties surmontées, nous allons manger notre dernier repas à la montagne et à cette occasion, le chef nous a préparé un gâteau au chocolat. Nous entamons la deuxième séquence émotion en remerciant nos hôtes et en disant au revoir au chef qui en passant a offert à Jean-Marie* une boîte de céréales comme cadeau d'adieux. Nous partons de Briançon vers 20h. Nous commençons à rouler sous la pluie et reprenons les mêmes activités qu'à l'aller. Comme il fait nuit, le calme se fait plus rapidement qu'à l'aller. Les pauses se font plus rares aussi. Nous faisons notre première pause vers 23h et les élèves ont encore ce besoin frénétique de dépenser tout leur argent dans de la nourriture très grasse et très sucrée et dans des boissons chaudes (qui, admettons-le nous ont fait quand même beaucoup de bien).



Jour 5 : Dimanche 07 octobre 2018

Minuit. La plupart des personnes dorment, sauf ceux qui ont bu beaucoup de café à chaque arrêt. La nuit est froide et nous nous prêtons les manteaux afin de nous faire des couvertures. Au bout d'un moment le chauffeur entame une playlist pour le moins sensuelle : Marvin Gaye, Barry White, Stevie Wonder, James Brown... Nous pensons que le chauffeur commence à en avoir marre. Tout le monde s'endort à l'exception de deux ou trois élèves qui décident de faire une nuit blanche.

NB : le plus drôle à faire quand vous n'êtes que deux ou trois et que tout le monde dort est de faire un chifoumi et que le perdant ait un gage (on s'amuse comme on peut d'accord).

Nous arrivons vers 6h30, la tête dans le cul frais comme des gardons et nous attendons un peu avant de rentrer chez nous afin de retrouver nos lits douilletts et de rester, tels des larves, à dormir et avoir une journée aussi productive que celle d'un bébé paresseux.



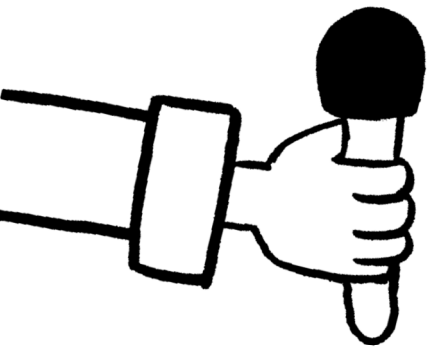
*Afin de garantir l'anonymat de certaines personnes, nous avons modifié certains prénoms

Bilan :

Nous pensons pouvoir parler au nom de tous, ce voyage a été formidable, aussi bien sur le plan pédagogique que sur le plan relationnel. De belles rencontres ont eu lieu, avec les guides, une meilleure compréhension sur le terrain et un lien renforcé avec nos professeurs.

Mais qu'en ont pensé les professeurs ?

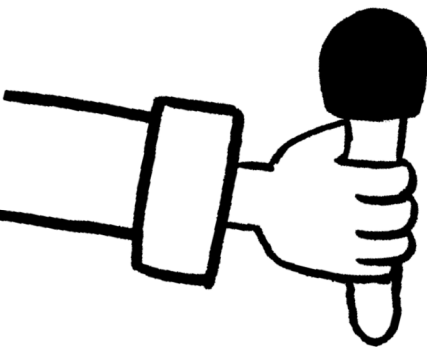
Pour Mme. Séjourné, le voyage a été valorisant au niveau des connaissances et au niveau relationnel, grâce aux guides qui nous ont permis un apprentissage différent de celui fait en classe, au lycée.



« Ce que j'ai préféré sont les repas à 139 élèves dans le réfectoire, le bruit, la bonne ambiance ; c'était génial. »

affirme-elle. Le seul inconvénient de ce voyage a été le retour à L'Isle Jourdain de nuit (et sa blessure à la cheville qui l'a empêchée de gravir le Chenaillet - Jour 3). Ce que ce voyage lui a appris, c'est l'organisation, avec une année entière de travail pour mettre en place ce voyage et pour qu'il se déroule dans les meilleures conditions.

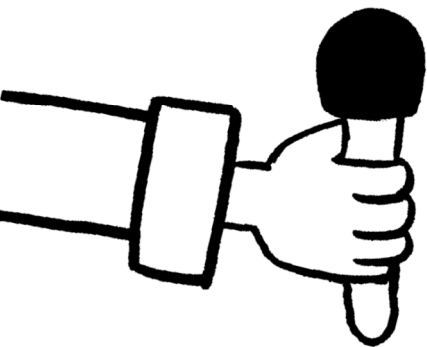
Pour Mme.Lessage, le plus de ce voyage est d'avoir pu observer les roches en vrai et pas seulement dans les manuels. Mais surtout que cette excursion ait plu aux élèves...



« ... qui ont été investis, intéressés, impliqués et qui ont rempli leur job d'élève, ce qui est très valorisant pour les professeurs. »

Mais le gros point négatif a été le manque d'investissement des élèves et des parents d'élèves dans l'organisation et la mise en place du voyage (notamment avec les ventes de gâteaux et la tombola pour faire baisser le prix du voyage).

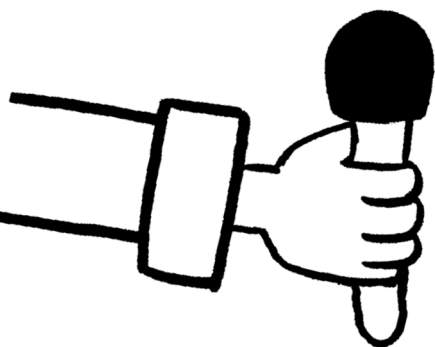
Pour M.Calvanus, les points positifs étaient le temps, avec une météo très clémente, les guides qui étaient très disponibles et la structures géologique ainsi que le paysage des Alpes.



« Le seul point négatif était les chauffeurs qui étaient un peu speed. »

nous confit-il. Lors de ce voyage, il a pu découvrir les plagiogranites et la coloration des granites au niveau du Col du Lautaret (Jour 2).

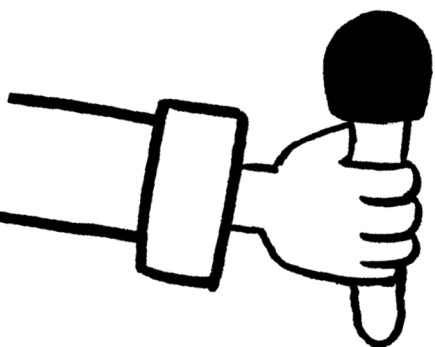
Pour M.Ripoll, ce voyage est...



« ...pédagogiquement très intéressant. Il permet d'imaginer les connaissances sur le terrain, mais aussi de voir les élèves sous un autre jour et d'établir des relations sympathiques. »

Ce qu'il a préféré sont les connaissances, la pédagogie et la manière d'enseigner différente de celle vue en classe. M.Ripoll et M.Casubolo se rejoignent sur ce qu'ils jugent être le seul problème de ce voyage : un petit dérapage avec des bouteilles trouvées dans certaines chambres (mais qui n'est pas non plus une catastrophe selon M.Casubolo)

Pour M.Casubolo, qui ne connaissait pas grand-chose à la géologie (du fait qu'il soit professeur de physique-chimie), ce voyage lui a énormément appris. Il a beaucoup aimé la curiosité géologique de ce que nous avons observé, ainsi que les qualités pédagogiques des guides, poser la main sur un endroit qui était au départ au fond de l'océan, la bonne ambiance (avec des collègues et des élèves agréables) ainsi...



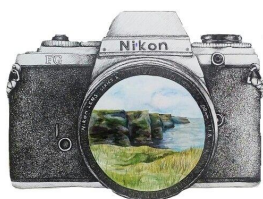
« qu'accompagner les élèves que je considère comme mes enfants. »

En tout cas, tous les professeurs sont unanimes sur le fait que le voyage est à refaire. Il est d'ailleurs en renouvellement d'appel d'offres, pour être réitéré l'année prochaine.

N.B : mots-clés que seuls les élèves dans les Alpes peuvent comprendre :

- Cloches
- Chambre 16
- James Bond
- Les dédicaces de JD
- Type of rock : hard/punk/classic
- Béret/camion
- Le nombre d'éviers dans les chambres

crédits : le groupe du voyage dans les Alpes (l'élite de S)



Le Regard derrière l'objectif

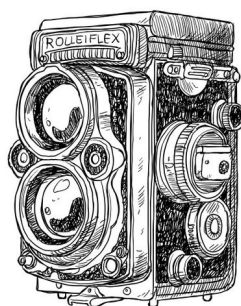
Raul Ruíz en Grenada

Située en Andalousie, Grenade est une ville espagnole qui a hérité de plusieurs cultures : arabe, gitane, juive... Chacune a laissé ses traces, mais de manières bien différentes. Son architecture désordonnée rassure et la promenade dans la ville devient une chasse au trésor. Chaque quartier et coin de rue laisse deviner une œuvre artistique, une façade de maison pleine de couleurs. Quelques murs ont eu la chance d'être décorés par un artiste-graffeur : Raul Ruíz connu aussi sous le nom de « El niño de las pinturas » (photos). La ville est accueillante et chaleureuse en partie grâce à

lui. Il partage son talent à tous les habitants et touristes qui déambulent dans les rues de Grenade. En faisant souvent passer un message politique, il fait sourire, étonne, émerveille et laisse en nous un souvenir. Prendre en photos ces œuvres éphémères, c'est les garder en mémoire pour toujours, car on ne sait jamais, dans dix ans, elles seront peut-être effacées ou déformées par le temps

Iris Laffranque





Art'List

Cinema

Un jour ça ira

Des frères Zambeaux

Amourouse fidèle de l'Olympia de l'Isle Jourdain, j'y ai découvert cet automne, une fenêtre grande ouverte sur l'espoir. Il s'agit du film des frères Stan et Eduard Zambeaux, *Un jour, ça ira*. Ce long métrage de 1h30, nous ouvre les portes d'un centre d'accueil d'urgence. Au travers du regard singulier de jeunes adolescents, on y découvre ce monde. En plus de nous éveiller à un domaine peu ou mal connu, et de nous rappeler la priorité que représente la gestion de l'immigration en France, ce documentaire nous rend un peu de notre humanité. Il nous ramène violemment à nos obligations en tant qu'Homme. De plus, l'extraordinaire poésie de ce film nous bouleverse. Il est agréable de pouvoir trouver

des œuvres qui savent nous déranger dans nos certitudes.

