# ACTUAILES.fr

111

Bimensuel d'actualités des 10-15 ans

12 février 2020

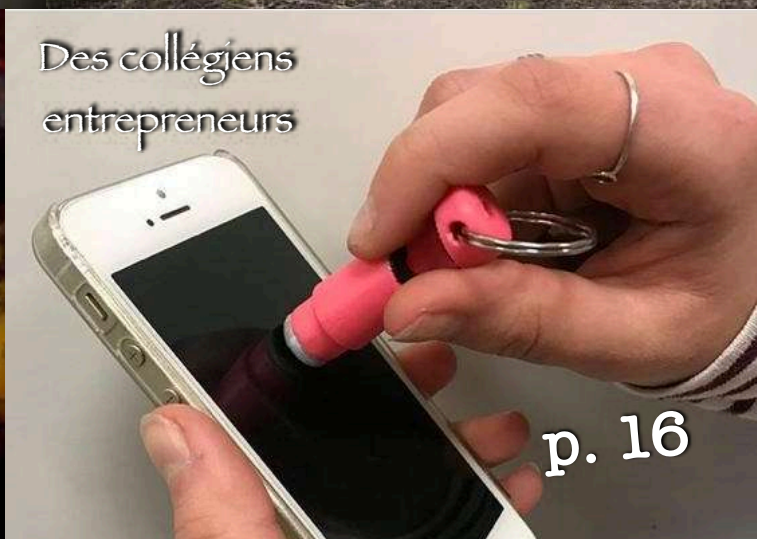
abonnement gratuit sur actuailes.fr

Fin de la grève des pompiers professionnels p. 2

p. 4 Le blasphème

Tesla p. 8

p. 14 Quand le cœur chavire



Des collégiens entrepreneurs p. 16

© Thierry Potier

APPRENDRE AVEC L'ACTUALITÉ

# Fin de la grève des pompiers professionnels

Débutée pendant l'été 2019, la grève nationale des pompiers professionnels a pris fin le mardi 28 janvier.

## Les raisons de la colère

Les pompiers professionnels dénoncent tout d'abord les nombreuses tâches qui les éloignent de leur cœur de métier – le feu et les situations graves, comme, par exemple, des accidents de la route. Ainsi, de nombreuses personnes ont pris l'habitude d'appeler les pompiers pour des petits bobos ou comme s'il s'agissait d'ambulanciers. On dénombre 1 million d'interventions supplémentaires entre 2003 et 2018, alors que les pompiers ont arrêté de se déplacer pour les nids de guêpes ou les ascenseurs bloqués et qu'il n'y a pas eu d'augmentation de leurs effectifs.

Mais les pompiers préviennent que, pendant qu'ils s'occupent de ces gens qui pourraient se prendre en charge par eux-mêmes, ils ne sont pas disponibles pour les situations d'urgence ; de là un sentiment de ras-le-bol et d'inquiétude. De plus, les pompiers font désormais face à une montée de la violence. Alors qu'ils sont au service des autres, certains les agressent, souvent en toute impunité car la police n'arrête pas leurs agresseurs.

## La réponse du gouvernement

Alors que le malaise va grandissant depuis de nombreuses années et après huit mois de grève, le ministre de l'Intérieur a annoncé des mesures à même de calmer les esprits. Il s'agit tout d'abord d'une augmentation de la prime de risque. Les syndicats de pompiers ont ensuite reçu des assurances pour que les pompiers puissent partir à la retraite plus tôt. Enfin, l'État s'est engagé à mieux lutter contre les violences et à améliorer la répartition des tâches de santé.

### Les chiffres-clés

**250 000** pompiers

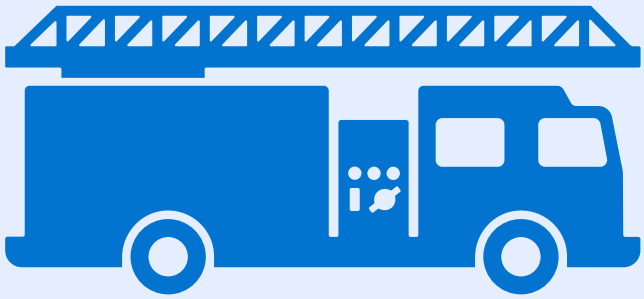
**5 milliards** de budget

**20 millions** d'appels par an, dont **31 %** injustifiés

**1** intervention toutes les **7** secondes

**7 %** seulement d'interventions liées au feu

**13** minutes et **13** secondes en moyenne entre l'appel et l'arrivée des secours



## Perspectives

Au-delà de ces annonces en urgence, l'État doit désormais s'attaquer aux causes profondes des problèmes soulevés par les pompiers et qui les dépassent largement. En effet, les pompiers sont chaque jour au contact de notre pays et donc de ses problèmes. Ils sont donc un excellent baromètre.

Au sujet de la violence, l'État doit enfin mettre fin aux zones où le droit français ne s'exerce plus, comme dans de nombreuses cités HLM en périphérie des villes, gangrenées par le trafic de drogue. Les services publics y interviennent difficilement, à leurs risques et périls et au bon vouloir des délinquants. Il s'agit également de punir durement ceux qui s'attaquent aux agents de l'État : policiers, militaires, pompiers. Ceux qui commettent ces violences sont en effet souvent peu inquiétés, créant un sentiment d'impunité. L'autre problème à régler d'urgence est l'affaiblissement général du service public, c'est-à-dire des services de l'État qui agissent au profit des Français : hôpital, police, SAMU… Enfin, le manque de civisme de ceux qui abusent en appelant les pompiers quand ils ont un simple mal de tête, par exemple, doit être sévèrement puni.

Finalement, les pompiers nous ont alertés sur des problèmes profonds qui doivent maintenant être pris en compte par l'État. ◎

## Le savais-tu ?

### Sainte Barbe, sainte patronne et protectrice des pompiers

Fêtée dans toutes les casernes de France le 4 décembre, sainte Barbe est la protectrice des pompiers. Sa fête, synonyme de convivialité et de cohésion, est un moment fort de l'année. Elle est originaire d'Orient où, au IIIe siècle, elle refuse de se marier, provoquant la colère de son père qui l'enferme dans une tour. Elle se convertit alors au christianisme, faisant redoubler la colère paternelle. Elle est torturée mais Dieu lui évite de ressentir la douleur, puis décapitée par son propre père qui est alors frappé par la foudre et réduit en cendres. Les métiers en rapport avec la foudre et le feu se mettent sous sa protection : artilleurs, démineurs, sapeurs, mineurs…

## Trois sortes de pompiers

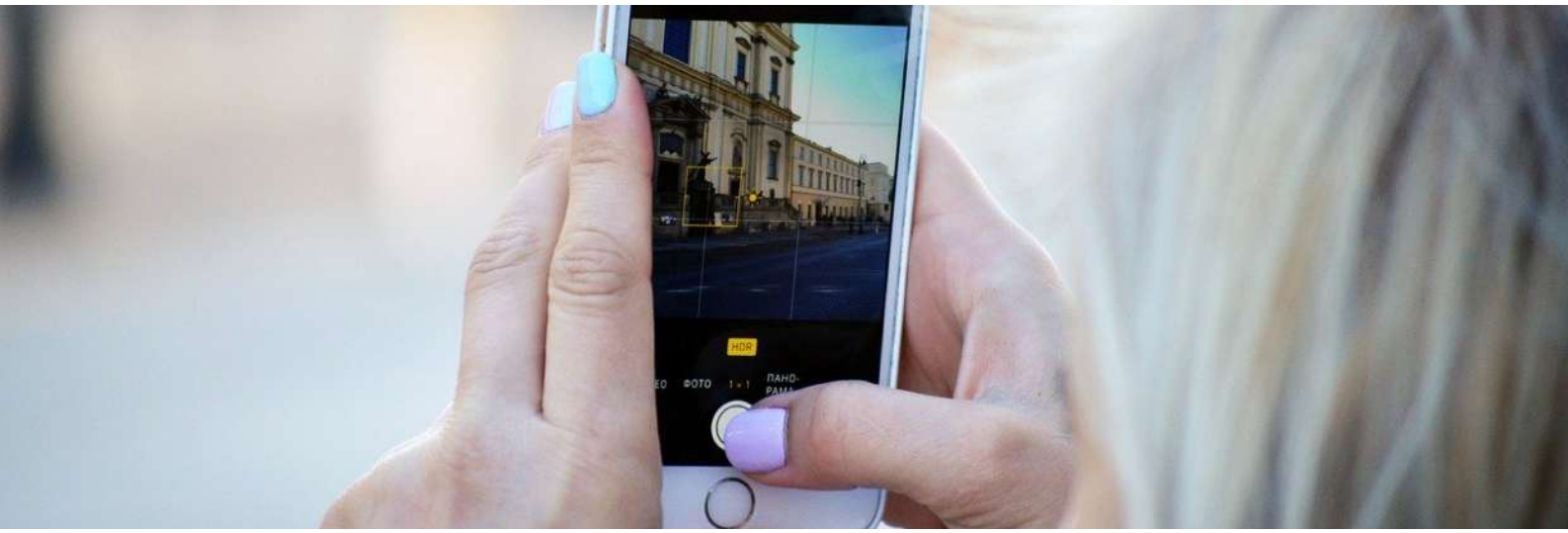
En France, les pompiers sont répartis en **trois** grandes catégories :

– Les sapeurs-pompiers volontaires (**79 %** du total) : exerçant un autre métier, le pompier volontaire est actif en dehors de ses heures de travail, avec une rémunération. On peut s'engager dès 16 ans. C'est ce type de pompier que l'on trouve à la campagne et dans les petites villes.

