

# LES SAULES DÉCHAÎNÉS

L'INFO SANS LIMITE

Numéro 20 - 19 décembre 2024 - 0,30 €

Abonnement 3 numéros 0,80 €

## Bonnes vacances !

À la découverte des compétitions  
de tir à l'arc



Interview d'une journaliste-animatrice radio



Les jeux paralympiques sortis de l'oubli



La nouvelle cour de récré :  
vos idées et avis (p. 4 et 5)



Pourquoi les horaires de cours  
sont-ils si rudes ? (p. 5)



## L'ÉQUIPE

### Directrice de la publication

Mme Santi

### Rédacteur en chef

Difflock 38

### Rédacteurs et rédactrices

Amélia L.

Azerty

Danaë

Djadja

Erwan

Frosties

Keylin

Lolypop

Nora-Lou CG

Pastèque

Plume de Soleil

Tenis24

### Avec l'aide de

Mme Pérotin

Shao Mao

### Imprimerie spéciale :

50 tirages

2<sup>e</sup> version

Collège Les  
Saules  
1 allée Martin  
Luther King  
38320 Eybens

## Édito

Cette année encore, les élèves du club journal ont donné de leur personne pour produire un journal complet, agréable et constructif.

Vous aimez le tir à l'arc, les génoises ou encore les livres, ce journal est fait pour vous ! Des paralympiques aux jeux vidéos en passant par l'actualité et même une histoire, nos rédacteurs se sont surpassés. Cette édition vous promet des surprises et une aventure atypique au pays des mots (à méditer).  
Bonnes vacances et bonne lecture !

**Difflock 38**

## Sommaire

### Actualité

Les jeux paralympiques sortis de l'oubli p. 3

### Actu des Saules

La nouvelle cour de récré : vos idées et avis p. 4-5

### Coup de gueule

Pourquoi les horaires de cours sont-ils si rudes ? p. 5

### Interview métier

Les secrets d'une journaliste-animatrice radio p. 6-9

### Sports

À la découverte des compétitions de tir à l'arc p. 10

### Bien-être

La perte de confiance en soi p. 11

### Not' planète verte

Les surprenantes grenouilles de verre p. 12

### Coin culture

La légende des quatre p. 12

### Culture geek

F1 24 : Le meilleur jeu de simulation de conduite de l'année ? p. 13

**Horoscope d'Erwan** Spécial cantine p. 14

**Recette** Génoise p. 15

**Imagin'aire** Histoire d'Alyenor p. 16

**MERCI À TOUTES CELLES ET CEUX QUI ONT DONNÉ LEURS  
AVIS ET IDÉES POUR LA COUR !!!!**

## Les jeux paralympiques sortis de l'oubli

*Les Jeux paralympiques sont une compétition multisports, similaire aux Jeux olympiques, mais quels sont les points communs et différences ?*

Les Jeux paralympiques sont réservés aux athlètes présentant un handicap physique qu'il soit moteur, visuel ou mental. Ces jeux ont lieu tous les quatre ans en alternance été hiver, comme les Jeux olympiques. Des jeux à la façon olympique pour les athlètes handicapés se sont tenus pour la première fois à Rome en 1960 [Les premiers Jeux olympiques modernes se déroulent en 1896 à Athènes]. Se déroulant peu après la fin des Jeux olympiques, ces jeux à la façon olympique pour athlètes handicapés ont attiré 400 participants venant de 23 pays, qui se sont affrontés dans huit sports [Aujourd'hui Il existe 22 sports paralympiques d'été et 6 sports paralympiques d'hiver.]



### Une popularité récente

Avant les paralympiques étaient beaucoup moins suivis mais les jeux de Paris 2024 ont changé la donne. Maintenant les paralympiques sont beaucoup plus suivis autant dans les stades que devant un écran.

### Deux sports uniques

Deux sports sont présents aux jeux paralympiques et pas aux Jeux olympiques : la boccia et le goalball.

La boccia est un sport qui se rapproche de la pétanque. Elle est exclusivement pour les athlètes en fauteuil roulant. Ils ont des balles plus ou moins lourdes.

Le goalball est un sport réservé aux athlètes malvoyants avec deux grandes cages et une balle avec des clochettes ; le but est de marquer.

**Le tableau des médailles 2024**

Équipe	🥇	🥈	🥉	🏆
1 🇨🇳 Chine	94	76	50	220
2 🇬🇧 Grande-Bretagne	49	44	31	124
3 🇺🇸 États-Unis	36	42	27	105
4 🇳🇱 Pays-Bas	27	17	12	56
8 🇫🇷 France	19	28	28	75

### Les sourds et malentendants

Les athlètes sourds et malentendants ne participent pas aux Jeux paralympiques. Ils ont leur propre jeux identiques aux JO a un petit détail prêt : pour les départs ils n'ont pas de coup de feu mais des signaux visuels.