Les associations pour la défense et l'accueil des migrants de la région étaient présentes. En voici quelques noms, si vous voulez les soutenir :

- La Cimade 16, rue de Tivoli 31000 Toulouse
Tél : 05 61 41 13 20

- Cada d'Auch 3, quai des marronniers 32000 AUCH

Tél : 05 62 05 54 82

Email :
cadaauch@france-terre-asile.org

Horaires
d'ouverture : du
lundi au vendredi :
8h30-12h30 et
13h40-17h30



- Site-web :
<https://www.migrantscene.org> (festival de cinéma sur le thème de l'immigration)

Parro Carla



Bohemian rhapsody,

film hommage à Queen
et biopic de Freddie
Mercury.

A l'occasion de la sortie du film **Bohemian Rhapsody**, le 31 octobre, nous avons pu constater que cette fin d'année a été une véritable vague d'hommages à l'illustre groupe des années 70-80 : **Queen**. Le film développe l'histoire du groupe phare, mais surtout la vie "tumultueuse" de son chanteur, **Freddie Mercury**. Véritable icône de rock anglais, diva et fêtard invétéré, le film retrace tout son parcours depuis son enfance de gamin perdu, exilé de Zanzibar, jusqu'à son apogée au sein du groupe mythique.

Le film dure au total 2H20, ce qui est assez long par rapport à la normale. Mais il est très bien rythmé, sans scènes de remplissage et sans passages inutiles. Le spectateur ne s'ennuie jamais. Freddie Mercury, c'est avant tout une voix. **Rami Malek** (*Mr Robot*, *La nuit au musée*) l'incarne ici avec brio. Son interprétation est parfaite tant dans son jeu d'acteur, que dans ses prestations musicales.

Ce biopic réalisé par Brian Singer, à qui l'on doit notamment la saga des *X-men*, est tout simplement brillant, autant dans

sa réalisation, que dans ses décors (la re-création 100% fidèle du Live Aid de 1985), son casting, sa lumière et évidemment, sa bande originale (vous vous en doutez). On peut ainsi s'accorder sur le fait que le film est un superbe hommage.

Queen est un groupe emblématique qui traverse les générations avec des titres comme *Bohemian Rhapsody*, *The show must go on*, *We are the champion*, *We will rock you* ou encore *Another one bite the dust* (pour n'en citer que

quelques uns). C'est avec plaisir que l'on regarde ce film et que l'on écoute et réécoute ses musiques.



Tresol Elsa



Littérature

Découverte d'un philosophe et écrivain bouddhiste

Matthieu Ricard est un moine bouddhiste français, il est d'ailleurs l'interprète français du

Dalaï lama. C'est aussi et surtout un philosophe et écrivain qui prône l'altruisme, le bonheur par le partage, la solidarité, ainsi que la protection animale. Il a une culture philosophique qui va bien au-delà de sa religion et la met en œuvre dans sa réflexion. Ses écrits incitent les mentalités à évoluer afin de construire un monde meilleur. Son discours s'inscrit évidemment dans le mode de pensée bouddhiste mais est

accessible à tous (même à ceux qui ne connaissent pas cette religion) et est porteur de beaucoup d'espoir.

Matthieu Ricard inventa le terme de zoocide pour désigner le génocide animal auquel nous pouvons assister aujourd'hui. C'est une cause qui lui tient à cœur et dont il parle dans son livre *"Plaidoyer pour les animaux"*, où il invite à considérer les animaux comme des "concitoyens" et non pas comme des instruments ou comme inférieurs aux hommes.

Il défend le fait que le monde est interdépendant et que l'on doit s'émerveiller de la connexion naturelle entre chaque être ; ainsi, faire preuve de bonté envers ceux qui nous sont reliés, qu'ils soient animaux ou humains. Dans cet ouvrage, il ne cherche pas à faire la morale mais il expose ses connaissances en biologie et sur nos relations avec le monde animal afin de nous faire réagir. Je vous recommande ce livre si vous vous

intéressez à la cause animale, c'est un essai très abordable et lumineux.

Matthieu Ricard a écrit d'autres essais comme *"Plaidoyer pour le bonheur"*, *"L'art de la méditation"*, *"Le moine et le philosophe"* et d'autres encore.

Rosselle Yann





Nos Origines

La France est par essence, une terre d'immigration depuis des temps immémoriaux. Finistère de l'Europe, au croisement de la mer Méditerranée, de l'Atlantique et de la Manche, elle est élue, par une grande partie de l'immigration africaine, comme terre d'accueil. Cependant, la France traverse une période de crise identitaire. Ne pouvant plus seulement se définir par l'histoire d'hommes blancs, latins et catholiques, elle se retrouve à devoir répondre à des problématiques liées à son multiculturalisme et à la diversification ethnique de sa population. Ce qui pose la question : comment fédérer autour de valeurs communes ? Cela questionne aussi l'identité de chacun, dans une société de plus en plus complexe.

Le concept de nationalité peut être vu comme un concept binaire. On appartient à la nation ou on est un "outlander", un étranger. Se pencher sur la définition de ce second terme s'impose donc. Du latin "extraneus" (« du dehors, extérieur, qui n'est pas de ... »), on retrouve la notion d'étranger dans les textes depuis le XIV^{ème} siècle. Aujourd'hui plus que jamais, ce terme est au cœur des débats internationaux et de la notion d'État. On observe d'abord en Europe, mais aussi dans le monde en général, une tendance au succès des politiques qui s'astreignent tant bien que mal à empêcher les gens d'entrer, plutôt que des politiques qui réfléchissent à administrer la population déjà présente.

Notre littérature, notre cinéma, notre art, nos sociétés, ont pour muse

l'étranger. Elles sont aussi le fruit de ce complexe mélange d'ici et d'ailleurs, qu'est notre population. D'ailleurs Albert Jacquard, dans son abécédaire pour changer le monde, écrit « *Comme beaucoup de gens, j'ai participé à des manifestations dans lesquelles nous criions "Des papiers pour tous". Or à un moment, je me suis rendu compte qu'il aurait mieux valu revendiquer "des papiers pour personne" car l'idéal d'une société parfaite, c'est que personne n'ait de papier : j'appartiens à l'espèce humaine et cela suffit pour qu'on ne me demande rien de plus ; en tant qu'être humain, je suis respectable et je dois respecter les autres.* »

Et nous, jeunes adultes, comment nous positionnons entre nos origines, notre histoire, notre terre et nos espoirs ?

As-tu l'impression d'avoir deux identités ?

« Pour moi, j'ai une seule identité. Mais au regard de la société, j'en ai deux en fait. Quand on me considère comme les deux choses, mes potes me voient comme « le rebeu » de la bande, alors que sur ma tête, on ne le voit pas forcément. »

Transmettras-tu cette culture à tes enfants ?

« Oui, si j'ai des enfants de par mon nom, il auront cet héritage culturel ; d'abord de par leur nom qui fera qu'on saura tout de suite d'où ils viennent. Et oui, évidemment, je leur en parlerai. »

Pour toi, c'est quoi être français ?

« Je "kiffe" la France, la langue française, et il y a une solidarité vis à vis des français, on va dire. Être français, c'est être solidaire envers les personnes qui partagent notre nationalité. On fait partie d'un pays, on est une communauté, plus grande qu'être "rebeu", être "renoi", être "noichi"... »

Antoine Zagzoule (français d'origine franco-marocaine)

Ta famille a-t-elle coupé les liens avec leur pays d'origine ?

« C'est un petit bout d'Espagne, son appart', à ma grand-mère. »

Qu'est-ce qui peut rassembler tous les français ?

« Le foot nous rassemble, parce qu'on a vu qu'on s'aimait tous quand il y a eu la coupe du monde. Il n'y avait plus de racisme, c'était tout le monde ensemble. C'est l'événement sportif et l'esprit de compétition qui rassemblent les gens et qui nous mettent sur la même longueur d'onde. Et pendant la coupe du monde, beaucoup de gens était sur cette même longueur d'onde, tout le monde voulait voir la France gagner. »

Lise Boissinot (française d'origine espagnole)

Qu'est-ce qu'être français pour toi ?

« Je ne vois pas la différence entre être français ou espagnol par exemple, dans tous les cas, on peut être fier de son pays. C'est très superficiel tout ça, bien sûr, on se rallie à des valeurs etc.. mais concrètement, dire "je suis français" ou pas ne change pas grand chose au fond. »

François Daran (français)

***Quand on parle du Portugal, ça t'évoque quoi ?***

« *Mi país* (rires), des souvenirs d'enfance. J'y vais tous les ans, deux mois en été.

Je suis plus portugais que français, ça je le sais. Mes amis m'appellent "le portugais", et intérieurement, je me sens plus portugais que français, même si je parle plus souvent français que portugais, mais je sais parler les deux.

Je suis fier de ces deux origines. »

Diogo Figueredo (français d'origine portugaise)

***Transmettras-tu cet héritage culturel à tes enfants ?***

« Je leur dirai d'où je viens et d'où vient ma famille car c'est important, mais je n'ai rien à défendre à ce niveau là. »

Te sens-tu partagé entre deux identités ?