– Les sapeurs-pompiers professionnels (**16 %**), qui sont des fonctionnaires recrutés sur concours. On les trouve dans les grandes villes, où ils sont généralement renforcés par des volontaires pour les gardes du soir et les week-ends.

– Les pompiers militaires (**5 %**) à Paris à la brigade des sapeurs-pompiers de Paris (BSPP – 8 600 hommes) ; à Marseille au bataillon de marins pompiers de Marseille (BMPM, 2 400 hommes) ; et à Canjuers, le plus grand camp militaire d'Europe occidentale situé dans le Var. Ces militaires peuvent également intervenir à l'étranger dans le cadre d'une opération extérieure (voir Actuailes n° 94).

Émilie de Boussiers



## Affaire Mila

# Comprendre le débat sur le blasphème

Une adolescente de seize ans, Mila, est la cible d'un harcèlement en ligne depuis qu'elle a déclaré, notamment, détester la religion musulmane lors d'une discussion sur *Instagram* le 18 janvier dernier.

Le blasphème peut être défini comme une « parole ou [un] discours qui outrage la divinité, la religion ou ce qui est considéré comme respectable ou sacré ». Il est puni dans soixante et onze pays à travers le monde. Le blasphème est même considéré comme un crime passible de la peine de mort dans plusieurs pays musulmans. C'est le cas de l'Afghanistan, de l'Iran, du Nigeria, du Pakistan, de l'Arabie saoudite ou encore de la Somalie.

Des lois anti-blasphème subsistent dans certaines démocraties occidentales (Grèce, Allemagne), mais les sanctions y sont beaucoup plus légères et surtout très rarement appliquées.

En France, le délit de blasphème a existé jusqu'à son abrogation par la loi du 29 juillet 1881 sur la liberté de la presse. Il n'existe donc plus de délit de blasphème en France. Ont toutefois été créé, par la suite, les délits d'injure, de diffamation et de provocation à la haine, à la violence ou à la discrimination en raison de l'appartenance ou de la non-appartenance à une race, une ethnie, une nation ou une religion.

Il semblait acquis que l'introduction de ces délits avait vocation à protéger les personnes et non les dogmes et qu'ils ne pouvaient donc menacer la liberté d'expression. En ce sens, la Cour d'appel de Paris avait jugé en 2008 que les caricatures de Mahomet publiées par *Charlie Hebdo* en 2006 ne constituaient pas une injure à l'égard des musulmans.

Le débat est donc en principe clos : en France, s'il est possible d'insulter une religion, ses figures et ses symboles, il est en revanche interdit d'insulter les adeptes d'une religion. En résumé, la liberté d'expression, telle qu'elle est conçue par le droit français, ne permet pas d'appeler à la mort d'autrui, à la haine contre un groupe ethnique, national, sexuel ou religieux. Elle permet en revanche de dire tout le bien ou le mal qu'on pense d'une religion ou d'une divinité.

Qu'en est-il alors de l'affaire Mila ? Mila dit qu'elle n'est pas raciste et que son propos vise uniquement l'islam et non les personnes qui pratiquent cette religion. Sous cet angle, elle ne paraît pas pouvoir être sanctionnée pénalement en France, dès lors qu'elle semble distinguer la religion musulmane, qu'elle critique violemment, de ceux qui la pratiquent. Cette position heurte toutefois un certain nombre de ressortissants musulmans, pour qui la religion ne devrait, sous aucun prétexte, faire l'objet de critiques.

Anne-Sophie Biclet

# Ça vous chatouille ou ça vous gratouille ?

L'hiver est une période où l'eczéma (ou dermatite) atopique s'aggrave souvent. Cette maladie de la peau qui touche essentiellement les jeunes enfants peut persister chez les adolescents ou à l'âge adulte : de quoi s'agit-il ?

L'eczéma atopique est une maladie inflammatoire de la peau qui provoque des lésions qui sont d'abord rouges avec un aspect sec. Elles peuvent devenir suintantes et croûteuses, à cause de la présence de toutes petites cloques qui ne se voient pas à l'œil nu et se rompent. Au cours de l'évolution de la maladie peuvent apparaître aussi des dartres : ce sont des plaques blanches un peu rugueuses, moins colorées que la peau (hypopigmentées). L'eczéma est très désagréable parce qu'il démange, qu'il peut s'infecter et que les plaques peuvent être visibles sur le visage ou les membres.

Cette maladie est de plus en plus fréquente dans les pays industrialisés et il y a encore beaucoup de choses à comprendre à son sujet. Ce que l'on sait aujourd'hui est qu'elle est due à la fois à des facteurs génétiques et à l'environnement qui entoure les patients. À des facteurs génétiques, parce que certains composants de la peau sont anormaux et favorisent la sécheresse et des petites « brèches » dans celle-ci. À l'environnement, parce que la réaction inflammatoire est liée au contact avec, par exemple, des pollens, des acariens ou d'autres allergènes ou atopènes (qui provoquent l'atopie). Tout ce qui dessèche davantage la peau (air sec ou trop chaud, contact avec de la laine ou des synthétiques, certains savons par exemple) aggrave les symptômes, alors que la saison estivale, les crèmes hydratantes, les huiles de bain aident à les diminuer.

Enfin, on pense que cette maladie comme les autres réactions allergiques (asthmes, allergies alimentaires, *etc.*) sont plus fréquentes dans les pays industrialisés parce que, comme nous vivons dans un environnement très « propre » et désinfecté, nous ne sommes pas assez en contact avec des infections et que notre système de défense, le système immunitaire, se retourne contre des choses qui ne sont pas dangereuses parce

qu'il n'est pas assez stimulé. C'est la théorie hygiéniste.

Pour soigner l'eczéma, il faut hydrater matin et soir la peau avec des crèmes faites pour cela, éviter tous les facteurs aggravants dont j'ai parlé plus haut et, lorsque cela ne suffit pas, appliquer des crèmes corticoïdes sur la peau pendant une durée limitée. Ces crèmes sont nécessaires et n'entraînent aucun effet indésirable quand elles sont bien utilisées. Elles sont inefficaces si on ne met pas une quantité suffisante ou qu'on interrompt le traitement trop vite. Parfois, cela ne suffit pas et il faut utiliser des traitements plus rares qui agissent sur le système immunitaire. On peut aussi faire une cure thermale (une ou plusieurs semaines dans un lieu où l'eau a des vertus particulières pour apaiser et réhydrater la peau).

Aujourd'hui, l'eczéma touche jusqu'à 25 % des enfants et il est probable que les années qui viennent nous en apprennent davantage sur les causes de cette augmentation et les moyens de traiter la maladie.

# Au revoir, Patrick !

À la SNCF, *Patrick* est une célébrité. C'est en effet le tout premier TGV à être sorti des usines *Alstom* de Belfort, il y a déjà quarante et un ans, en juillet 1978. Mais après tant d'années de bons et loyaux services, il est temps pour lui de prendre sa retraite.

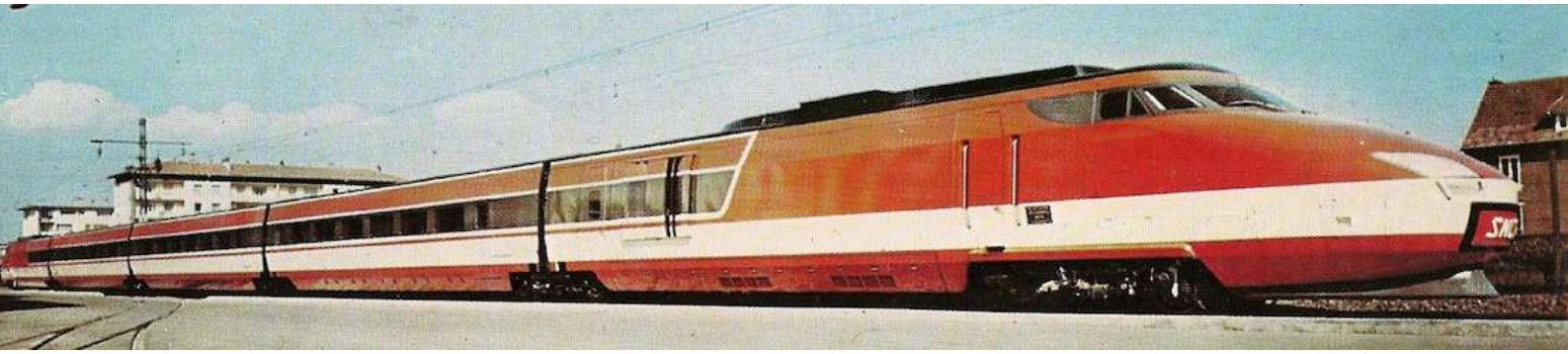
Lors de sa fabrication déjà, *Patrick* a fait du bruit : inauguré en septembre 1981 par le président François Mitterrand, il permet à la grande vitesse d'entrer dans l'histoire, en reliant pour la première fois Paris à Lyon en 2h40, grâce à une vitesse de 260 km/h. Il est alors orange, d'un orange vif qui ne fait pas passer inaperçue cette incarnation de la modernité.

