

Cher journal,

C'est bien connu, la mer, ça creuse ! Et après avoir eu l'estomac chamboulé par les vagues tumultueuses du Cap Horn, notre équipage retrouve peu à peu l'appétit...

Pour se rendre en Antarctique, les premiers explorateurs devaient d'abord avoir le goût de l'aventure... Mais comment se nourrit-on dans cette région si reculée ? Que manger ? Où trouver de l'eau ? C'est ce que nous allons découvrir dans le colis de cette semaine !

L'île d'Elle



Jean-Baptiste Charcot

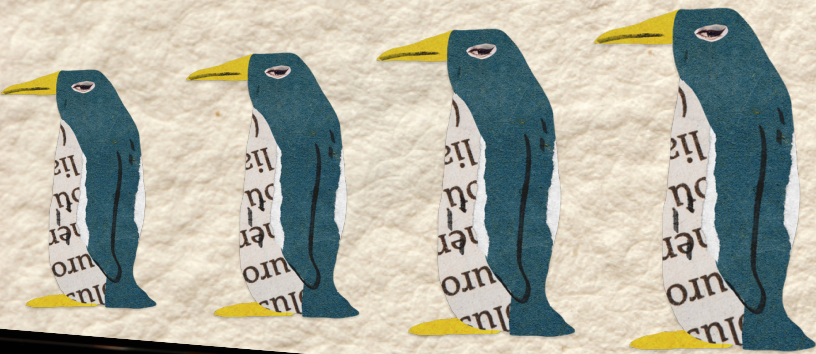
le goût de l'exploration



Jean-Baptiste Charcot est né à Neuilly-sur-Seine le 15 juillet 1867. C'est le fils du célèbre neurologue Jean-Martin Charcot.

Sur les conseils de son père, il devient lui aussi médecin. Pourtant à l'âge de 25 ans, sa vocation de marin l'emporte et il s'oriente vers l'exploration des pôles dans un objectif scientifique, afin de « faire œuvre utile ».

Il dirige les deux premières expéditions françaises en Antarctique, de 1903 à 1905 avec son navire **Le Français**, puis de 1908 à 1910 avec **Le Pourquoi Pas ?**. Il réalise deux hivernages (périodes hivernales où le navire est immobilisé par les glaces).



Jean-baptiste Charcot



Le Français



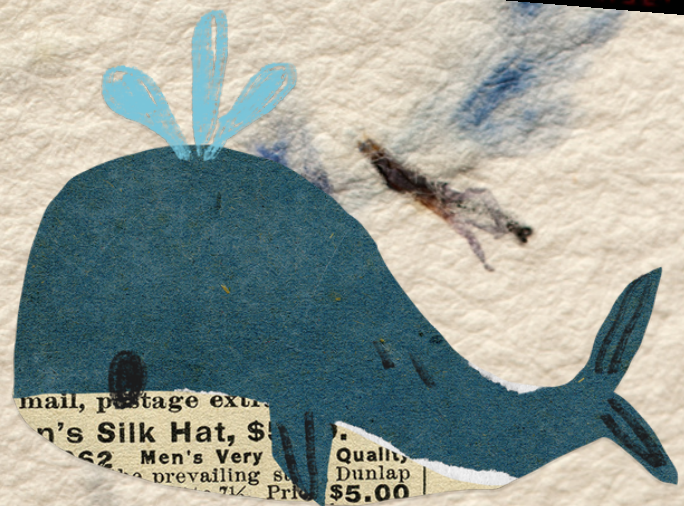
Toby le cochon, mascotte



D'où vient cette étrange attirance de ces régions polaires, si puissante, si tenace, qu'après en être revenu on oublie les fatigues (...), pour ne songer qu'à retourner vers elles ?



Jean-Baptiste Charcot



mail, postage extra
n's Silk Hat, \$
\$2 Men's Very Quality
the prevailing se Dunlap
714. Price \$5.00

Se nourrir en expédition

Les conditions des régions polaires sont extrêmes. Les températures peuvent atteindre -50°C et l'activité physique est souvent intense. Ces facteurs imposent aux explorateurs des régimes spéciaux !

Ils ont besoin de nourriture riche en acides gras pour permettre à leurs corps de fournir l'énergie nécessaire à leurs activités. Comme une voiture qui a besoin de pétrole pour fonctionner.

Lorsqu'on part en expédition, il faut également réussir à conserver sa nourriture (en conserve, déshydratée, dans du sel). Les fruits et légumes frais se conservent mal.

Certaines carences (manques) peuvent provoquer des maladies, comme le scorbut.

Repas en expédition



TYPES DE MENUS

(Du Dimanche 10 Avril au 17 Avril.)

Déjeuner du matin : Café, pain, beurre, lait ; le jeudi et le dimanche : chocolat, dimanche et jeudi, pain frais. A 4 heures : thé, pain, beurre, lait.