« J'ai l'impression d'avoir une double nationalité. C'est pas un truc que je fais pour me différencier, mais juste du fait de parler la langue et de penser dans cette langue, on se sent clairement différent. Je me sens pas plus allemand que français, mais je me sens "moitié-moitié". Il y a bien un équilibre à ce niveau là. »

Qu'est ce que serait pour toi une France utopique ?

« Je vais commencer par une critique. Ce qui manque en France, c'est l'ouverture d'esprit. On n'est pas très ouvert aux autres cultures alors qu'on aime bien faire croire le contraire. Il y a des années, quand on en avait besoin, on a accueilli beaucoup d'immigrants et maintenant on les rejette. On n'est pas très ouvert en terme de cultures, avec beaucoup de discriminations, beaucoup de racisme...que j'ai moi-même subis. Une première étape vers une France utopique ce serait des gens qui portent moins de jugements de valeur, qui regardent avant de juger. Y a trop de préjugés en France et je pense que ça fait beaucoup de mal et ça se voit en politique, si les gens votent pour le FN, c'est que quelque chose ne va pas. Les gens ont très peur. Dans mon propre village, je vis ça. Les gens nous regardent de biais. Mes parents ne s'entendent pas bien avec mon village, alors qu'on n'a jamais rien fait. C'est juste qu'on est des étrangers... La première étape serait de porter un meilleur regard sur les étrangers. *Et sur nous-même.* »

Otto (allemand)

***Comment définis-tu la nationalité française ?***

« Ça veut plus rien dire “population française”, y a plus de France. Si on devait s'appuyer sur les principes de la France tels qu'on nous les a appris, ils sont « *Liberté, Égalité, Fraternité* ».... Mais ça, on ne le voit appliquer nulle part. »

Qu'est-ce que serait pour toi une France utopique ?

« Normalement la France c'est un pays qui a les bras ouverts. La France, comme on me l'a inculquée, c'est un pays qui accepte tout le monde, n'importe qui, n'importe quoi. C'est un esprit de famille normalement. Et cet esprit de famille, on ne le voit pas.

Mon utopie du peuple français, c'est des frontières ouvertes à tout le monde. Qu'il y ait une égalité entre tous les peuples qui composent la France, car le territoire français, c'est un territoire très divers, très varié, culturellement, et très riche. On oublie souvent que la France, c'est la Réunion, la Guadeloupe, etc... Il faudrait que cette richesse soit mise en valeur et respectée, que chaque personne, malgré sa nationalité, son langage, soit respectée de la même manière. »

Tristan Lobjois (français)

Interviews menées par Carla PARRO

Interview avec un homme de 85 ans d'origine vietnamienne sur sa façon de voir sa venue et sur tout ce que cela implique, en France.

***Pourquoi être parti du Viêtnam ? Et dans quelles conditions s'est effectué ce départ ?***

"Ma venue en France avait pour but de continuer mes études supérieures après les Primaires et Secondaires de Français et de Vietnamien, commencées en Indochine dans les collèges et lycées français dirigés par des religieux en mission apostoliques, en corrélation avec les programmes de l'éducation nationale du gouvernement de la France d'outre-mer ; il ne s'agissait donc pas d'une immigration telle qu'on la voit maintenant, cruelle et forcée. Je suis donc venu en France pour me former et j'étais censé revenir au pays natal, je n'étais pas obligé de faire ce voyage, certes agréable de 16 000 nautiques en 21 jours de mer. En effet, pour chaque naissance de père français, de nationalité Française, donc Français de naissance, c'est mon cas, se devait de venir se former intellectuellement, cérébralement,

mentalement et culturellement en lien avec la culture de ses Aïeuls; c'est le cas pour toute naissance entre un Français et une Autochtone. Le métissage a ses codes dans notre société. Me concernant, on peut "cocassement" imaginer une immigration anticipée, avant l'heure, c'est quand même drôle de ne pas pouvoir revenir, rentrer dans le pays où je suis né à cause et toujours, des guerres successives des Français contre les Viêt Minh communistes et des Américains contre les Vietnamiens communistes !”

Quelle sorte de changement a été ressenti lors de l'arrivée en France ? Y a t-il eu un temps d'adaptation, des difficultés liées à l'immigration?

“Il faut vivre mon "immigration anticipée" avec des conséquences plus légères, plus nuancées, différentes de celles des immigrés victimes d'aléas climatiques, de conflits ou d'extrême pauvreté. Mon seul ressenti "saisissant" et immédiat est le climat de France, à mon arrivée à Marseille, ce mois de Mars, accueilli par un vent glacial, très vif ; ce ressenti était si fort que le doute s'installait et une question m'est venue... et si c'était comme ça toute l'année, comment supporter ? J'avais seulement oublié qu'on était encore en hiver... Et l'environnement aussi était triste, les maisons, les grands immeubles drapés de froid, de nombreuses végétations étaient nues de feuilles et de fleurs. Mais la réponse à ce ressenti si fort en moi se trouve dans le climat tropical du pays où je suis né. Je n'avais aucun soucis d'intégration parce que ma venue en France était prévue et préparée pour m'accueillir : foyer d'accueil, la logistique au quotidien, établissements d'enseignements, tout le nécessaire pour une intégration réussie.”

Avez-vous coupé les liens avec votre pays natal ? Et Pourquoi ? Que pensez-vous de celui-ci actuellement ? Que vous évoque t-il ?

“Mes liens avec ce pays natal ont été coupés ; mis en veille pendant 52 années parce que mes parents, les proches de ma famille se sont réinstallés en France après un rapatriement forcé pour mes parents. Ce rapatriement a eu des répercussions négatives du fait de la mixité dans leur couple. Ma mère, Vietnamiennne de naissance, est devenue Française par le mariage avec mon père, de nationalité Française, et pour rester au Viêt Nam elle devait abandonner la nationalité française acquise par le mariage et opter pour la nationalité Vietnamiennne. La deuxième raison majeure de ce long silence vient du fait de la politique pratiquée par toute une bande d'assoiffés du pouvoir, instaurant une politique répressive issue de l'ex URSS, sur une population déjà meurtrie par les guerres successives. J'ajoute que, pour les personnes peu informées de la situation réelle de ce pays, la politique pratiquée depuis l'Indépendance par ces jeunes loups assoiffés de pouvoir est contraire de

celle voulue et proposée par le Président Fondateur, HO CHI MINH, plus souple, plus conciliante entre la population du nord et celle du sud réconciliée. Pire encore, il a été écarté du pouvoir. La troisième raison est économique. Un domaine important que mon grand-père maternel, fils unique de la lignée, a reçu en héritage, exploitait l'abattage dans les forêts lui appartenants. Tous ces biens, terres et meubles, maisons et outils de travail et d'exploitation ont été soit détruits et incendiés ou confisqués par les communistes Viêt Minh en guerre d'indépendance contre la colonisation française. Mes parents ont été dédommagés 15 ans plus tard, en 1972 au titre des dommages de guerre..... d'une miette de contentement, de satisfaction. 25 ans après l'indépendance et 10 ans de réformes agraires du pays, ma mère a reçu une proposition de restitution des biens confisqués, essentiellement des terres à condition d'être citoyenne Vietnamienne !”

Pourquoi être revenu au pays natal après toutes ces années ? Quels sont vos sentiments par rapport à ce retour?

“Un premier retour au pays après 52 années d'absence, suivi d'un deuxième, d'un troisième et d'un quatrième en 2011. A chacun de ces retours, je vivais la sensation de n'avoir jamais quitté le pays, je retrouvais instantanément le parler, la langue maîtrisée, la population, la végétation, les couleurs, les odeurs, la chaleur ; c'est comme si toute cette "couleur locale" restée endormie en moi pendant 52 ans se réveillait, sortait agréablement d'un rêve. Tandis que mon sentiment lors de mon arrivée à Marseille était de doute et de crainte. Je ne posais la question de "pourquoi ce retour?", mais je peux dire pourquoi si longtemps avant de l'entreprendre : l'insécurité, la haine, la rancœur pour tout ce qui représente le "made in France" de la part des dirigeants, des agents de la sécurité intérieure, du territoire de type KGB, occupent des emplois de serveurs, balayeurs, réceptionnistes, chauffeurs dans les hôtels, bars, restaurants, les zones touristiques et écoutent, observent et rapportent. Ils sont partout à surveiller non seulement les touristes mais aussi la population.”