Il rejoint ensuite le réseau TGV Sud-Est, sur lequel il parcourt 13,5 millions de kilomètres, soit 337,5 fois le tour de la Terre. C'est le 15 décembre 2019, cette fois sur le réseau nord de la France, que *Patrick* a fait son dernier voyage.

Son dernier voyage officiel, parce que, jusqu'à la fin du mois de février, *Patrick* va encore rouler. En effet, comme une tournée d'adieux, il va faire pour la dernière fois le tour de tous les techni-centres de la SNCF, avant de prendre définitivement sa retraite. Il a été pour l'occasion repeint en orange et a ainsi retrouvé l'aspect de ses débuts.

Désormais accueilli dans toutes les gares en musique et fêté sur tous les rails de France, *Patrick*, nommé ainsi, dit-on, à cause du fils du tout premier conducteur de ce TGV 01, ne sait pas encore à quoi il va consacrer ses vieux jours, la SNCF ne s'étant pas encore exprimée sur le sujet. Bonne retraite, *Patrick* !

Quitterie Murail



Quitterie Murail

## Sécurité routière
# Christophe Castaner fait le bilan

Comme tous les ans, ce samedi 1er février, le ministre de l'Intérieur, Christophe Castaner, a fait le bilan de la sécurité routière pour l'année 2019. Et ce bilan est positif, puisqu'avec 3239 personnes tuées sur les routes de métropole, l'année qui s'est achevée marque un record, « un chiffre historiquement bas » selon Christophe Castaner, que la France n'avait pas connu depuis 1952.

Cependant, la mortalité semble, selon l'Observatoire national interministériel de la sécurité routière (ONISR), avoir augmenté en Outre-Mer et certains départements, comme l'Orne ou l'Yonne, sont encore très touchés.

L'ONISR a également noté une nouveauté et tient désormais compte des statistiques concernant les « engins de déplacement personnel », comme les trottinettes. Les accidents concernant ces dernières ont en effet tué huit personnes en 2019.

Pour expliquer ces améliorations générales, Christophe Castaner a insisté sur les bienfaits du passage, depuis mi-2018, aux 80 km/h sur les routes secondaires. Et cela au moment même où la Corrèze et le Cantal, profitant de la dérogation permise par la loi, ont décidé de revenir aux 90 km/h.

Ce bilan ministériel a également été l'occasion de lancer une nouvelle campagne publicitaire concernant la sécurité routière. Il ne s'agit désormais plus de montrer des images d'accidents, mais d'insister sur la bonne conduite des automobilistes, sur les solutions. Une vision des choses qui transparaît dans un nouveau slogan destiné à sauver toujours plus de vies : « Vivre ensemble ! »

## LES CHIFFRES-CLÉS DE LA RENTRÉE

**815 000**

entreprises créées en France en **2019**, en hausse de **18 %** sur un an.

**27 °C**, record

de température battu le 3 février à Biarritz et dans le Var.

**9 %** d'augmentation

des ventes de BD en **2019**. Les séries traditionnelles telles que *Tintin* et *Astérix* sont toujours appréciées, même si leurs ventes baissent en volume.

**300 000**

euros ont été légués sans explication par une octogénaire à la « Renaissance du Vieux-Lyon », association qui œuvre à la défense du quartier historique.

Renaissance du Vieux-Lyon

**1 100**

hectares de résineux et de maquis ont brûlé en Corse-du-Sud ces 4 et 5 février. Le feu a été attisé par des vents violents avec des rafales de **120** à **160** km/h.

Mikaël de Talhouët

# La révolution Tesla

Éclairage sur un modèle de production révolutionnaire, inventé par un fantasque milliardaire.

Il est des entreprises dont le nom et la notoriété dépassent le produit auquel ils se rattachent : on pourrait citer *Coca-Cola*, *Apple*, *Guerlain*, mais aussi *Tesla*. Fondé en 2003 par un intrépide et visionnaire entrepreneur, Elon Musk, ce constructeur automobile produit des voitures électriques haut de gamme en s'appuyant sur un modèle de production révolutionnaire, qui casse les codes et les habitudes de l'industrie automobile, à tel point que l'on parle aujourd'hui de « teslisme ».

Après le fordisme et le toyotisme, le « teslisme » est fondé sur l'usage à grande échelle des nouvelles technologies de l'univers digital. L'objectif étant pour l'entreprise industrielle d'être agile et réactive à la façon d'une *start-up*. Ainsi, contrairement à un constructeur automobile traditionnel qui travaille sur le produit parfait avant de se lancer sur le marché, *Tesla* teste des versions en demandant des retours à ses clients afin de les améliorer.

La robotisation et l'investissement dans le digital sont les deux aspects saillants de ce nouveau modèle. Les chaînes de production sont ainsi gérées par de nombreux de logiciels, de même que les échanges entre les différentes équipes et avec les clients. Le « teslisme » réinvente les chaînes d'approvisionnement, jusqu'alors très éclatées, avec des fournisseurs très spécialisés présents dans des pays où la main-d'œuvre est bon marché. Elon Musk, dans un souci de réactivité, décide d'avoir ses sous-traitants à proximité, quitte à les racheter ou à reprendre leurs compétences.

Mais les résultats économiques de *Tesla* sont encore en demi-teinte. Si ce nouveau modèle de production s'exporte de plus en plus dans l'industrie automobile, l'entreprise continue d'accuser des pertes, malgré un chiffre d'affaires de 21 milliards de dollars en 2018. Néanmoins, les investisseurs continuent de croire en Elon Musk, qui a annoncé dernièrement pouvoir produire 500 000 voitures en 2020. L'action du constructeur a bondi de 30 %, faisant de *Tesla* la deuxième capitalisation boursière de l'industrie automobile (160 milliards de dollars), derrière *Toyota*.

**Fordisme :** modèle de production automobile inventé par Henry Ford au début du siècle dernier et qui consiste à accroître la productivité du travailleur et la production à l'aide de plusieurs principes : la standardisation permettant de produire en grandes séries des pièces interchangeables et l'augmentation du salaire des ouvriers, pour les stimuler à la tâche et les fidéliser.

**Toyotisme :** modèle de production automobile inventé par le fondateur de Toyota en 1962 et qui consiste à réduire les gaspillages, maintenir une qualité optimale des produits et améliorer le système en continu, grâce à l'implication de tout le personnel, de l'ouvrier à l'ingénieur.

Karl-Wilhelm von Lüneth

# Good bye, Great Britain

Ça y est : la Grande-Bretagne a quitté l'Union européenne le 31 janvier 2020.

Le départ de Nigel Farage et des soixante-treize députés européens britanniques s'est fait avec éclat. En effet, leur chef de file – à l'origine du référendum sur le *Brexit* et considéré comme un trublion dans l'hémicycle strasbourgeois – aura profité de sa dernière prise de parole pour espérer « que le *Brexit* transformera complètement le projet européen, que nous pourrons changer l'Union européenne […] Et vous savez quoi ? J'aimerais que le Royaume-Uni y participe pleinement ». Et avec ironie : c'est en agitant le drapeau britannique qu'ils ont quitté le Parlement européen.

Ce départ provoque aussi un rééquilibrage des partis représentés au Parlement. Et c'est notamment le groupe parlementaire de droite conservatrice, le Parti populaire européen (PPE) qui gagne cinq sièges, mais le groupe indépendantiste et nationaliste devient dans le même temps la quatrième force politique à Strasbourg.

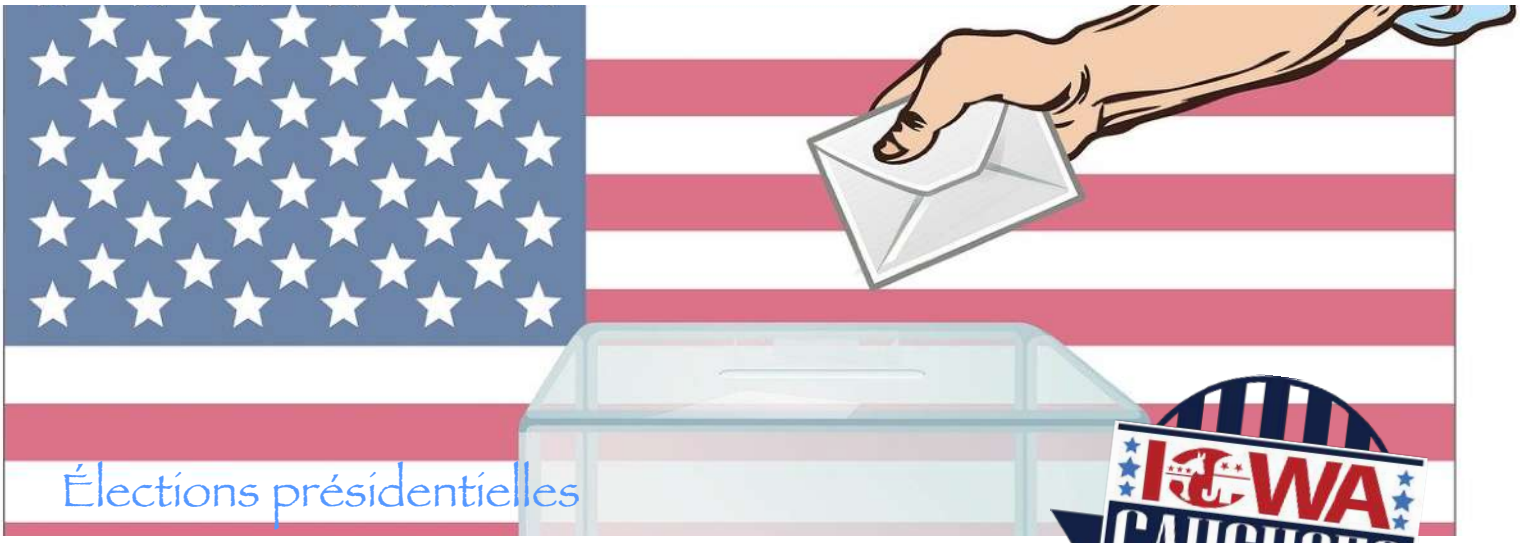
*Nigel Farage, fier de ses chaussettes britanniques*