DÉJEUNER	DIMANCHE	DINER
Potage Sardines à l'huile Tête de veau nature Petits pois Fromage		Potage Veau Haricots verts Fruits
Potage Phoque Haricots rouges Dessert	LUNDI	Potage Bœuf Choux Pruneaux
Potage Jardinière Navarin Mendiants	MARDI	Potage Phoque Riz au gras Dessert
Potage Bœuf Haricots verts Gâteaux, Confiture	MERCREDI	Potage Pingouins Lentilles Mendiants
Potage Sardines Nouilles fines Fromage	JEUDI	Potage Navarin Haricots Confitures
Potage Pâté de foie Thon Choux-fleurs Mendiants	VENREDI	Potage Bœuf Flageolets Dessert
Potage Veau Haricots Dessert	SAMEDI	Potage Bœuf Pois cassés Pruneaux

A très peu de chose près, les menus ont été du même genre pendant tout l'hiver. Il faudrait pourtant y ajouter des variantes telles que tomates ou artichauts farcis, cormoran grillé ou rôti, tripes à la mode de Caen, boudins de phoque, choucroute garnie. Suivant les caisses ouvertes nous mangions des haricots, lentilles, pois cassés ou pommes de terre desséchés. Olives, pickles, etc., assez fréquemment.

A chaque fête ou anniversaire, menus spéciaux.

Menu de l'expédition de Jean-Baptiste Charcot à bord du Français
1903-1905

L'eau, c'est la vie !

2
/ 3

des réserves d'eau
douce de la Terre se
trouvent en Antarctique,
sous forme solide : les glaciers !

RECETTE D'UN GLACIER

Mettez le thermostat sous 0°C
Saupoudrez votre sol de neige tous les ans
Réitérez plusieurs milliers d'années
(la neige s'accumule, se tasse avec son poids
et se transforme en glace)
C'est bon, voici un glacier !

Les activités humaines accélèrent la fonte des glaciers en Antarctique. La disparition des glaciers a pour conséquence une augmentation du niveau de la mer. Si toute la glace du continent Antarctique fondait, le niveau de la mer s'élèverait de 58 mètres.

QUI MANGE QUI ?

Banquise

Albatros

Calmar

Phytoplancton

Poisson

Krill

Manchot

Orque

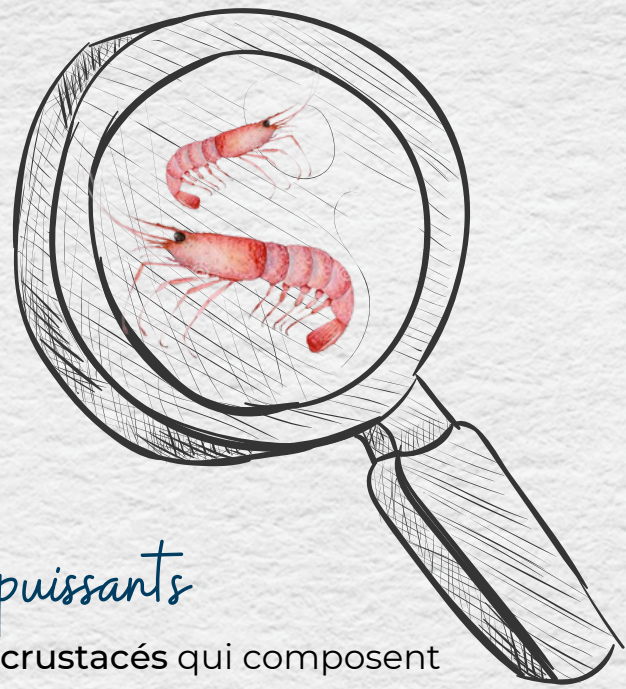
Baleine bleue

Sous la banquise se trouve tout un **écosystème** : une multitude d'êtres vivants de toutes tailles qui se nourrissent entre eux. Les petits organismes qui composent le **phytoplancton** transforment la lumière en matière organique (c'est la **photosynthèse**). Le phytoplancton est à la base de la chaîne alimentaire marine et nourrit le krill, qui lui même alimente manchots, poissons, calmars et baleines...

Une **chaîne trophique** caractérise la suite de relations alimentaires qui existent entre les êtres vivants : chaque être vivant mange celui qui le précède



ZOOM SUR LE KRILL



Petits individuellement, collectivement puissants

Bien que mesurant à peine plus de **6 cm**, les petits crustacés qui composent le Krill occupent une grande place dans la chaîne alimentaire. Ils sont la principale source de nourriture du plus gros mammifère, la **baleine bleue**.

L'ensemble du krill sur Terre pèse à peu près *le même poids que tous les humains !* Certains rassemblements de krills sont même *visibles depuis l'espace !*

DES SEMAINES SANS MANGER

Quand la nourriture est loin ou qu'elle se fait plus rare en hiver, certains animaux peuvent rester plusieurs semaines sans manger.