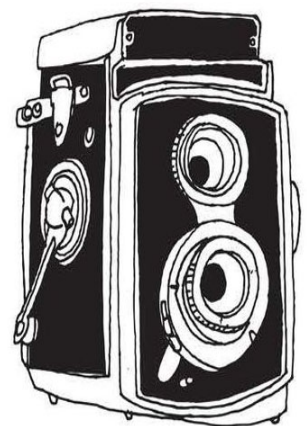
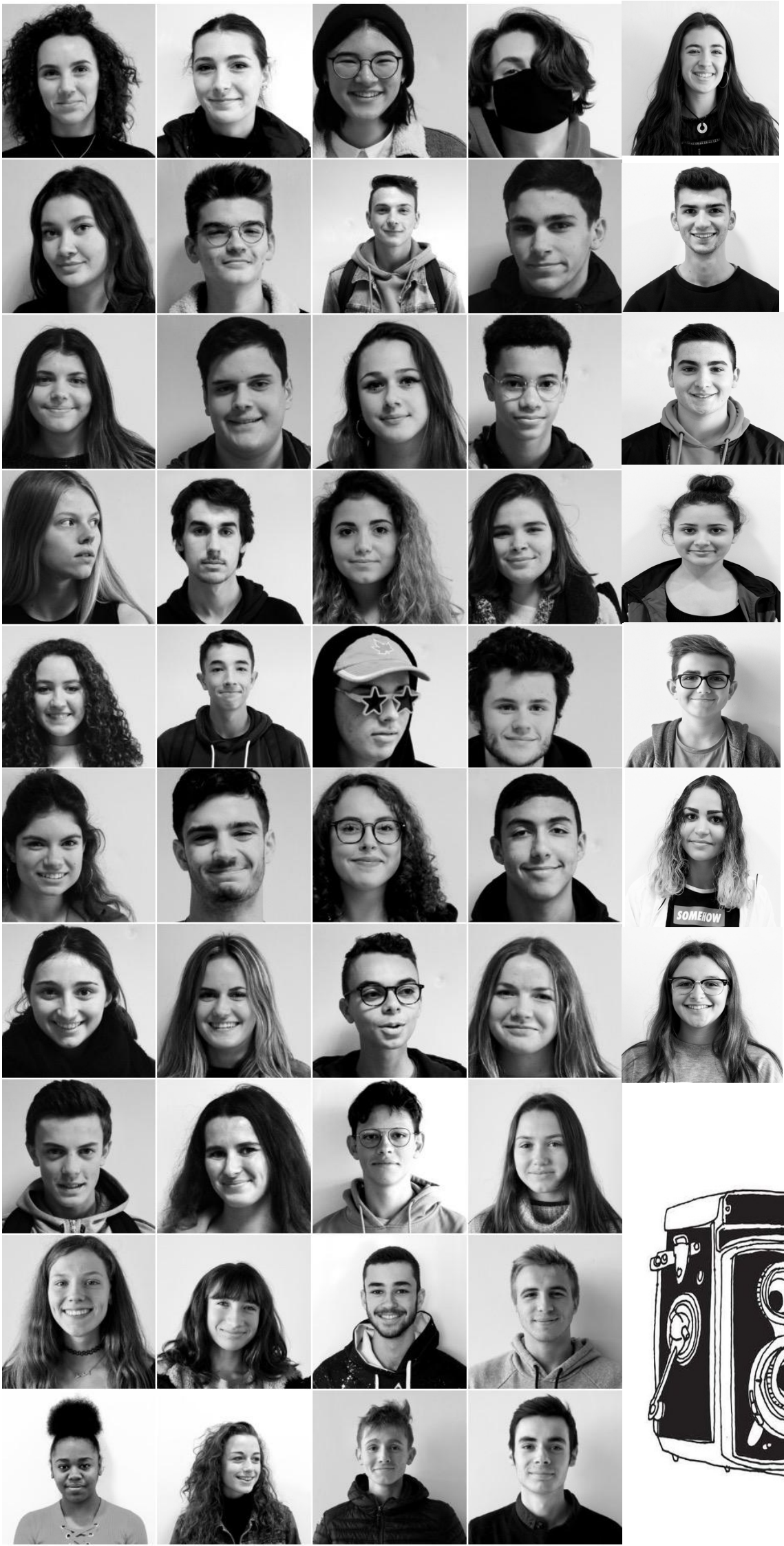
Que pensez-vous actuellement de votre pays natal? Que vous évoque t-il?

“Le Régime de ce pays apparemment débonnaire et bon enfant cache une dictature répressive, de privation de liberté. Tout est contrôlé par des agents du type du KGB, les dirigeants ont été et le sont encore, nourris, au propre comme au figuré, de l'esprit soviétique de Poutine et de la pensée communiste chinoise. Il évoque pour moi un gâchis terrible, un gaspillage de capacité du peuple Vietnamien. Dans tous les domaines, ils sont capables d'ingéniosité, d'inventivité, de créativité, de débrouillardise en tout genre avec des qualités pour réussir.”

Avez-vous conservé la culture du pays natal? Pensez-vous avoir une double-culture?

“La Culture d'un pays est dans les gènes de chaque natif, on conserve toujours quelque chose de symbolique, des valeurs, quelque soit le lieu, l'endroit ou le pays où l'on se trouve. La double-culture est plus nuancée, plus fluide dans le domaine de l'adaptabilité de l'individu, de la capacité intellectuelle, de l'âge, du temps investi dans une vision d'ouverture sur une autre culture que l'on souhaite obtenir. Ces critères de bases sont nécessaires si l'on veut réussir sa vie de manière positive, avec des conséquences heureuses dans le pays d'adoption, et quand à moi, je n'ai pas de doute sur ma réussite d'intégration à la culture française.”

Dorval Duez Mathilde





#DrawForEarth : Le hashtag pour l'environnement

Aujourd'hui, nous sommes plus de 7 milliards d'Hommes dans le monde et ce chiffre ne cesse de croître. En revanche, nos ressources naturelles, elles, ne cessent de diminuer et notre planète Terre, elle, s'use de plus en plus.

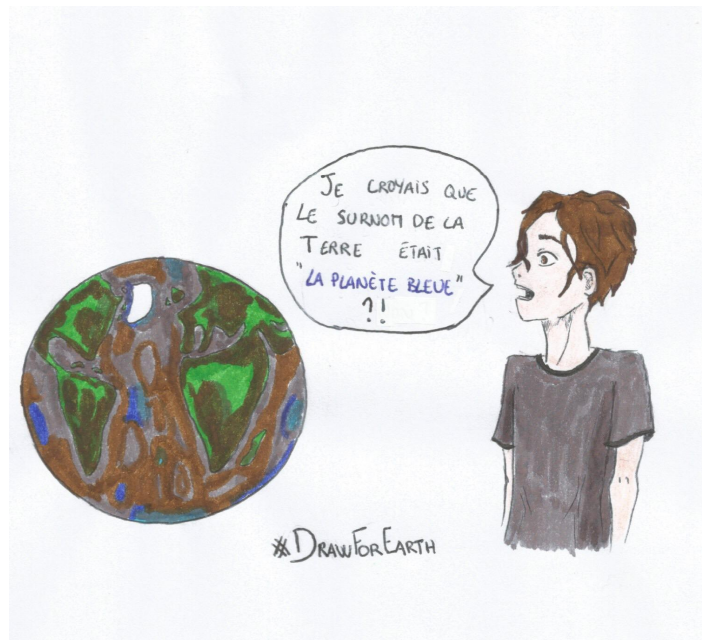
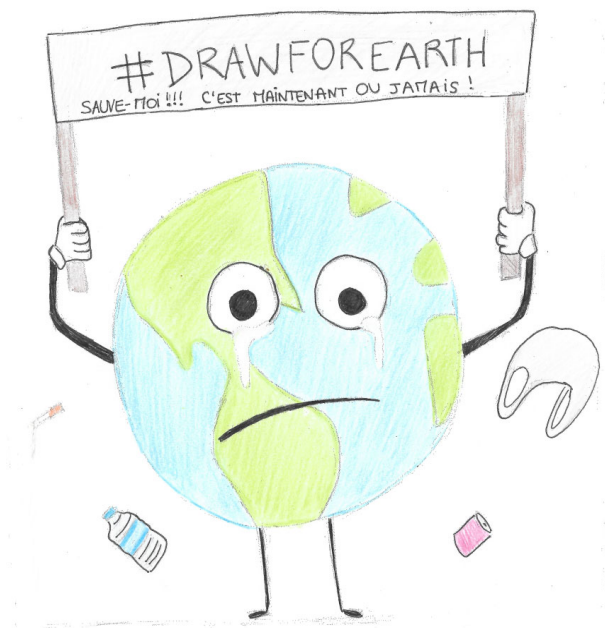
Nous produisons trop de déchets, créons trop de CO₂, surconsomons les ressources naturelles... Et tout ça se ressent dans notre environnement : réchauffement climatique, l'extinction d'espèces, 7ème continent... Nous ne ménageons pas notre petite planète Terre...

Face à cette détresse environnementale, deux dessinatrices, FannyIng et Blachette, ont décidé de créer le mouvement #DrawForEarth. Le principe : sensibiliser à propos de l'environnement grâce au dessin. Ce hashtag invite les dessinateurs du monde, qu'ils soient amateurs ou professionnels, à dessiner pour montrer les problèmes environnementaux.

Et même si tu ne dessines pas, rien ne t'empêche d'y jeter un coup d'oeil. Prévenir c'est mieux que guérir, tu ne crois pas? Il faut agir dès maintenant, que tu sois étudiant(e), parent, retraité(e), Président(e)... La Planète a besoin de toi alors trie tes déchets, mange moins de Nutella car cela provoque indirectement de la déforestation (et c'est meilleur pour la ligne), privilégie les douches aux bains, arrête de laisser tes mégots de cigarette par terre... Bref, pleins de petits détails peuvent tout changer.

Tu dessines ? Encore mieux! Profite de ton talent pour sauver notre Planète. L'Allumette te lance un défi : participer au mouvement ! Envoie-nous tes dessins pour le prochain numéro, publie-les sur les réseaux. Agis!

Alors que dire de plus que : A VOS CRAYONS!





Charlotte photographe amatrice, en Terminale ES.

Elle réalise des séances photos pour qui le désire, faire l'expérience d'une séance photo peut-être un joli moment de réconciliation avec nous mêmes. N'hésitez pas à la joindre sur son instagram elle sera ravie de vous répondre (@chgephotographie)



Instagram du CVL de Joseph Saverne

@cvlsaverne2018

Vous y retrouverez toutes les informations sur la vie du lycée.

Interact

@interact_lislejourdainfr

Association de l'Isle Jourdain qui était présente lors de la journée contre le harcèlement

Les rêves lucides : on en parle!