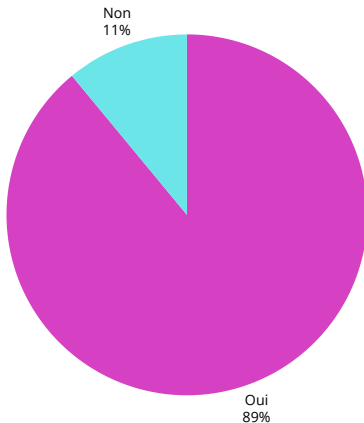
**Pastèque**

## La nouvelle cour de récréation : vos idées et avis

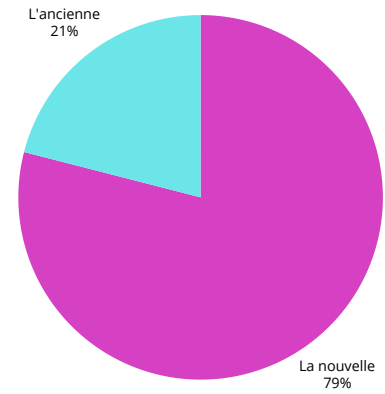
Cet été, la cour s'est transformée grâce au projet Cour oasis. Deux nouvelles tables de tennis de table, bancs, bancs avec dossiers, tables, terre enlevée, végétation plantée... Nous vous avons demandé ce que vous en pensez.

50% des élèves de 6<sup>e</sup> ont répondu ! Soit 74 élèves sur 148.

41% des élèves de 5<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> ont répondu ! Soit 169 élèves sur 410. Merci !



1. Aimes-tu la cour ?  
Réponses des 6<sup>e</sup>



1. Préfères-tu l'ancienne ou la nouvelle cour ?  
Réponses des 5<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup>, 3<sup>e</sup>

### 2. Qu'aimes-tu le moins ?

- Les bancs sans dossiers
- Pas assez de tables de ping-pong
- Les bancs un peu partout dans la cour et vers la cantine
- Les tables
- Le terrain de foot et basket
- Insultes, bagarres, etc.
- Être mouillé quand il pleut parce qu'il n'y a pas de préau pour les 6<sup>e</sup>
- Les barrières autour des arbres
- Les portes des toilettes vitrées
- Les bancs sont toujours occupés
- Le bruit
- La terre recouverte
- Matière des bancs trop froide en hiver
- Le passage pour aller au stade
- L'emplacement des arbres
- Les copeaux de bois
- Les chewing-gums
- Tables de ping-pong (couleurs, position...)

### 3. Qu'aimes-tu le plus ?

- Les tables
- Le plateau sportif
- Les tables de ping-pong
- Les bancs !**
- Les ronds pour s'asseoir à côté des arbres
- Tout
- Le fond de la cour
- La terre recouverte
- Les bancs avec dossiers
- Les amis

## La nouvelle cour de récréation : vos idées et avis

### 4. Qu'aurais-tu fais différemment, qu'aimerais-tu améliorer ?

Potager, fontaine d'eau	Portes des toilettes non vitrées	Bancs entre les deux terrains de basket le long du terrain de foot
Balançoires à la place du terrain de foot	Rapprocher la table du fond	Plus de végétation et mieux protégée
Filets sur les paniers de basket et les cages de foot	Préau à l'entrée du collège	Bancs en face à face
Moins de béton, plus de bois	Encore plus de tables, tables de ping-pong et de bancs	Parasols
Buissons moins proches de la cantine	Couleurs : blanc trop salissant et couleurs trop flashy	Rien
Séparer le terrain de foot et le terrain de basket	Bancs sous le préau	Peindre au sol plusieurs queues pour la cantine
Plus petits espaces verts	Position des tables de ping-pong	
	Gazon synthétique sur le terrain de foot	

Coup de gueule

## Pourquoi les horaires de cours sont-ils si rudes ?

Nombreuses sont les critiques à propos du système scolaire français, que ça soit des élèves mais aussi les professeurs qui dénoncent les horaires invivables des cours.

En France, un écolier de primaire fait en moyenne 5,3 heures de cours par jour. Un collégien 5,8 heures, un lycéen général entre 6,2 et 6,5 heures (sans compter les devoirs). La logique appliquée est « plus les élèves travaillent plus ils retiendront ». Sauf qu'avec le pays avec le plus d'heures de cours par jour et le plus de vacances d'Europe on se retrouve vite avec des journées surchargées.