Cependant ce départ britannique n'est que l'ultime illustration d'une relation qui aura été, quarante-sept années durant, plutôt tumultueuse. En 1946 à Zürich, Winston Churchill, alors Premier ministre, défendait avec ferveur la création des États-Unis d'Europe mais sans rattachement de la Grande-Bretagne à l'Europe naissante ! Il aura fallu attendre 1975 pour que la Grande-Bretagne devienne membre de la Communauté économique européenne (CEE), après les réticences du général de Gaulle. Le Premier ministre de l'époque déclarera alors que « le peuple britannique a pris, en termes clairs et sans équivoque, sa décision historique de maintenir la Grande-Bretagne dans la Communauté européenne ».

Après un éloignement marqué dans les années 1980 avec Margareth Thatcher, c'est John Major qui resserrera les liens avec le tunnel sous la Manche et en faisant entrer son pays dans le traité économique européen de Maastricht. Pour autant les Britanniques refuseront toujours la monnaie unique et conserveront la livre sterling. Mais après une volonté de permettre l'ouverture de l'Europe aux pays de l'Est dans les années 2000, les dissensions renaissent et l'euro-scepticisme grandit, alimenté par l'échec de création d'une constitution européenne. Jusqu'à cette année 2016 et le lancement du référendum entraînant la démission de Theresa May.

La suite, vous la connaissez… Mais sachons rester optimistes : ce n'est sans doute pas la fin de nos relations avec nos voisins britanniques !

Julien Magne



Élections présidentielles

# Qui affrontera Donald Trump ?

Le processus des primaires a débuté afin de désigner celui ou celle qui affrontera Donald Trump à l'automne prochain.

## Les primaires

Aux États-Unis, les candidats à l'élection présidentielle sont désignés dans le cadre de primaires. Dans ce cadre, le candidat est choisi par les sympathisants du parti et non par ses cadres dirigeants. L'idée est d'avoir un processus plus démocratique. Ainsi, chacun des cinquante États américains organise une élection pour départager les différents candidats. En fonction du pourcentage de voix obtenues, chaque candidat obtient des délégués. Ces derniers se retrouveront ensuite du 13 au 16 juillet afin de désigner le champion du parti démocrate qui affrontera Donald Trump. Ce dernier devra également être désigné dans le cadre d'une primaire mais il est peu probable qu'il perde.

## Les deux grands partis

La vie politique américaine est marquée par la compétition entre deux grands partis : les démocrates et les républicains. C'est ce que l'on appelle un système bipartite. Le parti démocrate a été fondé en 1828 ; son symbole est l'âne. Il compte 44 millions d'adhérents, ce qui en fait un des plus gros partis politiques au monde. Il correspond à ce que nous considérons en Europe comme un parti de gauche, mais avec de grandes différences en interne. C'est la raison principale des primaires que de départager le candidat qui représente au mieux les idées des membres du parti. À l'opposé, le parti républicain correspond à un parti de droite. Fondé en 1854 et ayant pour symbole l'éléphant, c'est le parti qui a le plus exercé le pouvoir aux États-Unis, comme actuellement avec Donald Trump.

## Objectif novembre 2020

La campagne a réellement été lancée le lundi 3 février avec la première primaire démocrate dans l'État de l'Iowa. Le vrai premier test sera le 3 mars, appelé *Super Tuesday*, car il y aura quatorze primaires simultanées qui désigneront un tiers des délégués. La dernière primaire aura lieu le 16 juin à Washington. Les sujets principaux qui sont débattus chez les démocrates sont le salaire minimum, l'assurance santé, l'université publique ou la place des banques. La route est donc encore longue jusqu'au mardi 3 novembre, date de l'élection présidentielle.

Même si l'Iowa est un petit État, il a le privilège de lancer la campagne des démocrates. L'organisation de l'élection a été un véritable fiasco, en raison de l'incapacité à fournir des résultats. De bon augure pour un Donald Trump, revigoré par son acquittement.

### Donald Trump acquitté

Sans surprise, le président Donald Trump a été acquitté par le Sénat des charges qui pesaient contre lui (voir Actuailes n° 110).

# Question israëlo-palestinienne
# Match gagné par KO ?

Nous avions évoqué le plan mis au point depuis des mois par une équipe menée par le gendre de Donald Trump[1]. Ce dernier en a finalement fait la présentation le 28 janvier, détaillant sa vision des solutions à apporter en vue d'une « paix israélo-palestinienne ».

## Une annonce franche et sans complexe

Donald Trump, soutenu par le Premier ministre israélien, appelle à l'annexion de la vallée du Jourdain et des colonies et affirme Jérusalem comme capitale « indivisible » de l'État hébreu. Ainsi il montre son accord avec les tendances israéliennes les plus dures. De quoi engendrer l'effroi de l'Autorité palestinienne, dès lors soumise à forte pression. Devant une telle annonce de la part de la première puissance mondiale, les Palestiniens doivent-ils abandonner tout espoir ?

## Les Palestiniens abandonnés…

Ouvrant la voie à l'annexion des territoires palestiniens occupés, cette « solution » contrevient ouvertement aux résolutions de l'ONU et aux efforts internationaux pour aboutir à une solution négociée à deux États : Israël et Palestine. De quel droit ? Bonne question ! Probablement celui du plus fort. Ni l'ONU, ni l'Union européenne n'ont pourtant véritablement réagi. La France a décidé de ne pas prendre position. Même réaction mesurée de la part de différents acteurs arabes, tenus par de nombreuses contraintes.

## … ou pouvant espérer ?

Si l'homme de la rue doute, les dirigeants palestiniens gardent confiance. Déterminés, ils attendent les rendez-vous internationaux des prochaines semaines, que ce soit la réunion de la Ligue des États arabes (LEA) ou encore celle du Conseil de sécurité des Nations unies. Les populations arabes ont toujours été solidaires du peuple palestinien et de nombreux États ont moins peur des réactions américaines que de celles de leur peuple. Ces pays refuseront très vraisemblablement ce nouveau plan jugé scandaleusement partial et méprisant.

## Qu'en pense le Vatican ?

Au moment de l'annonce américaine de reconnaître Jérusalem comme capitale de l'État d'Israël en 2017, le pape François avait lancé un vibrant appel au respect du droit et à la prudence pour préserver la paix. Pas de déclaration papale officielle à la récente présentation américaine mais une réaction tout de même par le biais de la parution d'un ouvrage collectif sur la Méditerranée.

Le secrétaire d'État du Saint-Siège (sorte de ministre des Affaires étrangères) y évoque les grands enjeux de l'espace méditerranéen et les crises actuelles. S'agissant de la question israélo-palestinienne, il réaffirme la nécessité de la recherche d'une solution négociée à « deux États pour deux peuples ».

Ainsi, ce « plan de paix », vu par certains comme étant « à sens unique » et considéré par d'autres comme « pragmatique et plein d'idées neuves » trouvera-t-il un écho positif ? Il a déjà entraîné de nombreuses violences et réactions d'hostilité… ◎

1. *Cf. Actuailes* n° 102.

## Sommet de Pau

# Retour de la « Françafrique » ou baroud d'honneur au Sahel ?

Après le décès de treize militaires français au Sahel en novembre dernier (voir *Actuailes* n°107), le président Macron « convoquait » les présidents du G5 Sahel à un sommet à Pau le 13 janvier dernier afin de clarifier la position de leurs pays et de dynamiser la lutte contre le terrorisme dans cette région. Qu'en est-il ressorti ?

*Les pays du G5 Sahel*

Le président Macron espérait une déclaration forte des cinq présidents de la région pour faire taire les critiques targuant la France de néocolonialisme (au travers de l'opération *Barkhane*). Cela a été le cas : les dirigeants du G5 Sahel, affaiblis et encore sous le choc des deux attaques les plus meurtrières de ces trois dernières années[1], ont réaffirmé leur souhait de « poursuivre l'engagement militaire de la France et le renforcement de la présence internationale ».