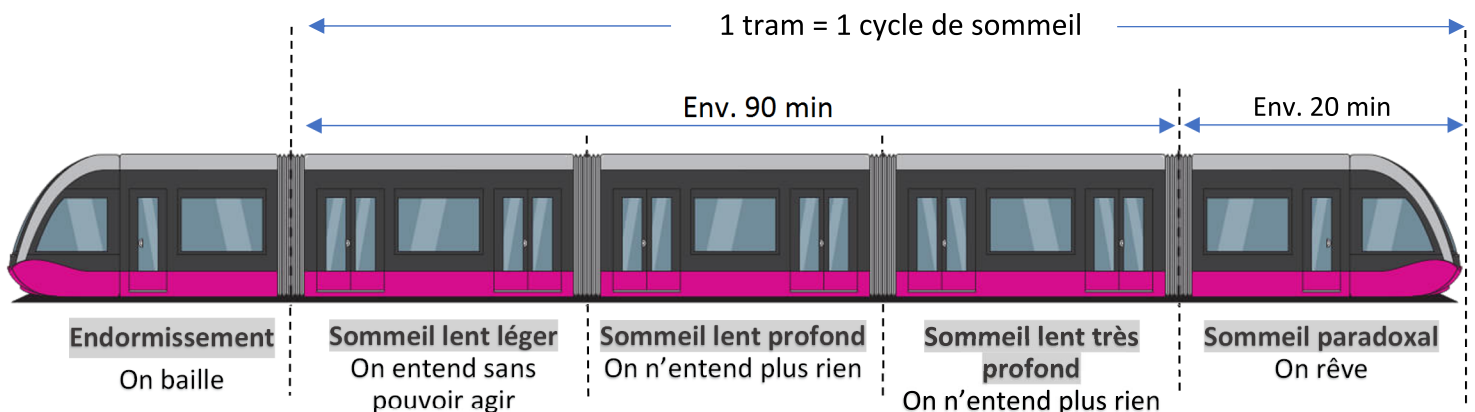
« Même si les événements que nous percevons en rêve sont illusoire, nos émotions face à ces événements sont réelles. »

, scientifique et psychophysiologiste.

Les rêves sont une source de fascination pour les hommes depuis des siècles. On ne compte plus les auteurs, scientifiques et philosophes qui ont développé le sujet. On va ici parler du sommeil, des rêves et des rêves lucides avec un regard un peu scientifique, puis, on se penchera aussi et surtout sur l'impact qu'ils ont dans la vie réelle.

Le sommeil, qu'est-ce que c'est vraiment?

Tout d'abord, le sommeil est un état naturel récurrent qui se caractérise notamment par la perte de conscience du monde extérieur. On passe en moyenne un tiers de notre vie à dormir. Le cycle circadien (c'est-à-dire l'alternance veille-sommeil) fait partie des fonctions vitales de l'organisme comme la respiration, la digestion ou l'immunité. Il faut savoir que le sommeil comporte 5 phases : l'endormissement, le sommeil léger, le sommeil lent profond, le sommeil lent très profond et enfin le sommeil paradoxal. On dit que le sommeil est plus ou moins



profond. Au niveau du cerveau, pendant le sommeil lent (qui regroupe les 4 premières phases), l'activité ralentit au fur et à mesure que le sommeil s'approfondit : le dormeur passe du stade 1 au stade 3, c'est à dire de l'endormissement au sommeil lent profond. Au niveau du corps, il en est de même avec une diminution progressive des principales fonctions de base de l'organisme : le pouls et la respiration ralentissent, la tension artérielle, le tonus musculaire ainsi que la température corporelle baissent. Les nuits de sommeil considérées comme bonnes, réparatrices, où l'on ne se sent pas fatigué au réveil, sont les nuits les plus longues. Durant ces nuits-là, les différentes phases ont le temps de se développer correctement et entièrement. Certains sommeils s'arrêtent par exemple à la phase 2 ou 3.

C'est durant la phase de sommeil paradoxal que se déroulent les rêves les plus marquants, ceux avec un sens, dont on se souvient généralement au réveil. C'est dans cette phase où, contrairement aux autres stades, l'activité cérébrale et cardiaque est la plus importante.

Les rêves : porte ouverte sur un autre monde.

Les rêves ont une part vraiment importante dans notre quotidien. On ne se souvient pas forcément de tous nos rêves, tout simplement car ils ne sont pas aussi bien « scénarisés » que d'autres, donc moins marquants. Un rêve, par définition, est un enchaînement de phénomènes psychiques, d'images, parfois même juste de sons ou de sensations. Un individu rêve en moyenne 100 minutes par nuit.

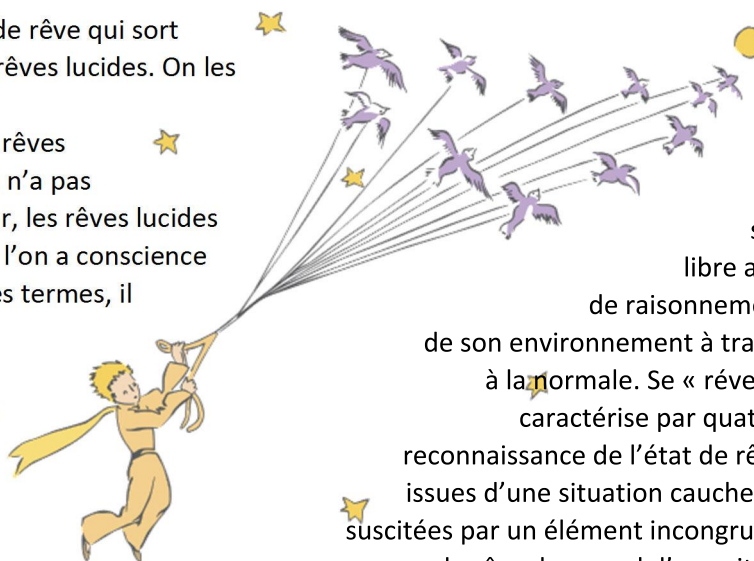
On va s'intéresser aux rêves dont on se souvient, ceux qui ont une signification ou du moins un sens (si si, même les rêves les plus bizarres en ont un). Au cours de la journée, nous emmagasinons une quantité d'information impressionnante de tout genre : émotionnelle, intellectuelle ou spirituelle... que l'on en ait conscience ou pas.

Consciemment, nous pouvons « ranger » certaines de ces informations, mais c'est grâce aux rêves que le tri aboutit et que nous ne saturons pas notre cerveau avec des informations inutiles.

Ainsi, rêver permet énormément de choses : échapper quelques instants de notre quotidien, satisfaire un désir, affronter une peur... En effet, si quelque chose vous travaille, il y a de fortes chances pour que vous en rêviez ou que vous en fassiez référence en rêve. Vous connaissez peut-être le rêve du réveil qui ne sonne pas la veille d'un événement important. Lorsque nous sommes plongés dans un rêve, nous avons des expériences ainsi que des pensées. Le monde que nous créons dans nos rêves peut nous sembler tellement réel et significatif que nous avons besoin de quelques minutes à notre réveil, pour réaliser que ce n'en était pas un.

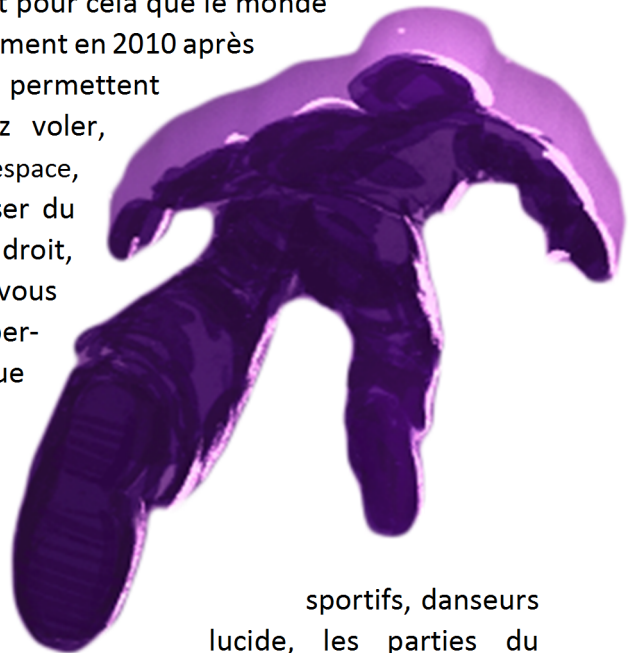
Les rêves lucides : recreation du réel et portée extraordinaire

Il existe une sorte de rêve qui sort de l'ordinaire : les rêves lucides. On les appelle ainsi car, contrairement aux rêves « normaux » où l'on n'a pas conscience de rêver, les rêves lucides sont des rêves que l'on a conscience de faire. En d'autres termes, il s'agit de plusieurs phénomènes psychiques qui ont lieu au cours du sommeil d'une personne qui sait, au même moment, qu'elle est en plein rêve et que ce qu'elle expérimente n'est pas réel.



On distingue le rêve lucide des autres rêves par quatre critères essentiels : le rêveur sait qu'il rêve, il dispose de son libre arbitre, il a une faculté normale de raisonnement et enfin il a une perception de son environnement à travers les cinq sens comparables à la normale. Se « réveiller » à l'intérieur d'un rêve se caractérise par quatre facteurs qui induisent à une reconnaissance de l'état de rêve. On peut avoir des tensions issues d'une situation cauchemardesque, des interrogations suscitées par un élément incongru ou irrationnel dans le contenu du rêve, le rappel d'une situation ou technique habituelle d'observation introspective, et enfin la reconnaissance spontanée de l'état de rêve.