Les élèves norvégiens font par exemple la plupart de leur scolarité avec 3h de cours par jour. Ils sont plus efficaces, créatifs, plus calmes et ont moins peur d'aller à l'école. Il faudrait que les élèves français commencent au minimum à 9h car, comme l'explique le Dr Sonia Scaillet, responsable de la clinique du sommeil, l'horloge biologique des adolescents est décalée. S'ils vont se coucher plus tard, c'est parce que la mélatonine, l'hormone qui nous donne envie de dormir,

est produite plus tard dans la soirée et en plus petite quantité. L'adolescent va donc naturellement se coucher plus tard. C'est pourquoi il faudrait commencer plus tard.

Il n'y a pas longtemps le tiktokeur « Sensei des Mots » a dénoncé ces horaires qui ne laissent pas de temps libre pour les adolescents et ne leurs permettent pas de faire des activités sportives ou culturelles. Il a donc lancé une pétition pour demander au ministre de l'Éducation de changer le système scolaire et ne plus faire au maximum 8h-18h mais 8h-13h30. Ces horaires ont été inspirés par nos collègues européens comme par exemple l'Allemagne et la Finlande qui préconisent de ne pas faire beaucoup de travail mais du travail de qualité. Ils sont par ailleurs dans les meilleurs pays d'Europe au classement Pisa 2023. Sensei des mots a quasiment réussi à être reçu par la ministre de l'Éducation.

**Lolypop**

## Les secrets d'une journaliste-animatrice radio

### Pourquoi avez-vous deux métiers ?

Parce que dans le monde de la radio, il n'y a pas un métier. Le premier métier qu'on connaît en radio, c'est l'animateur radio. Sauf que dans certaines rédactions, l'animateur radio n'a pas d'autre choix que de faire plein d'autres métiers à côté, il est aussi technicien, programmeur et même journaliste parfois. Le journaliste peut animer une émission et l'animateur peut rédiger, il peut faire le travail de journaliste, c'est-à-dire aller chercher des informations, écrire ses propres flashs. C'est pour ça que l'animateur radio peut avoir plein d'autres casquettes.

### Quand vous étiez petite, vous vouliez déjà faire ça ?

Oui, c'était mon rêve depuis toute petite. Mais je n'aurais jamais imaginé faire de la radio. Ce n'était pas du tout un milieu que je connaissais ou dans lequel je me projetais. J'ai toujours aimé écrire, je voulais travailler dans des journaux, dans des grandes rédactions ou même à la télé, faire des reportages. J'ai découvert le métier d'animatrice radio et ça m'a plu.

### Avez-vous un conseil à donner à quelqu'un qui a le même rêve ?

Il faut se battre. Il ne faut pas abandonner, croire en soi. Quand on aime vraiment ce qu'on fait, il n'y a rien qui nous arrête. On a plutôt tendance à penser que pour être journaliste, il faut être un grand intellectuel ou maîtriser la langue et faire zéro faute d'orthographe. Tout ça, c'est faux. On peut être pas forcément très très bon en français et être un excellent journaliste.



### Vous travaillez seule ?

Il y a une grande partie du travail qui se fait seul et une grande partie qui se fait en équipe. Quand je prépare mon émission, en général, je la prépare seule. Mais quand je fais des plateaux radio, des ateliers, par exemple, on va déplacer un plateau dans une école, dans un festival, peu importe l'événement, là, on est en équipe. On est avec le programmeur, le technicien ...

### Que préférez vous dans le métier de journaliste ?

C'est un bon prétexte pour pouvoir m'intéresser à tout. Depuis que je suis toute petite, il y a des milliards de questions qui me passent par la tête, Pourquoi le monde tourne comme ça ? Et pourquoi certaines personnes font ça ? Comment les choses fonctionnent ? Je m'intéressais absolument à tout et j'avais besoin de réponses tout le temps. Je lisais énormément et je consommais beaucoup de reportages, et je voulais être journaliste parce que pour moi, c'était le métier le plus complet, celui qui répondait le mieux à cette envie de découverte et qui pouvait vraiment nourrir ma curiosité. Il me permet aussi de mettre en lumière les autres sans parler de moi.

## Les secrets d'une journaliste-animatrice radio

### Qu'aimez-vous le moins dans le métier de journaliste ?

Alors, ce n'est pas quelque chose qui s'applique aujourd'hui parce que je suis journaliste pour une radio associative. La liberté de ton est donc plus large. Mais parfois on peut travailler dans une rédaction qui nous impose des sujets et une manière de les traiter. Donc, oui, on va chercher l'information. Oui, on va écrire des articles. Mais non, on ne va pas pouvoir le traiter comme on aurait eu envie de le traiter. Mais à part ça, pour moi, c'est le métier le plus passionnant qui soit parce qu'on rencontre énormément de gens. Je vais rencontrer des univers qui sont totalement à l'opposé les uns des autres. Parfois, je rencontre des gens que je n'aurais jamais rencontrés dans ma vie personnelle.