Une « coalition pour le Sahel » verra donc le jour durant les mois à venir. La France s'est de plus engagée à renforcer son dispositif de deux cent vingt soldats (puis finalement six cents, total porté à cinq mille cent hommes), à augmenter la qualité de la formation des armées du G5 Sahel à bout de souffle et à mettre en place rapidement un commandement mixte *Barkhane*-G5 Sahel.

Si la France reste le moteur des acteurs internationaux dans la région, un appel a été lancé en direction de tous les pays et partenaires volontaires. Mais les contributions tardent néanmoins à se concrétiser, les États-Unis – historiquement peu présents en Afrique et plus focalisés sur le Moyen-Orient – évoquant même un possible retrait de leurs moyens de cette coalition.

Au-delà du volet militaire, des engagements en matière de développement et de retour de l'administration ont été pris. Des succès militaires ne sauraient en effet suffire sans un retour durable de l'État dans ces régions. Un nouveau sommet à Nouakchott en juin 2020 aura pour objectif de faire un bilan, six mois après celui de Pau.

1. L'armée nigérienne a déploré soixante et onze morts sur le camp d'Inates, puis quatre-vingt-neuf à Chinagodrar lors d'une attaque terroriste complexe.

# Les batteries

Elles sont partout : des voitures aux téléphones, des montres aux vélos, des avions aux bateaux, des satellites aux sous-marins… Plus personne ne peut se passer des batteries, devenues indispensables pour fournir l'énergie nécessaire à nos vies connectées et rapides. Et si elles ne remplacent pas encore les moteurs à essence dans toutes les voitures, elles prennent peu à peu leur place. Une bonne occasion pour décrypter comment fonctionnent ces sources d'énergie !

Tout d'abord, un point de vocabulaire important : une pile n'est pas rechargeable, alors qu'un accumulateur est, lui, conçu pour être rechargé et déchargé. Quand plusieurs accumulateurs sont reliés entre eux, on parle de batterie d'accumulateurs ou – pour faire court – de batterie.

La première pile a été assemblée en 1800 par Alessandro Volta, mais il faudra attendre le milieu du XXe siècle pour que les piles commencent à envahir nos vies. Piles comme accumulateurs fonctionnent sur le même principe : celui d'utiliser une réaction chimique, appelée oxydo-réduction, entre deux matériaux différents, pour mettre des électrons en mouvement et qui sortent de l'accumulateur. Ces électrons, qui sont de minuscules charges électriques, forment le courant électrique et on dit que la pile se décharge. Dans un accumulateur, cette réaction peut être inversée et on dit qu'on le recharge.

Une pile a deux caractéristiques principales : sa capacité et sa tension. La quantité et le type de matériaux utilisés dans la construction de la pile définissent la quantité d'électrons qu'elle peut fournir, donc la capacité de la pile. Si on compare une pile à un boxeur, la capacité sera le nombre de coups de poing qu'il peut donner avant d'être épuisé. La tension, elle, sera sa taille, qui lui permet de toucher une cible en hauteur. De la même manière, si la pile a une tension trop faible, elle ne pourra pas faire fonctionner certains appareils ; et réciproquement si sa tension est trop importante elle risque de les endommager.

On comprend donc l'importance de bien choisir les matériaux qui composent piles ou accumulateurs. C'est ce qui rend le lithium quasi incontournable dans la plupart des accumulateurs que nous utilisons aujourd'hui. C'est un matériau léger, capable de fournir une grande quantité d'électrons ainsi qu'une tension importante !

En reliant entre eux plusieurs accumulateurs, les batteries permettent d'additionner leurs caractéristiques : soit les tensions pour permettre d'alimenter des appareils plus puissants, soit les capacités pour les alimenter pendant plus longtemps… Et bien souvent les deux à la fois ! Une histoire que nous vous raconterons dans un prochain article d'*Actuailes*.

# Quand le cœur chavire

## Réflexions sur les amours adolescentes

### Nouveautés

À l'âge des lecteurs et lectrices d'*Actuailes* commence à naître le sentiment amoureux. Un regard, une caresse ont en moi un effet physique et psychologique bien différent de celui que me causaient les câlins affectueux de mes parents lorsque j'étais enfant. J'ai grandi, j'ai changé, je n'ai plus un corps d'enfant. Adolescent, je découvre chez les demoiselles un charme que j'ignorais : il y a en elles un mystère que je veux protéger tout en le possédant. Adolescente, j'ai le sentiment délicieux que ma présence exerce sur les hommes l'effet d'un aimant sur une aiguille : j'apprécie tout en redoutant ce regard et cet intérêt sur ma personne.

### Flirt

Passée cette étape du sentiment et du regard, on cherche la présence, l'échange, le contact physique. C'est le « flirt ». Un joli mot, qui vient des Anglais, mais qui nous l'avaient emprunté auparavant : le sens originel est « conter fleurette ». On imagine la scène champêtre : un jeune homme raconte des histoires à une jeune fille, pour la captiver, la séduire et faire chavirer son cœur. On dit parfois : untel *sort avec* unetelle. « Sortir avec » : mais pour aller où ?

### Quelques idées à méditer

Tout ce tableau est ravissant. C'est précisément pour ne pas le gâcher que je te livre quelques idées et conseils sur les amours adolescentes.

**1.** Si tu observes les choses avec honnêteté, tu remarques que, dans ces amourettes de collège, le regard des autres joue pour beaucoup. Il y a une pression extérieure qui pousse à avoir des expériences. Pas seulement dans la classe, mais aussi dans les séries qui pullulent sur Internet ou dans la musique qui tourne en boucle sur les *playlists*. Le mot d'ordre est : tout le monde le fait, tu dois le faire aussi ! Où est la liberté personnelle là-dedans ?

**2.** L'expérience montre qu'il y a souvent beaucoup de « casse » dans ces amours vécues avant l'heure. Les cœurs trinquent, mais parfois aussi les corps, ne serait-ce que par la dictature de la mode qui pousse à chercher à plaire.

**3.** Petit rappel de catéchisme enfin : nous sommes tous touchés par le péché originel. Ce qui signifie que nous déraillons facilement de l'ordre juste entre notre raison et nos passions. Nos passions – éveillées par un parfum, une silhouette, un regard, une caresse – nous embarquent bien au-delà de ce que notre intelligence nous fait comprendre.

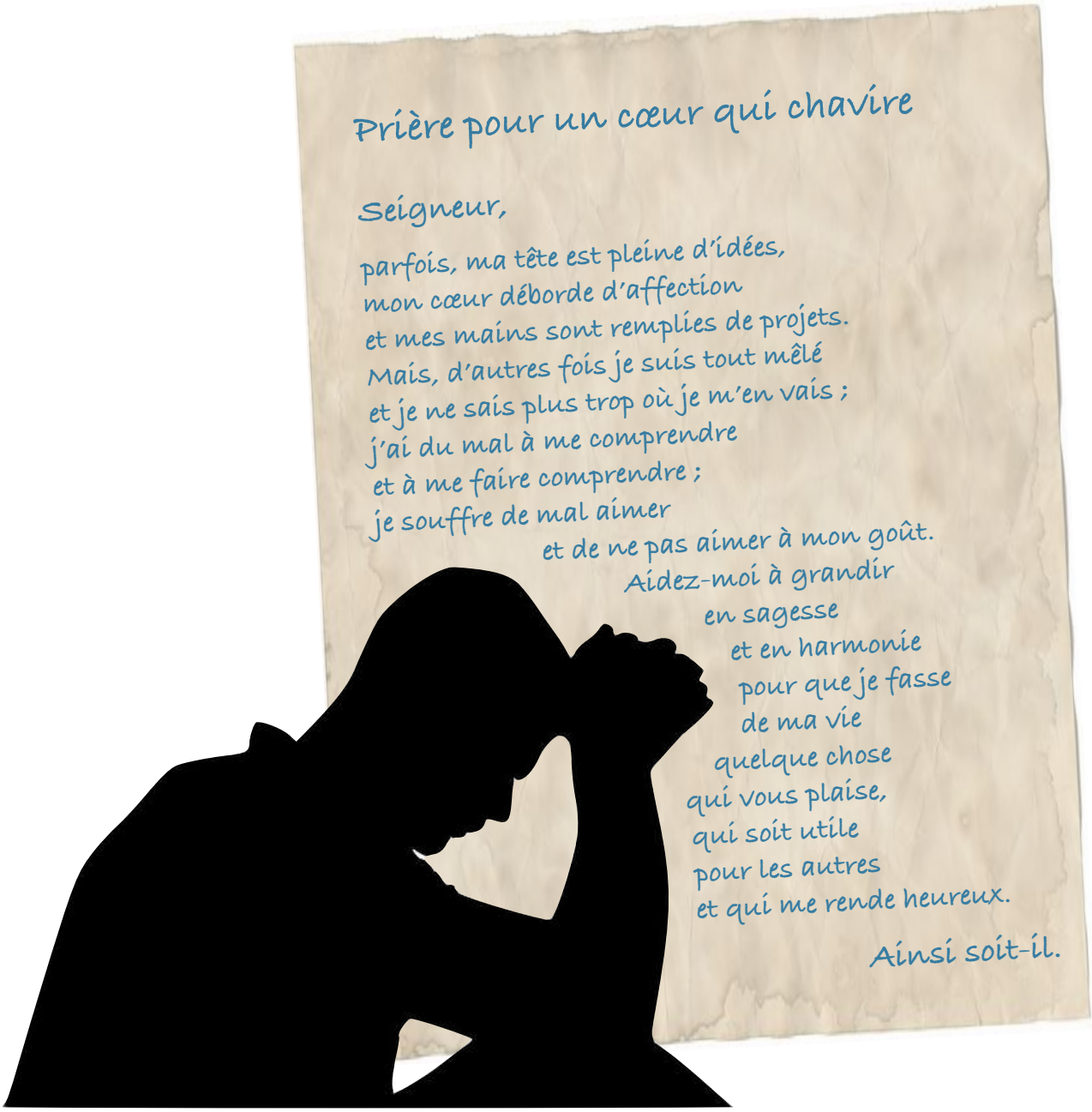
## Conseils pratiques pour grandir sereinement