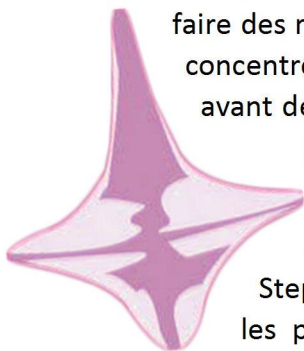
Se rendre compte que vous êtes dans un rêve vous permet de le contrôler. Etant donné que vous créez votre rêve, vous pouvez à partir de ce moment-là faire absolument tout ce que vous voulez, la seule limite étant votre imagination. C'est pour cela que le monde a eu un soudain intérêt pour ce type de rêves, notamment en 2010 après la sortie du film Inception, car les rêves lucides permettent littéralement de vivre ses rêves. Vous pourriez voler, explorer le monde, les fonds marins ou même l'espace, communiquer avec des personnes décédées, passer du temps avec une certaine personne, à un certain endroit, dans une autre dimension, avoir des capacités que vous ne possédez normalement pas ou même des super-pouvoirs... Bref, vous pourriez réaliser tout ce que vous voulez !



On remarque d'ailleurs l'utilité des rêves lucides dans la mesure où ils permettent une immersion totale et extrêmement proche du réel pour les rêveurs. Certaines études ont montré que, si des ou musiciens s'exercent dans le cadre d'un rêve cerveau correspondantes et mêmes des contractions stimulées et pourraient avoir un impact réel dans la vie éveillée.

sportifs, danseurs
lucide, les parties du
musculaires, seraient

Arriver à faire des rêves lucides demande un peu d'entraînement. On estime néanmoins que tout individu a ou aura au moins un rêve lucide dans sa vie. Il existe des techniques pour faire des rêves lucides plus rapidement ou facilement : faire des tests de réalité, se concentrer sur ses rêves et les mémoriser afin de mieux les contrôler, verbaliser avant de s'endormir le fait de faire un rêve lucide... Mais tout cela est une affaire personnelle, certaines techniques ne marcheront peut-être pas sur vous...



Vous pouvez consulter des sites internet ou encore lire des livres dédiés à ce sujet. Il en existe énormément. Les auteurs les plus connus étant Stephen LaBerge, Bernard Werber et son roman *Le sixième sommeil*, ou pour les plus ~~courageux~~ téméraires, Freud avec ses nombreuses œuvres sur la conscience et le rêve.

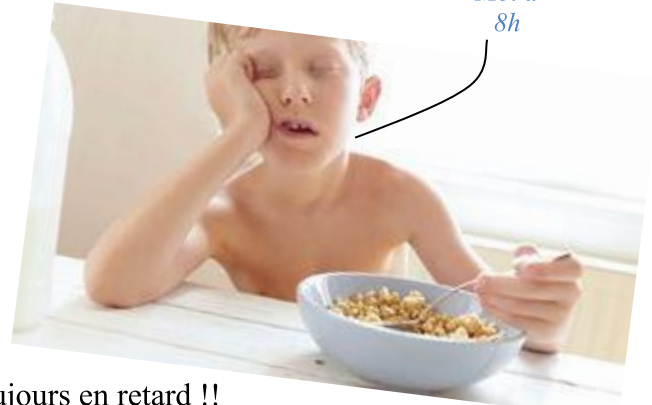
Bloqué dans les rêves !

Cette histoire est personnelle mais beaucoup pourront se reconnaître.

Depuis quelques mois, je m'interroge fortement sur mon sommeil et sur mon atroce problème de réveil !

RIEN NE ME RÉVEILLE !!

Depuis peu, mon problème est revenu. Il était parti puis il est réapparu. Étant petit, je dormais souvent avec des amis et j'étais toujours le dernier à me lever. Je n'entendais pas l'alarme, ni mes amis me crier dessus trois, quatre fois pour me réveiller. Ils étaient toujours obligés d'allumer la lumière, de me tirer la couverture et d'ouvrir la fenêtre en grand pour que j'ouvre les yeux ...



Moi à 8h

Les mois passaient et cela allait de pire en pire... On venait me secouer dans le lit, et parfois ma mère était obligée de me porter pour m'asseoir afin que je puisse enfin ouvrir les yeux. C'était l'horreur. J'étais fatigué à un point... De là, je me préparais en speed parce que j'étais toujours en retard !! Mais j'avais beau faire de mon mieux, j'avais toujours l'impression d'être endormi. Je prenais mon petit déjeuner les yeux fermés, et lorsque j'arrivais en cours, je m'endormais sur la table ! Parfois mes professeurs n'arrivaient même pas à me réveiller ... Un jour, mon enseignant en histoire a tiré la table et je suis tombé en avant, la tête la première ! Résultat : une grosse bosse sur la tête et une certaine agressivité envers mon professeur...

Moi à 13h



On me répétait sans cesse : "Il faut dormir la nuit !", alors que je me couchais à 21h30 comme tout le monde et j'étais toujours le premier à m'endormir ! Alors le week-end, et parfois le vendredi soir, j'allais au lit vers 21h-22h et je me réveillais ensuite le samedi aux alentours de 17h-18h. Ma mère ne comprenait plus.

Une année, puis deux passèrent mais j'étais toujours le clown de classe qui dormait tout le temps... Puis du jour au lendemain, tout a disparu. Je me réveillais directement après avoir entendu la sonnerie de mon réveil. Mais il revint assez rapidement au bout de quelques mois.

Pendant trois ans, je dormais et me réveillais parfois encore plus fatigué. Je prenais des médicaments à base de plante au charbon pour mes maux et ma fatigue incessante. Mais petit à petit, les médicaments ne firent plus effet.

Voilà environ deux ans que je souffre vraiment ! Arrivé en octobre, c'était le cauchemar. Je dormais tout le temps, et je ne me réveillais jamais pour aller au lycée. Alors, après que mes parents aient reçu, pendant deux semaines, tous les matins, des SMS de mon lycée disant "Votre enfant a été absent aujourd'hui, entre 8h30 et 12h45", mes parents commencèrent sérieusement à m'engueuler. Ils m'achetèrent même un vieux réveil qui sonne pendant deux heures si on ne l'éteint pas !

Mate ça c'est un transformers



Je me demande à l'avenir, lorsque j'aurai mon appartement, lorsque j'aurai passé mon bac avec cent

quarante-huit demi-journées d'absence, comment je ferai ? Peut-être que mon voisin du dessous viendra toquer à ma porte pour me dire : "Hé ho ! Ton réveil sonne !" et que, seulement au bout de trente, quarante-cinq minutes, alors qu'il continuera à toquer comme un fou, je l'entendrai enfin... Peut-être qu'au bout d'un mois, j'aurai sympathisé avec lui et je lui donnerai le double des clefs pour qu'il vienne me réveiller le matin, dès qu'il entendra mon réveil sonner !



Incroyable ?! Un réveil qui sonne à cinq centimètres de ma tête et qui ne me réveille pas alors que mon voisin du dessus, lui, l'entend ? C'est le monde à l'envers... Il viendra me réveiller durant cinq mois, à plusieurs reprises. Puis, vers la fin de l'année, tout recommencera : je me réveillerai à la première sonnerie etc...

Enfin bref ! Je finirai mes études et commencerai à travailler. Et là, au bout d'un mois de travail, revoici le même problème de réveil. Mon voisin sera parti en vacances et je ne saurai plus comment me réveiller ! Alors, obligé d'avoir mon meilleur ami ou ma copine à l'appartement pour prendre la relève et m'aider. Puis il arrivera que, deux ou trois fois, il ou elle se sera couché(e) tard la veille et ne se réveillera donc pas à l'heure. Et encore une fois, je serai en retard au travail.

Retard → période d'essai → viré.

Un autre taf et le même schéma recommence : Retard → période d'essai → viré !



Et j'en aurai assez ! Je partirai voir mon médecin une nouvelle fois. Et ce sera encore et toujours la même chose : "Tu dois te reposer, tu as une vie dure et compliquée.", "Va voir un psy, tu as besoin de parler."... Je péterai les plombs et retournerai habiter chez mes parents. Mais manque de chance, parfois mon père travaillera tôt ! Donc pas de réveil et un boulot qui me passera sous le nez ! Retard ! Viré ! Et j'en aurai marre d'entendre toujours les mêmes mots.

Il y aura de grosses prises de tête avec mon père qui n'a jamais supporté mon comportement : "Ce n'est pas comme ça que tu vas évoluer dans la vie ! Ta mère et moi, nous ne t'avons pas élevé comme ça ! Tu dors tout le temps, on dirait un ours, un koala ou une putain de marmotte ! Si je n'étais pas là, comment tu ferais ?!". Donc, suite à ça, je partirai dans le nord avec mon sac à dos et me retrouverai SDF en hiver, d'octobre à novembre ! Et oui, c'est la vie...

Mais le problème n'est pas là ! Comment leur expliquer si tous me disent, médecins, famille et amis : "Tu n'as rien, c'est dans ta tête. Tu n'as qu'à te coucher plus tôt ! Ton réveil, nous, on l'entend, alors toi aussi !" ? Oui, comment puis-je leur expliquer que je peux m'endormir sur un trottoir à 19h et me réveiller seulement vers 11h !? Le bruit des gens, des voitures, des oiseaux, le soleil.... rien ne me réveille ! Et combien de fois j'irai à l'hôpital en leur disant "Je suis fatigué, je dors trop, il faut m'aider." On me fera la procédure habituelle : prise de sang, puis "Hop maintenant, tu dégages ! Démerde-toi !".



Alors je retrouverai un taf, donc un appartement. Tout se passera bien, puis au bout de deux mois... tout redeviendra comme avant ! Et je perdrai de nouveau mon boulot, et mon appartement par la

même occasion ! Ensuite, j'irai sûrement dans une association qui héberge les jeunes qui n'ont plus rien... Je serai le premier à dormir et le dernier à me réveiller... Je me coucherai vers 21h-22h et me lèverai le lendemain à 17h ou 18h ... Parfois, miracle ! Vers 13h ! Mais ce serait l'enfer... Les bénévoles ne m'écouteront pas, ni la psy que je verrai, ni les médecins !!