### Pouvez-vous nous raconter votre parcours de journaliste ?

Quand je suis arrivée à New's FM, je n'étais pas encore journaliste. On m'a formée pour écrire les flashs et les animer dans les émissions. J'ai commencé en tant que journaliste radio. Aujourd'hui, je ne fais plus de journalisme. Je fais principalement des ateliers. Cette année, je ne suis pas animatrice radio, mais qui sait peut-être que l'année prochaine, je reprendrai une émission. Là, jusqu'au mois d'août, j'étais coordinatrice d'antenne. Donc, c'est encore un autre métier de la radio.

### Quelles sont les qualités pour faire ce métier ?

L'ouverture d'esprit, la curiosité.

### Quelle est votre formation ?

J'ai un parcours assez atypique. Je ne suis pas passée par une école de journalisme. C'est pour ça que je suis contente de faire cette interview.

Ça me permet de passer le message qu'il n'y a pas forcément besoin de faire d'immenses études, de sortir d'une grande école de journalisme pour devenir journaliste. Et on peut l'être de façon tout à fait légitime. J'ai quitté le lycée sans aucun diplôme. J'avais 18 ans. Je suis allée à la Mission locale et j'ai dit "bah voilà j'ai fini mon lycée. Je n'ai pas eu mon diplôme, mais je n'ai pas envie de rester à rien faire. J'ai envie de faire quelque chose de ma vie. J'ai envie de me rattraper". J'ai fait des formations et j'ai fait un petit stage de deux semaines dans une petite radio que je connaissais bien parce que je l'écoutais depuis que j'étais toute petite : New's FM. Ça s'est hyper bien passé. J'ai eu une énorme révélation. Quelques mois après, j'ai été contactée par le directeur qui m'a proposé un poste. Je devais rester deux ans et au final, je suis restée plus de huit ans. C'est New's FM qui m'a formée en interne. Le journaliste de New's FM, qui lui a sa carte de presse, m'a formée. Et New's FM m'a financé des formations qualifiantes. À cette occasion, j'ai décroché mon diplôme à l'INA, c'est l'Institut national de l'audiovisuel, qui a ouvert une formation aux professionnels de la radio. J'ai donc mon CQP (Certificat de qualification professionnelle) d'animatrice radio.

### Est-ce que le rythme de travail est difficile ?

Oui, ça peut l'être. Ça dépend, on n'a pas tous les mêmes horaires. J'anime principalement la matinale, ça fait commencer très très tôt le matin : l'émission commence à 6h, elle finit à 10-11h.

## Les secrets d'une journaliste-animatrice radio

Ça veut dire arriver à 5h à la radio, le temps de se préparer, et donc ça veut dire se réveiller à 3h30-4h. Ça peut être une contrainte et très très fatiguant, et puis c'est un métier qui peut déborder aussi sur sa vie personnelle. On est constamment en alerte, on a la tête dans le travail. On fait rarement de pauses parce qu'on est constamment en réflexion sur le prochain sujet, on reçoit des mails, des propositions sans arrêt, des interviews, des reportages qui se préparent beaucoup en avance. Il y a beaucoup d'imprévus aussi. Si on ne pose pas de limites, ça peut être envahissant. Officiellement, on a des week-ends. Mais souvent on part en reportage, en interview, le samedi. Ça peut arriver aussi que le dimanche on fasse du montage. C'est vraiment un mode de vie. Ça m'arrive de faire des pauses déjeuner en écrivant les questions de mon interview qui arrive bientôt.

**Avez vous déjà interviewé quelqu'un de connu ?** Oui, principalement des artistes. Je crois que le plus connu que j'ai interviewé c'était Nekfeu.

**Si vous deviez changer de travail, qu'aimeriez-vous faire ?**

Il y a énormément de métiers que j'aimerais faire. J'aimerais travailler en contact avec les gens, avec les jeunes surtout. Je pense que j'aurais été professeure parce que j'adore transmettre.

**Professeure de quoi ?**

J'adore les langues, donc je pense que j'aurais été peut-être prof de français. En tout cas, pas de maths, ça c'est sûr. Peut-être professeure de biologie, j'aurais adoré parce que je suis vraiment passionnée de sciences.

**Et si vous deviez créer votre chaîne de radio, vous parleriez de quoi ?**

Il y aurait vraiment de tout, des émissions culturelles où on parlerait de musique, de cinéma, de livres, de sport. On parlerait aussi de politique, de faits de société, de discrimination. Je donnerais la parole à des populations à qui on ne donne pas forcément beaucoup la parole à la télé et à la radio, qui n'ont pas beaucoup de visibilité. Je donnerais la parole aux personnes qui sont en situation de handicap, des personnes qui ont des vécus, qui sortent de prison, qui ont vécu des choses un peu difficiles.

Je pense que je ferais quelque chose qui touche un maximum de gens. J'aime pas m'enfermer dans quelque chose.