**1. Garder la distance :** distance physique bien sûr, mais aussi distance psychologique. Ce sentiment que j'éprouve pour la première fois, je dois apprendre à le connaître avant de me fier à lui. Sinon, c'est comme si je faisais confiance à un inconnu.

**2. Prendre patience :** l'amour, comme toutes les choses humaines importantes, demande du temps pour se dévoiler, s'éprouver, s'affermir. Comme les bons vins, l'amour suppose une longue alchimie intérieure avant de révéler toute sa force. Si on le boit trop jeune, il déçoit.

**3. Agir avec cohérence :** mes actions doivent toujours être conformes à mes pensées. Comme je sais que le vrai amour humain tend à la communion des cœurs et des corps (ça s'appelle le mariage et ça dure toute la vie), je dois refuser tout ce qui n'est pas conforme à cette perspective.

Tu expérimentes ces mouvements intérieurs qui font chavirer ton cœur ? Bienvenue dans le monde des adultes ! Comme un marin qui navigue sur une mer agitée, tu dois gouverner ton cœur et ne pas le laisser emporter par vents et courants. Le marin garde le cap grâce à la boussole. Tu gardes le cap (pureté du cœur et du corps) grâce à cette boussole : le seul, la seule, à qui je donnerai mon corps sera celui ou celle à qui je lierai ma vie. ◎



Gaëlle Iordanow

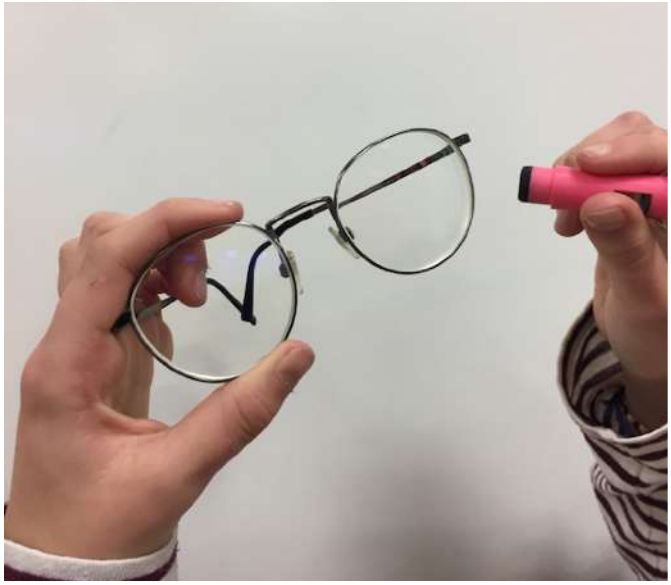
# Des collégiens entrepreneurs

Des collégiens de Rueil-Malmaison ont conçu un objet avec une imprimante 3D dans le cadre d'une mini-entreprise. Éléonore, responsable des relations avec la presse, nous présente cet ambitieux projet.

## Pouvez-vous nous parler de votre invention ?

Nous sommes une classe de vingt-deux élèves de 3e du collège Saint-Charles-Notre-Dame de Rueil-Malmaison (92) qui vient d'inventer un objet innovant et créatif en forme de stylet. Baptisé *PenScreen*, ce produit de la taille d'un stick à lèvres permet de nettoyer les verres de lunettes et les écrans de téléphones grâce à une mousse en microfibre et sert en outre de support de téléphone portable.

*PenScreen* possède un bouchon afin que la mousse nettoyante reste toujours propre. De plus, il est peu encombrant en raison de sa



taille réduite et ne risque pas d'être égaré grâce à l'anneau qui lui permet d'être attaché à un trousseau de clefs. Notre slogan est : « Si tu veux du *clean*, y a *PenScreen* ! »

## Comment l'avez-vous créé ?

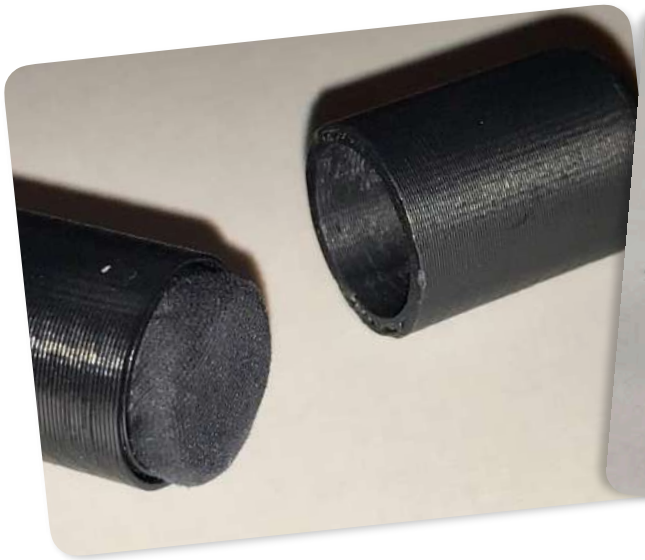
Conçu grâce au logiciel *Solidworks* et fabriqué à l'aide d'une imprimante 3D et en filaments recyclés à partir de pots de yogourts, le produit est écoresponsable. Il sera proposé en plusieurs couleurs, au tarif de quatre euros et disponible prochainement sur différents salons et *via* les réseaux sociaux. La plus grande partie des bénéfices sera reversée à l'association *Parlez-moi d'autisme*.

## Pourquoi avoir créé ce produit ?

Ce produit s'inscrit dans le cadre du projet Entreprendre pour apprendre (EPA) qui consiste en la création d'une mini-entreprise par des élèves de collège ou de lycée, afin de découvrir le monde de l'entreprenariat.

La mini-entreprise *PenScreen* est parrainée par des entreprises et des organisations telles que *BNP Paribas* Cardif et le département des Hauts-de-Seine. Pour vous procurer *PenScreen* et soutenir le projet de ces collégiens, contactez-les sur les réseaux et par *mail*.

pen.screen
Pen Screen
penscreen@scnd-rueil.fr
pen_screen



## Comment s'est déroulée la création de votre mini-entreprise ?

Nous avons fait un voyage d'intégration en septembre pendant une semaine près de Chamonix avec une randonnée de deux jours dont une nuit en refuge, une *via ferrata*[1] et une montée sur glacier. Cela a permis de créer des liens et un solide esprit d'équipe.

Ensuite, nous avons passé un entretien d'embauche avec des personnes de *BNP Paribas Cardif* qui nous ont nommés dans nos postes (service communication externe, interne, un PDG, une DG, des commerciaux, des services technique, marketing et finance). J'ai donc été embauchée au sein du service communication presse.

Un contrat de travail non rémunéré a été établi, dans lequel nous nous engageons à travailler pour l'entreprise tous les jeudis après-midi et à la demande des PDG ou des professeurs encadrants.

Nous avons fait la semaine dernière, la première assemblée générale (AG). Cela n'a pas été facile pour nous, mais l'expérience des années précédentes nous a remonté le moral. En effet, les professeurs nous ont assuré, avec le recul de cinq années d'existence de ce projet, que les anciens élèves étaient comme nous, timides, peu à l'aise à cette première AG, mais qu'à la suivante ils avaient pris confiance en eux. ◎

1. *Via ferrata* : itinéraire aménagé sur une paroi rocheuse.

**Nous attendons donc avec impatience le mois de juin afin qu'Éléonore partage avec nous son bilan sur cette année dans une mini-entreprise. Bravo à cette classe pour ce beau projet !**

Sophie Roubertie

© RMN-Grand Palais (musée d'Archéologie nationale)/Jean-Gilles Berizzi

## Carte d'identité de l'œuvre

Date : environ 25 000 avant Jésus-Christ

Taille (H x L x P) : 3,6 x 1,9 x 2,2 cm

Technique : sculpture sur ivoire de mammouth

Lieu d'exposition : Musée d'Archéologie nationale – Saint-Germain-en-Laye

# La dame de Brassempouy

La finesse de cette statue est impressionnante. Imaginez : cette petite tête fait à peine quatre centimètres !