Mes symptômes :

n°1 : Je dors trop ! Beaucoup trop !

n°2 : Je n'entends jamais les réveils malgré les secousses, les cris, la lumière aveuglante lorsqu'on ouvre les volets, le jet d'eau de bon matin... Rien n'y fait !

n°3 : Je suis tout le temps fatigué !

n°4 : J'ai de vraies pertes de mémoires... Parfois je répète cinq, six fois les mêmes choses à mes amis durant deux, trois jours ! Je me demande dix fois si j'ai mis du sucre dans mon café... Quand je regarde l'heure, je vérifie une à trois fois si je ne me suis pas trompé...

n°5 : Je suis démotivé de tout !

n°6 : Je mange beaucoup trop mais je ne prends pas un kilo ! Oui, je suis capable de manger six fois par jour en plus de grignoter !

n°7 : Je suis souvent de mauvaise humeur mais je comble ça par un sourire... (Je plains mon amie pour mes sauts d'humeurs...)

n°8 : J'ai mal à la tête de plus en plus souvent ! Alors qu'avant ça ne m'arrivait jamais !

n°9 : Je quitte ce monde parfois, je vais autre part... Je n'entends plus rien. J'ai atteint un autre niveau que celui d'être seulement dans les vapes...
Et j'en passe !



Personne ne me prendra au sérieux. Je perdrai tous mes boulots et me mettrai ma propre famille à dos !

Le monde appartient à ceux qui se lèvent tôt.
Mais qu'en est-il de ceux qui n'arrivent pas à se lever... ?



Pain Bagnat

Pour 4 tartines :

- Tomates cerises
- Pain rassis (ou grillé)

- Huile d'olive
- Sel
- Origan



Préparation :

- 1- Prendre son pain rassis et l'imbiber d'eau (pas à l'excès on essaie de garder une consistance). Si le pain est grillé, ne l'imbibez pas sinon l'entrée sera alors une bruschetta !
- 2- Laver les tomates, couper-les en deux et placer-les sur le pain.
- 3- Mettre un filet d'huile d'olive
- 4- Assaisonner avec du sel, mettez l'origan (Conseil : écrasez quand vous mangez les tomates sur le pain, il s'imbibera du jus et ça sera meilleur)

Purée de légumes

- 2 carottes
- 2 Pommes de terre
- 1 oignon

- Poivre
- Sel

Préparation :

- 1- Laver et découper les légumes
- 2- Faire revenir l'oignon
- 3- Mettre à cuire dans 2L d'eau les carottes(20min), puis les pommes de terre(15min) et enfin l'oignon(10min)
- 4- Saler et poivrer à convenance
- 5- Vider l'eau
- 6- A l'aide d'un presse-purée ou en écrasant les légumes, réduire en purée.
- 6bis- (facultatif) ajouter de la crème fraîche semi épaisse



Tranches de poires caramélisés

- *Beurre*
- *1 poire*

- *2 sachets de sucre vanillé (le paquet était à genre 0,90 cts)*
- *Beaucoup d'amour*



Préparation :

- 1- Beurrer la poêle
- 2- Découper en tranche la poire
- 3- Faire caraméliser en saupoudrant généreusement de sucre (Attention à ne pas faire brûler le beurre)



Sachant que ce repas était plus que suffisant pour 2 personnes (en plus on s'est régalé), en divisant, on retrouve une moyenne de 3,25 € par personne ce qui est plus qu'abordable pour un repas complet, sain et bien nourrissant. A vos fourneaux !

C'était :





Édition spéciale Noël



Pour beaucoup, la période de Noël est l'une des plus joyeuses de l'année. Mais qui dit Noël dit cadeaux. C'est pour cela que nous allons vous donner des idées de cadeaux pour chaque membre de votre famille ainsi que vos amis les plus proches, pour tout âge et tout budget. (Attention : personne d'autre que vous ne connaît les préférences de vos proches, cette liste est seulement indicative, et le plus important : *c'est l'intention qui compte*).



Pour un enfant : petit frère/petite sœur/cousin/cousine

(peu importe le sexe, nous avons décidé de ne pas "genrer" car un enfant ne devrait pas avoir de jouets qui lui seraient «interdits»).



De 0 à 5 ans :

A cet âge là, un enfant ne se rend pas réellement compte de la personne qui lui offre un cadeau à Noël (le Père Noël existe, d'accord ?). Par conséquent, un cadeau est très facile à trouver !

- Les jeux d'éveil : il en existe à partir de 10€ en magasins spécialisés ou dans les grandes enseignes de magasins de jouets.
- Les jeux en bois : comptez en moyenne une vingtaine d'euros (il y en a à bas prix à Lidl, par exemple).
- Une peluche : il en existe à tous les prix (**astuce du fourbe** : au rayon des jouets pour chien, il y a parfois des peluches sympathiques à moindre prix).
- Mention spéciale pour les instruments de musique (surtout pour les cousins et cousines qui pourront faire beeeeeeeaucoup de bruit avec) comme un harmonica, une flûte ou des maracas.



De 5 à 8 :

Malheureusement à cet âge-là, les enfants deviennent beaucoup plus difficiles et se permettent des remarques acerbes (on a tous en mémoire le jour où notre petit cousin nous a dit : «tu es très moche»).

- Optez pour les jouets qui font fureur dans les cours de récréations (billes, cartes Pokémon, toupies beyblade, (si c'est toujours à la mode...)).



- Les jeux de société (cartes ou plateaux) adaptés aux enfants et disponibles dans une tranche de prix allant généralement de 15 à 40€.

- Un livre, que ce soit une BD, un manga ou un roman, reste un très bon cadeau accessible à tout prix.

- Pour les plus gros budgets, vous pouvez vous permettre des «beaux» cadeaux, comme par exemple : la Barbie de Noël 2018 (qui fête au passage ses 30 ans) à 49,99€ !

De 8 à 12 ans :

Dans cette tranche d'âge, les enfants restent loquaces et sans gêne, mais en plus, ils savent si oui ou non vous leur avez offert un cadeau ! Vous n'avez plus le droit à l'erreur.

- Vous pouvez, comme pour les 5 à 8 ans, offrir un jeu de société (Monopoly, Cluedo, Jumanji, Escap Game, Loup Garou...) ou un livre (Le Ruban Rouge, le nouveau tome de Lou, les Harry Potter...).

- Offrez des chocolats : un cadeau simple qui ravira les papilles de ces monstres et que vous pouvez acheter chez un chocolatier, ou à partir de 5€ en grande surface. Sinon, vous pouvez les faire vous-même pour trois fois rien ! (faites votre propre boîte de chocolats avec des chocolats à la nougatine, à la noisette, à la guimauve, au caramel, des truffes, des mendiants... de toutes les tailles et de toutes les formes).



- Les kits : les kits du petit chimiste, de fabrication de maquillage, de savon, de cupcakes, d'expériences, de slime... qu'on peut trouver autour de 20€.

- Les jeux vidéos (pas de guerre évidemment, mais un bon Mario Bros fait l'affaire à cet âge-là).

Pour les plus de 12 ans :

La plupart des adolescents suivent beaucoup la mode, il est donc fort probable que le cadeau de leurs rêves se trouve dans cette liste.

- La grande mode de cette année : la mode justement. Tout y passe : chaussures, vestes, bandeaux, tee-shirts, sweats, casquettes et même les chaussettes. Pourvu qu'il y ait un crocodile dessus ou des bandes vertes et rouges... vous serez comme à la fashion week. Mais cette catégorie de cadeaux s'adresse aux budgets les plus élevés.

- Un bijou, qu'il soit acheté en bijouterie ou sur un site internet bon marché, fait toujours son petit effet.

- L'adolescent est une espèce vile et repoussante qui a sans cesse besoin de produits de beauté. Pour que la chenille se transforme en papillon, vous pouvez investir dans tout un tas de produits cosmétiques : maquillage et parfums (comme à Sephora, Nocibé ou que l'on peut trouver à des prix tout à fait raisonnables dans les grandes surfaces), produits d'hygiène (bombes de bain lush, ou que l'on peut faire à la maison avec les ingrédients nécessaires...), soins et masques (évitez les soins avec en gros titre : «peaux grasses», «peaux atypiques et à problèmes», «boutons et points noirs», on pourrait penser que vous voulez faire passer un message.....).



- Un cadeau d'artiste. Par là nous entendons : un carnet à dessin, des feutres (type poscas), de la peinture (acrylique ou à huile), des livres et accessoires de musique, un appareil photo... car l'adolescent, au-delà d'être une vilaine créature, se révèle et excelle dans un domaine spécifique.

Pour une personne plus vieille que vous : grand frère/ grande sœur/ cousin/ cousine ou pour vos amis

L'avantage est qu'une personne plus vieille que vous peut se déplacer, vous n'êtes donc pas obligé(e)s de lui offrir un cadeau matériel.



- Un plein d'essence (vu les prix du carburant aujourd'hui, c'est un très beau cadeau...).
- Vous pouvez opter pour un coffret cadeau type Wonderbox (comptez entre 25 et 50€ pour une box détente, à sensations fortes ou une box spéciale Noël).
- Une sortie, comme au karting, au bowling, dans un parc d'attraction : Walibi à moins d'une centaine de kilomètres et dont le billet est de 25€ par personne (**astuce du fourbe** : les places prises à l'avance sur internet sont généralement moins chères, et certaines offres sont proposées comme le billet combine qui propose 1 jour à Walibi Sud-Ouest + 1 jour à Aqualand pour 39€ par personne).
- Une sortie culturelle comme une visite au musée, celle d'une exposition, ou même des billets de cinéma.
- Pour vos amis, vous pouvez faire un cadeau très sympathique vous-même : prenez un bocal, mettez 365 bouts de papier colorés sur lesquels vous écrirez quelque chose en fonction de la couleur (par exemple : les papiers rouges pour des citations, les bleus pour vos souvenirs...) et voilà, vous avez une boîte à souvenirs avec 1 jour = 1 papier à lire.