**Vous n'avez jamais peur de parler à la télé, en public ?**

Si. Je fais ce métier depuis longtemps, mais j'ai toujours le trac quand il s'agit de parler devant des gens. Parler dans un micro, dans mon petit studio avec mes invités, là je suis dans mon élément. En revanche, quand j'anime des ateliers, c'est jamais facile, je suis un peu paniquée en public. C'est le meilleur métier pour les timides, ça pousse à sortir de sa zone de confort et à aller vers les autres tout en gardant son jardin secret.

## Les secrets d'une journaliste-animatrice radio

### Ça aide à progresser quand on est timide ?

Oui, j'ai beaucoup progressé. Au début, c'est intimidant de parler devant des gens. À la radio, on a les micro allumés, mais on oublie en fait qu'on nous écoute, on est vraiment dans une bulle avec l'invité ou les invités. Quand il y a du public, les regards et les oreilles des gens sont concrets, on les voit. On sent le regard des autres sur soi. Donc oui, ça peut être intimidant, mais ça se travaille.

### Il y a de la concurrence ?

Dans le monde du journalisme, il y a le journalisme privé et le journalisme associatif indépendant.

Dans les médias privés, le but pour la rédaction, c'est de faire du chiffre, c'est de vendre de la pub, faire des choses qui marchent un peu au détriment de la qualité de l'information. Il faut énormément de contenu. C'est un peu l'usine, en fait. Du coup, ça crée beaucoup de rivalité. C'est un rythme de travail qui est très très difficile. J'ai travaillé dans des médias privés mais j'ai préféré le milieu associatif parce que le rythme est peut-être un peu plus long. Il n'y a pas un enjeu financier qui impacte notre travail. On a un peu plus de temps, un peu plus de liberté et il y a beaucoup plus de collaboration entre les journalistes, entre les membres d'une même équipe. Dans les médias privés, c'est un peu la guerre.

### Avez-vous été surprise par la réalité du métier ?

Quand j'étais petite, j'idéalisais le milieu, je pensais que le journaliste pouvait dire tout ce qu'il voulait et surtout dire des vraies choses. Quand j'ai grandi, j'ai découvert que toutes les vérités n'étaient pas bonnes à dire. Par exemple, lorsque j'interviewe le patron d'une entreprise et que je dois le valoriser parce que

mon patron me le demande parce qu'il nous finance. Je n'ai pas pu poser des questions sur le traitement des employés, ou les normes écologiques non respectées, les procès pour fraude fiscale, etc. Un journal privé est positionné politiquement et économiquement et donc sa position dépend aussi du contenu, du produit, etc. C'est un peu un jeu d'échec.

### Et dans l'associatif, ça vous est déjà arrivé aussi ?

Beaucoup moins en associatif. Ça ne m'est jamais arrivé. [...] Le rôle du journaliste, c'est de ne pas prendre parti. C'est ça qui est intéressant. On peut poser des questions à des groupes totalement opposés.

### C'est compliqué de rester neutre ?

Tout à fait. Je connais des journalistes qui me disent qu'on est jamais vraiment neutre, même quand on a envie d'être objectif. Ne serait-ce que dans le choix du sujet. J'essaie vraiment d'être objective. J'aime bien donner la parole à des personnes avec qui je suis d'accord, mais aussi à des gens avec qui je ne suis pas d'accord. Pour justement comprendre leurs différences, sans être dans le jugement ou l'agressivité. C'est pour ça que je trouve que ce métier est intéressant et fascinant. C'est qu'on peut vraiment parler avec tout le monde. En fait, c'est un pont entre des mondes qui ne sont pas faits pour se rencontrer. Et je trouve que c'est passionnant, justement, d'être le lien, le petit maillon qui va relier un peu ces univers qui ne sont pas faits pour se rencontrer.

**Interview de Soumya réalisée par  
Nora-Lou CG et Azerty**

## À la découverte des compétitions de tir à l'arc

Le tir à l'arc est un sport amical et sympathique. J'ai choisi ce sport car il m'attire depuis toute petite, et me passionne. Ça m'a beaucoup apporté : la joie, de nouveaux amis, de la compétitivité, du fair-play et bien sûr comme dans bien d'autres endroits, l'amour.



Cible avec les points indiqués pour chaque couleur

### Tir nature

Les premières compétitions commencent en mars. La compétition se déroule sur la journée entière en extérieur, sur un parcours avec :

- 42 cibles, 2 flèches par cibles à 4 distances différentes (pour les adultes)
- blasons animaliers classés par taille (gibiers) déterminant chacune une plage de distance :
  - Petits animaux tirés de 5 m à 15 m
  - Petits gibiers tirés de 15 m à 25 m
  - Moyens gibiers tirés de 20 m à 35 m
  - Grands gibiers tirés de 30 m à 40 m
- chaque flèche vaut 10, 15, ou 20 points en fonction de la zone atteinte.