Sa forme est ovoïde[1], sur un cou très allongé, ce qui donne beaucoup de grâce à cette jeune femme. La forme des yeux est en amande, mais on n'en aperçoit quasiment que la pupille, les sourcils apparaissent bien marqués. La bouche n'est pas représentée, ce qui est mystérieux, car le sculpteur maîtrisait suffisamment son art pour ne pas l'oublier, s'il le souhaitait. En revanche, le nez est bien présent. Sur la tête, un quadrillage régulier est peut-être la capuche que les découvreurs ont cru distinguer, à moins qu'il ne s'agisse d'une coiffure tressée ou d'une résille qui viendrait couvrir les cheveux.

Le matériau utilisé est de l'ivoire de mammouth, provenant des défenses de l'animal. Il s'agissait à l'époque d'un matériau noble, car issu de la chasse, et donc plus difficile à obtenir que la pierre ou le bois.

1. Ovoïde : en forme d'œuf.

Sophie Roubertie

En cent onze numéros[2], la rubrique « Apprendre à voir » d'*Actuailes* ne s'est jamais aventurée jusqu'aux temps reculés de la Préhistoire. C'est maintenant chose faite, avec cette charmante figure féminine, connue sous le nom de Dame ou Vénus de Brassempouy, aussi appelée la Dame à la capuche. Elle a été retrouvée à l'entrée d'une grotte, à Brassempouy dans les Landes. Il s'agit d'une des plus anciennes représentations humaines que l'on ait conservées.

Pourquoi ce visage a-t-il été sculpté ? Les chercheurs s'interrogent encore. À cette période, l'écriture n'existait pas, il est donc plus complexe de trouver des explications. Peut-être avait-elle une fonction symbolique ou religieuse, mais aucune certitude n'existe. ◎

2. Si vous recherchez une œuvre d'art pour un exposé ou un dossier d'histoire des arts, pensez à aller sur le site www.actuailes.fr : tous les articles, parus depuis l'origine, y sont disponibles.

## Un trésor caché sort de l'ombre

La ville de Moissac (Tarn-et-Garonne) a découvert que le portrait de Louis XV, qui trônait dans la salle du conseil municipal, n'était pas la vulgaire copie que l'on croyait. Il est arrivé à Moissac en 1824 à la demande d'un député, qui souhaitait que la ville dispose d'un portrait de Louis XVIII. Comme il n'y avait pas de tableau de ce roi disponible, le directeur du Louvre décida d'envoyer à sa place ce portrait du roi Louis XV.

Comment sa juste valeur a-t-elle été enfin reconnue ? De manière assez étonnante : en novembre 2019, le tableau est décroché lors du déménagement de la salle du conseil. Deux détails vont alors être remarqués par une employée de la mairie : des marques au feu signées « Musée royal » sur le cadre du tableau, et surtout une inscription « peint en 1766 par Frédou aux frais de la musique de la chapelle du roi ». Or, Jean-Martial Frédou était peintre de l'atelier de répliques de Versailles. L'original de Louis-Michel van Loo a été perdu et il n'existe que deux répliques connues de ce portrait, à Versailles et à Beaune (Côte d'Or).

### Le savais-tu ?

À la différence d'une copie, réalisée par des anonymes, la réplique d'une œuvre est réalisée par l'artiste ou sous sa direction. Une réplique a donc bien davantage de valeur qu'une copie.

***Actuailes* : www.actuailes.fr**
**Directrice de la rédaction :** Gaëlle Iordanow – **Contact :** contact@actuailes.fr
**Communication et partenariat :** Pierre-Henri Aubry communication@actuailes.fr – **Réalisation :** Camille Cassan
**Secrétariat de rédaction :** Alix de Marcillac – **Site internet :** website-modern.fr – dons@actuailes.fr

# Le baptême du prince Mirat

Ma chère Marie,

Hier, nous avons fêté, comme tu le sais, Notre-Dame de Lourdes. Tu m'as écrit dernièrement que tu es allée avec ta famille en pèlerinage dans ce merveilleux sanctuaire marial qui a vu tant de guérisons et de conversions se produire. Mais sais-tu que ce lieu n'est pas dédié à la Vierge seulement depuis le XIXe siècle ? Cela fait environ mille deux cent cinquante ans que Notre-Dame règne sur ce site !

Un texte du Moyen Âge d'un chroniqueur anglais, le moine Marfin, relate des événements qui se sont déroulés dans cette cité au temps de Charlemagne. Celui-ci combattait avec succès les Maures (musulmans) dans le sud de la France quand il se heurta, en 778, à la résistance du prince sarrasin Mirat dans la forteresse de Mirambel (actuel château de Lourdes). Mirat avait juré qu'il ne se rendrait à aucun mortel. Le siège durait depuis quelques mois et la famine commençait à faire des ravages au sein des troupes et de la population sarrasines. Mirat se voyait acculé à la reddition lorsqu'un aigle survola la citadelle et laissa tomber un énorme poisson qu'il venait de pêcher. Le sultan y vit un signe du ciel et envoya le poisson à Charlemagne afin de lui montrer qu'il n'était pas à court de vivres. Cette ruse fit douter le grand roi qui, de guerre lasse, décida de lever le siège.

C'est alors qu'intervint Turpin, évêque du Puy-en-Velay et conseiller de Charlemagne. Guidé par une inspiration divine, il obtint l'autorisation d'aller parlementer et se rendit dans la citadelle assiégée. Ce qu'il vit, une population affamée et découragée, le conforta dans sa décision. Il proposa à Mirat de se rendre, non à Charlemagne, mais à la Reine des cieux. Le chef maure accepta, déposa ses armes aux pieds de la Vierge noire du Puy et se fit baptiser. Lors de la reddition, on écrivit que Mirat « ne connaît aucun mortel au-dessus de lui et préfère la mort à la honte de la capitulation ; qu'il rend les armes au serviteur de Notre-Dame et est prêt à recevoir le baptême, à condition que son comté ne relève jamais, soit pour lui soit pour ses descendants, que d'elle seule. »

Au cours de son baptême, Mirat prit le nom de Lorus (qui signifie « rose » en arabe) qui, étendu à la ville, devint Lourdes. Ce sont ces événements qui apparaissent sur le blason de la ville que tu as peut-être pu apercevoir lors de ton pèlerinage.

Que Notre-Dame de Lourdes veille sur toi !

Je t'embrasse,

Claire

Valérie d'Aubigny

# L'Éblouissante Lumière des deux étoiles rouges

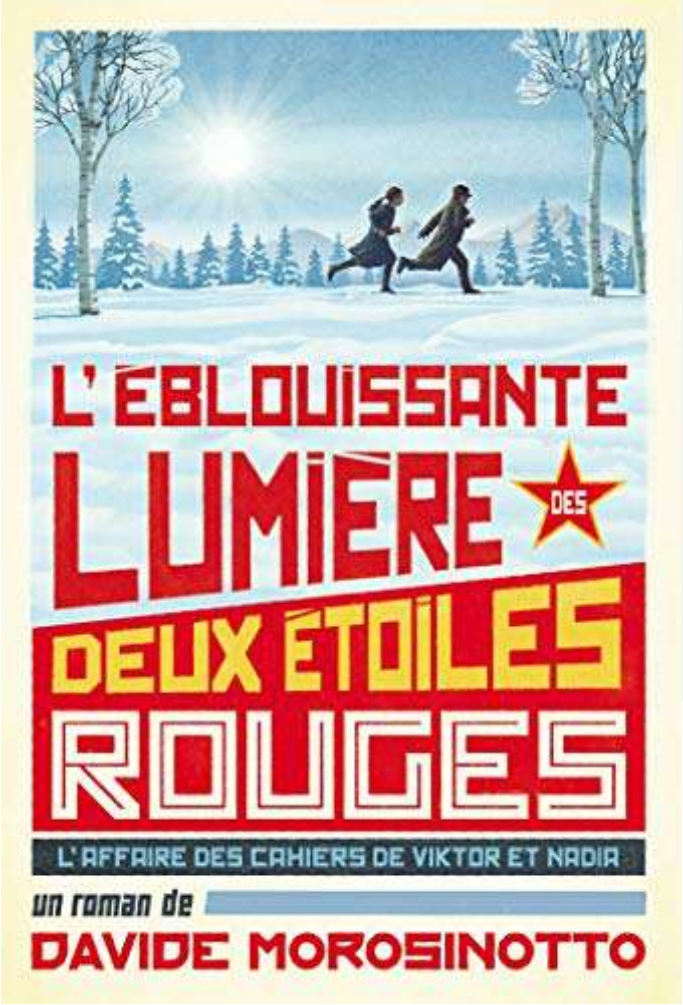
## L'affaire des carnets de Viktor et Nadia

Davide Morosinotto

Marc Lesage (traduit de l'italien)

En 1941, la Wehrmacht est aux portes de Leningrad en Union soviétique, sous le joug communiste. Dans l'urgence, les enfants sont évacués en train, en direction de l'Est. Ils sont éloignés de leur famille pour fuir la ville qui va tomber aux mains des Allemands. Les adieux sont poignants, quelques trésors glissés dans les doublures de manteaux, déjà les trains sifflent...