Pour vos parents :

(si vos parents sont divorcés, les cadeaux marchent aussi pour votre belle-mère ou votre beau-père).

Les parents seront toujours heureux, peu importe les cadeaux que font leurs enfants, mais tant qu'à faire, autant leur offrir un vrai beau cadeau. Ils le méritent. **Technique du vilain fourbe à ne pas faire** : faire disparaître un objet indispensable ou de grande valeur pour vos parents 1 ou 2 mois avant Noël, et leur offrir à Noël en prétextant s'être



démené(e)s pour retrouver le même (vous passerez pour un héros à leurs yeux mais dans le fond, vous resterez une pourriture).



Pour votre maman :

- Vous pouvez lui faire un collier de nouilles (si vous avez entre 3 et 5 ans....).
- Offrez une écharpe (il y en a de très belles sur le marché à partir de 5€).
- Un bijou pour les budgets plus élevés (comme un collier ou un bracelet Swarovski, ou dans la bijouterie de votre ville).
- Un cadeau personnalisé avec un portrait de famille, par exemple, peut être un magnifique cadeau. Beaucoup d'enseignes proposent ce service avec tout type d'objets auxquels on peut insérer une photo (mug, coussin, tee-shirt, cadre, calendrier, album...).
- Une belle plante : au moment de Noël, les magasins font des plantes avec des décorations de Noël (Gamm Vert, Truffaut et même les grandes enseignes comme Carrefour, Super U...) et dans une tranche de prix variable (allant généralement entre 10 et 30€).
- Un sac ou une pochette avec écrit « Maman, tu es comme une mère pour moi. » à 14,99€.



Pour votre papa :

- Offrez-lui un livre : nous avons une petite préférence pour Comment traumatiser votre enfant à 8€.
- Les bijoux ne sont pas seulement réservés aux femmes, pensez-y et offrez-lui une montre, une chaîne ou un bracelet.
- Accessoires de cuisine : comme un bazooka à sushi (si vous ne savez pas ce que c'est, allez voir, ça vaut le coup d'œil) qui coûte une quinzaine d'euros.
- Pensez à un accessoire de mode comme une cravate Dingo à 15€ sur Etsy (comme ça, il pourra dire : « J'ai une cravate Dingo parce que je suis un vrai déglino ! ». Si vous n'avez pas la référence, vous êtes voué(e)s à l'enfer, désolée).



Cadeau à offrir pour les deux :

- Un coffret pour des activités à deux : comme un coffret spectacle (pour 50€ vous avez 6 places de spectacle au choix, partout en France) ou une NostalGift (à partir de 20€ vous avez une box contenant des jouets, des gâteaux, des livres qui ont bercé l'enfance de vos parents).
- Un restaurant, ce qui est un bon moyen pour eux de se retrouver (sans leurs enfants ingrats).



Pour vos grands-parents :

Vous pouvez leur faire chacun un cadeau individuel (comme des fleurs, des ustensiles de cuisine, des bijoux ou des livres...) mais nous vous conseillons un cadeau commun qui a l'avantage de vous faire faire des économies et qui est d'autant plus sympathique.

- Vous pouvez trouver un restaurant pour deux.
- La visite d'un château ou d'un monument (que ce soit dans le Gers ou non c'est un très beau cadeau pour enrichir sa culture personnelle).
- Un panier garni avec des produits de la région que vous pouvez acheter tout fait ou que vous pouvez faire vous-même (avec des produits achetés à des producteurs locaux comme du magret, du cassoulet, du vin...)
- Vous pouvez, comme pour les enfants, leur faire une boîte de chocolats.
- Avec vos frères et sœurs, cousins et cousines, vous pouvez leur offrir un grand cadre photo de tous leurs petits enfants (ou refaire une même photo de quand vous étiez petits, 10 ans plus tard, dans le même lieu, avec les mêmes vêtements et la même tête) .



Cette liste de cadeaux n'est pas uniquement pour Noël. Elle peut servir en toutes occasions. N'hésitez pas à faire un cadeau de groupe, ce qui peut être l'occasion pour votre famille de se retrouver et n'hésitez pas à faire des cadeaux drôles (ce qui marche pour toute votre famille et tous vos amis) : des chocolats en forme d'anus (à 9,95€), les livres l'art de péter (à 5€) et 150 idées pour emmerder le monde (à 3€)... et préférez les commerces de proximité pour acheter vos cadeaux. Peu importe ce que vous offrirez, nous sommes persuadé(e)s que vous ferez le bon choix et que cela plaira !

reliés les points de 1 à 38 et découpe
qui se cache dans ce dessin.



découvre le message secret.



... / vos / leur il / ... / on



à



trouve tous les mots de la liste
dans la grille et complète la
de la phrase.

B	T	F	E	U	F	C	A	D	E	A	U	X	U	N	N	M
G	U	I	R	L	A	N	D	E	J	O	Y	E	U	X	O	I
A	A	C	A	O	M	S	R	C	U	I	S	I	N	E	E	N
T	R	N	H	D	I	I	B	O	N	N	E	T	E	N	L	U
E	E	A	T	E	L	D	O	R	E	E	C	R	I	R	E	I
A	V	R	T	S	L	O	U	A	S	I	H	I	V	E	R	T
U	E	G	R	S	E	R	L	T	A	G	A	L	I	R	E	E
D	I	N	D	E	V	M	E	I	P	E	R	E	N	O	E	L
A	L	U	I	R	E	I	S	O	I	E	P	E	F	E	T	E
E	L	L	E	T	R	R	G	N	N	I	E	R	P	U	I	T
C	O	O	K	I	E	N	F	A	N	T	G	U	I	A	I	N
E	N	V	A	C	A	N	C	E	S	J	O	U	E	T	S	R

tu as perdu 20 minutes de ton temps!!!

liste de mots:

cadeaux / décoration / bonnet / écharpe / neige / père-noël /
sapin / cuisine / repas / jouets / guirlande / famille / joie / gants /
froid / boule / bûche / dessert / dormir / réveillon / minuit / wookie /
enfant / gâteau / dinde / joyeux / fête / qui / terre /
rire / feu / vacances / nuit / fuir / fuir / lever / Noël /
télé / doré / nier / elle / rat / lire.

(solutions à la fin du journal)



quelle guirlande
s'allumera sur
le sapin?

JEUX CONCOURS

Aventuriers ? Bonjour !

Ici la voix, un fabuleux évènement est survenu le 1^{er} Novembre. Toute la saga de Harry Potter est maintenant disponible sur NETFLIX. Mais tous le monde n'a pas accès à ce monde de sorciers et sa magnifique plateforme de streaming sans en subir les conséquences ! L'équipe du Journal vous permet de rattraper cela pendant 1 mois ! Vous pourrez passer du rang de Neville au rang de Dumbledore ! Des ballerines aux Louboutin, du Wiko à l'iPhone ! Résolvez ces 3 énigmes et accédez à l'univers interminables de séries captivantes* ! (Et donc rater votre scolarité)

Ne restez pas des Moldus ! Le quai 9 $\frac{3}{4}$ est grand ouvert, vous pouvez devenir des apprentis sorciers à Poudlard avec, non pas des baguettes magiques, mais par la puissance de votre intelligence ! Mais tout le monde ne peut être reçus à Poudlard...Seul une personne le peut ! Le premier qui trouve la réponse doit envoyer par message la réponse sur l'Instagram de @lallumette ! Bonne chance à tous et que la magie de Noël soit avec vous !

*Possibilité d'obtenir un autre prix qu'un compte Netflix (Deezer, Spotify, Apple Music, OCS, Wakanim, Crunchyroll...)

Enigme 1 : Un dessin s'y cache !

IIUAT

Enigme 2 : Comme à Fort Boyard, réunissez les indices pour trouver le mot !
(Les pictogrammes n'ont pas d'ordre précis)



AIE !

Enigme 3 :

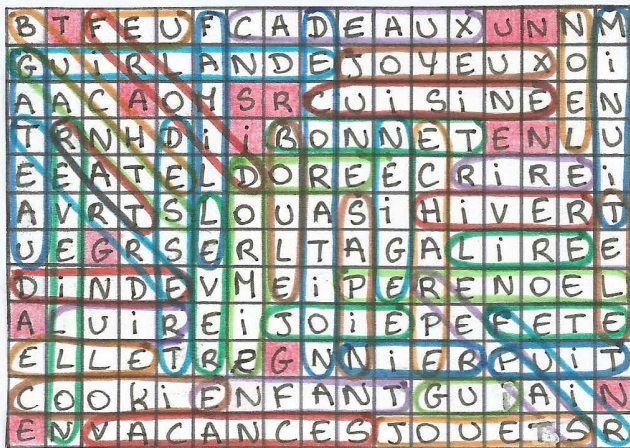
J'admet qu'il est assez compliqué de devenir un sorcier ! Pour vous aider, je vous donne toutes les lettres ! C'est gentil ça !? Mais maladroit que je suis, je les ai oubliés un peu partout dans le lycée ! Retrouver les lettres et réunissez-les pour former le mot !

Solutions



C'est Rudolphe, le renne au nez rouge du père-noël.

S'OIE YEUX NOS ELLE
LAIT À MIE
(Joyeux Noël les amis)



solution: tu n'as rien gagné,
tu as perdu 20 minutes de ton temps!!!

quelle guirlande s'allumera
sur le sapin ?
la guirlande violette.