Les archers sont répartis par peloton de 4 et tirent 1 à 1.

### Tir en campagne

De mars jusqu'à octobre. Il se déroule à la journée, sur un parcours et est souvent comparé au golf dans son déroulement dans des terrains variés : forêts, champs, urbains (de manière totalement sécurisée). Il y a :

- 24 cibles, 3 flèches par cible
- plusieurs formules possibles, la plus courante : 12 cibles à distances connues, 12 cibles à distances inconnues. De 5 à 60 m
- 4 tailles de blasons de 20 cm à 80 cm
- chaque flèche vaut de 1 à 6 points.

Les archers sont répartis par peloton de 4 et tirent 2 par 2.

Mais nous ne lançons pas les flèches à mains nues, mais utilisons des arcs.

Là où on fait les plus belles rencontres est sans aucun doute lors des compétitions. Alors je ne vais pas vous laisser avec la question,

« Mais quels sont les différents types de compétitions ? ». Alors les voilà !

### Tir 3D

Il consiste à tirer dans une cible en mousse. La compétition se déroule de mars à novembre, sur la journée entière en extérieur, sur un parcours avec :

- 42 cibles, 2 flèches par cibles à 4 distances différentes (pour les adultes)
- blasons animaliers classés par taille (gibiers) déterminant chacune une plage de distance :
  - Petits animaux tirés de 5 m à 15 m
  - Petits gibiers tirés de 15 m à 25 m
  - Moyens gibiers tirés de 20 m à 35 m
  - Grands gibiers tirés de 30 m à 40 m
- chaque flèche vaut 10, 15, ou 20 points en fonction de la zone atteinte)

Les archers sont répartis par peloton de 4 et tirent 1 à 1.



Exemple de tir 3D

### Tir en salle

Le tir en salle se déroule en une demi-journée, on fait 10 volées (une volée est une série de tirs) de 3 flèches à une distance de 18 m, nous avons 2 min par volée, en fonction de l'âge nous tirons sur des blasons (cible de couleur : blanc, noir, bleu, rouge, jaune) de différente taille (de 120 à 40 cm).

## La perte de confiance en soi

*La perte de confiance en soi peut s'expliquer par plusieurs raisons. En voici quelques-unes.*



### L'estime de soi

Beaucoup de jeunes, notamment les filles se trouvent moches, se sous-estiment et trouvent comme seule solution : le maquillage, comme certaines l'appellent le camouflage ou un masque. Elles commencent par un peu de maquillage comme le mascara, gloss, fond de teint et puis au bout de quelques mois deviennent addict et deviennent ce que les jeunes d'aujourd'hui appellent « FULL FACE ». C'est quand une fille se maquille beaucoup. Mais le manque d'estime de soi existe aussi chez les garçons même si c'est un peu plus rare.

### Le regard des autres

Le regard des autres se manifeste souvent chez les jeunes, les jeunes d'aujourd'hui n'ont plus vraiment de cœur quand il s'agit de penser aux autres. Ils font souvent des remarques sur votre physique pour « rigoler ».

### Les mauvaises fréquentations

Il y a plusieurs types de mauvaises fréquentations que se soit en amitié, amour ou même des personnes de votre famille.

TOUTES ces personnes peuvent vous manipuler et vous faire du mal, vous faire croire que vous avez besoin d'eux alors que c'est tout le contraire.

C'est ce qu'on appelle des personnes TOXIQUES.



**Keylin**

**QUI QUE VOUS SOYEZ, NE LAISSEZ PERSONNE, QUI QUE CE SOIT,  
VOUS RABAISSEZ, HUMILIER OU QUOI QUE CE SOIT.  
PRENEZ DES DISTANCES AVEC CES PERSONNES POUR VOTRE BIEN.**

## Les surprenantes grenouilles de verre



Les grenouilles de verre habitent en Amérique centrale ou en Amérique du Sud, la grenouille de verre mange des feuilles quand elle est à l'état de têtard.

Les femelles pondent 20 à 30 œufs sur l'envers d'une feuille à proximité d'un cours d'eau. Elles vivent plus de dix ans, jusqu'à 14 ans. Elles rentrent dans les maisons pour, par exemple, chercher de l'eau. Une grenouille de verre mesure à peine 4 cm, la peau de son abdomen est transparente, tandis que son squelette est tellement fin qu'il est presque translucide. De plus, sa couleur change souvent, puisque le dos des grenouilles est plus ou moins transparent selon l'heure de la journée.

Adulte, elle mange des petits insectes.

Les grenouilles de verre se reproduisent entre janvier, février et mars.