Viktor et Nadia, des jumeaux de treize ans, pensaient rester ensemble pendant toute cette noire période, mais il en ira tout autrement. Pour garder le lien, chacun consigne ses aventures de l'automne et de l'hiver 41 dans un carnet, en espérant l'offrir un jour à l'autre. Son instinct de jumeau donne à Viktor la certitude que Nadia est en vie, en dépit de nouvelles alarmantes.




Ce sont ces carnets que le lecteur découvre, sous la forme d'un document qui se lit comme un roman d'aventure. Le récit est annoté dans la marge par un certain colonel Smirnov qui doit juger si les jumeaux sont « coupables » ou « innocents ». Quel tampon va-t-il apposer à la dernière page ? Ils ont tellement souvent transgressé les règles du Parti... Mais ne se sont-ils pas également comportés comme des héros, bravant la mort et la peur, roulant à tombeau ouvert dans un camion volé sur un fleuve gelé, capturant un soldat allemand, le gardant prisonnier pendant des mois dans une citadelle âprement défendue ?

Ce gros pavé peut faire peur à des petits appétits de lecteur mais la forme découpée le rend très digeste grâce aux annotations du colonel dans la marge, aux illustrations, cartes et photographies d'époque insérées au cours du récit. À travers les aventures trépidantes des deux adolescents, le lecteur découvre cette page d'histoire parmi les plus dures de la Seconde Guerre mondiale. Le contexte soviétique est bien rendu : le communisme, les kolkhozes, les goulags, le marché noir... Mais ne cherchez pas de cohérence absolue dans leurs péripéties ni de vraisemblance à ces exploits accomplis par deux adolescents à peine sortis de l'enfance.

Laissez-vous plutôt conduire par leur audace, leur imagination, l'amour familial qui les porte, grâce à des amitiés aussi puissantes qu'improbables.

*Roman, École des Loisirs, avril 2019, 522 pages,18 euros, imprimé en France*

*Retrouvez ce livre et une large sélection pour la jeunesse sur le site* www.123loisirs.com.

Catherine Bertrand

# Autant en emporte le vent

Adapté du roman de Margaret Mitchell, *Gone With The Wind* est une épopée construite comme un opéra avec un prologue et un entracte musicaux. Axé sur un personnage principal complexe et attachant, ce film ne reçut pas moins de dix Oscars lors de sa sortie en 1939 !

Alors que la guerre entre l'Union et les Confédérés menace, la vie est frivole pour la jeune aristocrate terrienne Scarlett O'Hara (Vivian Leigh). Très courtisé, son cœur ne semble battre que pour Ashley alors que ce dernier lui préfère la douce Melania. L'intrigue amoureuse ainsi posée, il faut y ajouter la présence de Rhett (Clark Gable), ce nouveau riche au passé sulfureux mais si séduisant, et surtout, en toile de fond, la guerre qui éclate, qui prend les hommes, ravage les propriétés et amène la misère, la folie et la faim…

La complexité du récit est telle qu'un résumé ne peut lui rendre hommage. En plus de trois heures de film, Victor Fleming, le réalisateur, a pu développer la psychologie de tous les personnages et enchaîner de nombreux rebondissements, mais il a su aussi décrire la guerre de Sécession des vaincus… N'en déplaise aux censeurs d'aujourd'hui qui aimeraient jeter ce film aux oubliettes, tous les grands propriétaires sudistes n'étaient pas d'affreux et violents esclavagistes et les Yankees comptaient dans leurs rangs quelques arrivistes qui se souciaient plus d'avoir une main-d'œuvre à bas coût que d'abolir l'esclavage…

Succès commercial toujours inégalé quatre-vingts ans après sa sortie, « Mamzelle Scarlett » continue à émouvoir ses spectateurs… Beaucoup ont vu le film plusieurs fois sans se lasser et découvrant à chaque fois un nouvel aspect… C'est la définition même d'un « classique » à voir en famille !

# Les seniors du stade

Quel est le point commun entre le *tennisman* Roger Federer (38 ans) et la *tenniswoman* Serena Williams (38 ans) ? En dépit de leur âge, ce sont toujours des athlètes de haut niveau qui défient le temps ! Quel est leur secret pour rester au sommet malgré une concurrence soutenue ? Retour sur un phénomène appelé à se développer.

## Le vieillissement, c'est la vie

Le vieillissement est un phénomène inéluctable résultant de l'oxydation de nos cellules qui a deux conséquences principales : une perte musculaire et une perte d'aérobie. Vieillissement et sédentarité[1] diminuent masse, qualité et force musculaire : celles-ci baissent de plus de 30 % entre 30 et 60 ans ! L'aérobie (aptitude à consommer l'oxygène de l'air) décroît elle aussi progressivement.

## Adapter sa pratique

Comment infléchir ce processus ? En pratiquant régulièrement une activité physique de façon adaptée. En effet, pour durer, il faut faire attention à son alimentation, à la récupération après l'effort et adapter sa pratique et son activité à son âge et à ses capacités pour ne pas se blesser. L'exercice physique est une nécessité. Si un muscle ne travaille pas, il risque de s'atrophier, de diminuer de volume. Il faut donc bouger pour mieux vieillir !

## Une espérance de vie en progression constante

À la lumière des exemples cités, on peut se demander si les sportifs ne sont pas en train de repousser leurs limites physiologiques. Une étude menée par l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance (INSEP) part du constat suivant : en moyenne, tous sports confondus, c'est à vingt-cinq ans que les athlètes sont les plus performants, même si l'âge peut varier selon les disciplines.

Or, depuis quelques années, ce pic de performance a tendance à se prolonger : on observe un parallèle entre l'allongement de la durée des carrières sportives et l'augmentation de l'espérance de vie.

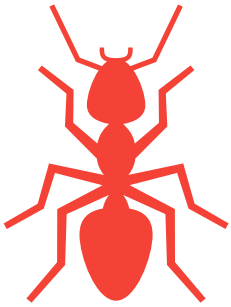
**C'est à 25 ans que les athlètes sont les plus performants.**

D'autres éléments doivent également être pris en compte. Plus on commence tôt, plus longue est la carrière. Le *tennisman* Rafael Nadal est à ce titre un bon exemple : vainqueur de son premier tournoi de Roland-Garros à dix-neuf ans, il en avait trente-trois lors de sa douzième victoire. Quelle santé !

Peut-être penses-tu qu'il est un peu tôt pour se préoccuper du vieillissement. Retiens seulement qu'une pratique sportive régulière et adaptée (associée à une bonne hygiène de vie !) t'aidera à rester en bonne santé et à bien vieillir ! ◎

Bon sport !

1. C'est le propre de ceux qui restent chez eux sans trop bouger. Cela vient du verbe latin *sedeo* : être assis… Ça explique tout !



Une fourmi donne rendez-vous dans un restaurant à un mille-pattes à 12h30.
La fourmi est en avance de vingt minutes et le mille-pattes arrive à 13h30.
La fourmi lui demande :
– Pourquoi es-tu en retard ?
– C'est à cause du panneau sur la porte d'entrée : « Essuyez-vous les pieds avant d'entrer. »

# Concours de blagues

Toutes les deux semaines, vous retrouvez à la fin de votre journal préféré la rubrique « Enfin un peu de culture ». Nous savons que, pour beaucoup d'entre vous, c'est la première page que vous lisez !

Aujourd'hui, nous vous proposons de contribuer à cette rubrique en nous envoyant vos blagues préférées.

Vous pouvez nous les faire parvenir à l'adresse suivante : concours@actuailes.fr avant le 3 mars.

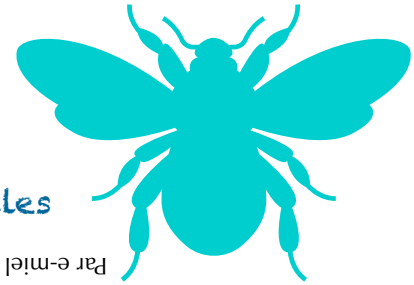
**Les meilleures seront publiées dans le journal !**

Mon premier est sur un bateau,
Mon second est la neuvième lettre de l'alphabet,
Mon troisième permet de voir,
Mon tout a écrit un évangile.

(Mat-i-yeux : Matthieu)

Pourquoi faut-il se méfier des sirènes au volant ?

Car elles font des queues de poisson.



Comment les abeilles communiquent-elles entre elles ?

Par e-miel

## Pourquoi dit-on « un train de sénateur » ?

Cette expression est employée pour décrire une personne qui se déplace lentement et de façon grave et majestueuse.
Le Sénat est une institution qui a été créée dès la République romaine. On considère généralement le sénateur comme un homme vieux et sage. Le Sénat est comme un conseil des anciens, un rassemblement de gens expérimentés aptes à orienter les lois de manière à préserver les institutions indispensables au bon fonctionnement de la société.
« Sénat » vient d'ailleurs du latin *senex*, mot qui signifie « vieux » et qui nous a aussi donné le mot « seigneur ».
Compte tenu de leur âge, les sénateurs se déplacent à une allure lente, empreinte de la gravité que leur confère leur sagesse. Le mot « allure » est un synonyme d'une des significations du mot « train ».
C'est Jean de La Fontaine qui a rendu populaire cette expression dans sa fable *Le Lièvre et la tortue*.