**Amélia L.**

### Coin culture

## La légende des quatre



### Carte d'identité

Type : Roman

Nombre de pages : 351

Nombre de tomes : 4

Langue : Français

Autrice : Cassandra O'Donnell

Date de parution : 14 mars 2018

Maison d'édition : Flammarion Jeunesse

Autres livres de l'auteur/autrice : *Malenfer*, *Le monde secret de Sombreterre* et bien d'autres !

Disponibilité : Bibliothèque d'Eybens et de Grenoble

Les quatre clans, Loup, Tigre, Serpent et Aigle, aussi connus sous les noms de Lupai, Taïgan, Serpai et Rapai ne se sont jamais très bien entendus. Mais lorsque des meurtres et des disparitions ont lieu dans les clan Lupai et Taïgan, chacun semblant avoir été commandité par un membre du clan ennemi, Maya, héritière du clan des Loups et Bregan, prince du clan des Tigres vont devoir unir leurs forces pour se débarrasser d'un ennemi commun.

J'ai adoré toute la série. Le début du premier tome est un peu morne mais je me suis vite laissée embarquer par l'aventure. Si vous le lisez, ne vous arrêtez pas en cours de route sinon, vous serez perdu au redémarrage tant il y a de personnages. Je recommande vivement, excellente série !

**Plume de Soleil**

**PS : N'oubliez pas, on juge un livre sur son contenu, pas sur son nombre de pages !**

## F1 24 : le meilleur jeu de simulation de conduite de l'année ?

*F1 24 est un jeu de simulation de conduite réaliste de Formule 1, paru en 2024, qui allie qualité graphique et audio, conduite réaliste et qualité de gameplay (grâce à une grande quantité de modes de jeux).*



Tout d'abord, il faut parler de la Formule 1 : c'est un SPORT mécanique qui se déroule en plusieurs manches (une par week-end, deux week-ends sur trois environ). Les week-ends de course se déroulent en plusieurs parties :

- Le vendredi : les essais libres 1, 2 et 3 qui servent à prendre ses marques du point de vue du pilote et à tester la voiture pour les ingénieurs.
- Le samedi : les essais qualificatifs 1, 2 et 3 qui consistent à essayer d'effectuer le temps le plus rapide possible. Les résultats servent de classement pour le départ de la course.
- Le dimanche : la course. Après un décompte, les pilotes partent en même temps sur la grille de départ. Une course dure environ une heure et demie (dans le jeu il est possible de réduire la course à cinq tours au minimum avec plusieurs paliers entre les deux) et comporte un voire deux arrêts aux stands qui permettent de changer les pneus, en moins de 2,5 secondes pour les arrêts réussis.

Revenons à notre jeu : tout d'abord, il faut savoir que ce jeu dispose d'une grande diversité de modes et de paramètres pour permettre un accès facile aux joueurs de tous les niveaux, débutants inclus. On y retrouve la carrière dans laquelle on crée son personnage, son numéro, on choisit son écurie (la marque avec laquelle on veut courir) et son coéquipier au sein de l'écurie.

La saison se déroule de la même manière que dans la réalité (ordre des circuits, des séances etc. Même les accidents sont reproduits). Tout au long de la saison, on compte les points.

On peut simplement effectuer un week-end de course sur le circuit de notre choix ou faire du contre la montre contre son propre « fantôme » sans adversaire tangible sur la piste. Le mode multijoueurs local comprend l'écran partagé, qui scinde l'écran en deux pour permettre de jouer avec un ami ou le multijoueur en ligne pour jouer à distance avec de vrais joueurs.

Le jeu est disponible sur ps4, ps5, Xbox series et PC. Il coûte 80 € officiellement mais les promos sont fréquentes (~60 €) et d'occasion à ~45 €.

Il est conseillé de jouer avec volant et pédalier pour garantir les meilleures sensations de conduite et le meilleur confort.

(Personnellement je joue avec un g920 de Logitech et les sensations sont très bonnes.)



## L'horoscope d'Erwan

*Comment se comportent les signes astrologiques dans la queue de la cantine ?*

**Bélier** (21 mars → 20 avril) Se tient rangé sagement mais finit par manger dernier après avoir poussé quelqu'un qui l'a poussé.

**Taureau** (21 avril → 21 mai) Attend patiemment son tour mais attention à ne pas essayer de le doubler dans la queue.

**Gémeaux** (22 mai → 21 juin) Il n'est pas dans la queue normale mais dans la queue des prio. Vous ne le verrez jamais dans la cour, il a un club chaque jour.

**Cancer** (22 juin → 22 juillet) C'est le genre de demi-pensionnaire à te laisser passer dans la queue puis à te doubler en s'énervant car au final il veut rentrer avant toi car ses potes sont déjà à l'intérieur.

**Lion** (23 juillet → 22 août) Si vous voulez tout savoir sur les derniers ragots du collège allez vers les lions. Ils profiteront de ce moment dans la queue pour faire un récapitulatif à leur potes.

**Vierge** (23 août → 22 septembre) Les vierges se retiendront de crier sur chaque personne essayant de passer alors que ce n'est pas le tour de leur niveau.

**Balance** (23 septembre → 22 octobre) Un peu les victimes de la demi-pension. Ils se laisseront embobiner si on leur dit qu'on mange tacos-frites alors qu'il y a marqué petit pois sur le menu.

**Scorpion** (23 octobre → 22 novembre) Vous êtes ceux qui se battent dans la queue. Les « vagues » où tout le monde se pousse le jour des burgers sont souvent lancées par eux.

**Sagittaire** (23 novembre → 21 décembre) Ce n'est pas dans la queue qu'ils se feront remarquer mais plutôt à l'intérieur de la cantine. Ce sont eux qui essayeront par exemple de faire une catapulte à petit pois.

**Capricorne** (22 décembre → 20 janvier) Vous faites partie des rares élèves sages du self même si on a un petit doute sur la provenance de ce deuxième pain.

**Verseau** (21 janvier → 19 février) Vous êtes partout sauf près de votre plateau. Vous avez des potes aux quatre coins de la cantine. Vous êtes aussi les élèves qui rentrent dans la cantine alors que vous avez pourtant fini.

**Poisson** (20 février → 20 mars) Vous êtes ceux qui font souvent des billets verts. Vous préférez tout simplement manger chez vous au maximum dans le confort de votre salon.

## La génoise

### Ingrédients

- 4 œufs
- 125 g de sucre
- 125 g de farine + un peu pour le moule
- 60 g de beurre fondu + un peu pour le moule
- Sel
- Garniture au choix



1



2



3



4



5



1. Cassez les oeufs dans le saladier. Incorporez le sucre et une pincée de sel.

2. Placez le saladier au bain-marie et, à feu doux, battez le mélange.

3. Continuez à battre pour obtenir une pâte onctueuse, jaune pâle et ayant doublé ou triplé de volume.

4. Retirez le saladier du bain-marie, et hors du feu, versez la farine en pluie.

5. Incorporez le beurre fondu puis mélangez.

6. Versez la pâte dans un moule beurré et fariné.

7. Faites cuire entre 120 et 150°, environ 30 minutes selon la taille du moule.

**Tenis 24**

# Alyenor

## Prologue

Tout était calme au château, cette nuit.

La princesse Alyenor dormait paisiblement dans sa chambre lorsqu'un bruit la tira de son sommeil. Elle regarda par la fenêtre entrouverte. Les rideaux qui l'entouraient volaient au vent, l'air était brumeux et frais à la fois. L'atmosphère était fantomatique et mystérieuse, le silence régnait dans toute la pièce. Jusqu'à ce qu'un bruit attira son attention. Alyenor tenta de localiser le son et vit un prince, le prince De Morteville.

Elle en était follement amoureuse. Elle se pencha par sa fenêtre, et elle tomba. Le prince déposa quelque chose au pied de la princesse, et il s'enfuit en courant. Quel comportement étrange... Alyenor repéra alors un petit objet qui avait un minuteur. Une bombe !

Elle en était certaine. Mais maintenant c'était trop tard, elle allait mourir à coup sûr. Il ne lui restait que cinq secondes à vivre, et puis tout à coup, la terre s'ébranla et elle s'enfonça dans les décombres. Et elle se promit de hanter les rêves du prince pour l'éternité...

## Chapitre 1

*5 ans plus tard...*

Le prince De Morteville se rappelait de ce moment chaque nuit, il en rêvait, ou plutôt en cauchemardait. Il n'aimait pas Alyenor. Il aimait la chevaleresse Roseline De La Forêt. Elle était tout le contraire de lui, courageuse et loyale. Il était tellement peureux et lâche.

\*\*\*

La pluie tombait à flot ce soir-là. La brume qui entourait les appartements du prince était plus pâle que d'habitude. Un silence de mort tourmentait le prince. Des éclairs zébraient le ciel, réduisant à néant le calme de la nuit, le grondement du tonnerre résonnait dans la pièce. Depuis plusieurs jours le prince ressentait le besoin d'aller dans la forêt qui était de l'autre côté du château.

Devait-il se rendre là-bas ?

Telle était la question.

Quelques instants plus tard, il était au milieu des bois.

Bientôt le sommeil le gagna, et il s'endormit dans un peu de mousse qui traînait par-là.

Ce fut une nuit sans rêves, la première depuis cinq ans.

## Chapitre 2

Lorsqu'il se réveilla, le soleil était à son zénith. De doux rayons éclairaient l'endroit où il était. Il observa les alentours, et découvrit qu'il était dans un cimetière. Allongé sur une tombe. La tombe d'Alyenor.

À suivre...

**Djadja**