Les jeunes manchots attendent le retour de leurs parents qui parcourent des kilomètres sur la banquise pour trouver krills, poissons et calmars qu'ils stockeront dans leur bec. Ils les rapportent à la colonie et les **régurgitent** à leurs poussins après plusieurs semaines...

Après avoir pondu son oeuf, une femelle manchot empereur le laisse aux soins du mâle, qui veille à le tenir au chaud. Il passe 2 mois sans se nourrir en attendant le retour de sa compagne.



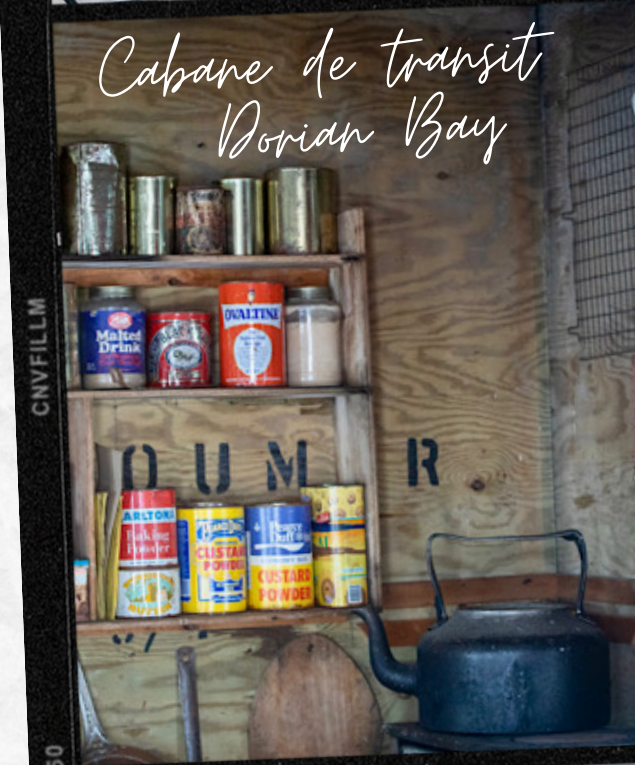
A cause du réchauffement climatique et des activités humaines comme la surpêche, les populations de krills diminuent. Moins de krills, ça veut dire :

Moins de nourriture pour les animaux qui en dépendent pour leur survie.

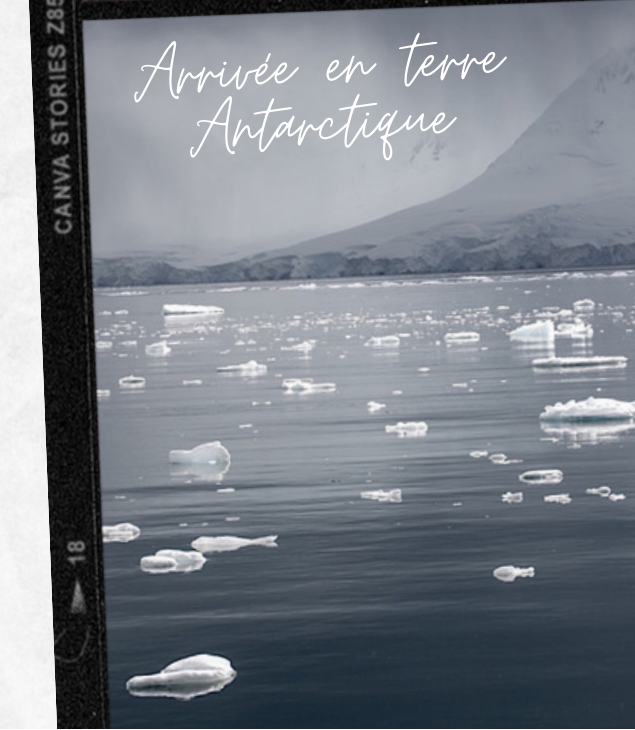
Moins de carbone séquestré dans les océans : le krill transporte du carbone vers les fonds océaniques et permet ainsi de piéger l'équivalent des émissions annuelles de CO₂ de 35 millions de voitures.



Cigot



Cabane de transit Dorian Bay



Arrivée en terre Antarctique

Une chose est maintenant certaine, après 20 jours de navigation, c'est que sur L'île d'Elle, on mange très, très bien! Notre capitaine a, en plus de tout le reste, une formation de cuisinier.

Bien manger, c'est très important pour une expédition telle que la nôtre et le moment des repas est essentiel.

Il y a le plaisir de manger ensemble mais aussi le fait que les repas ponctuent les journées. Comme il fait jour presque continuellement, il faut garder un rythme de vie. Les repas sont comme des repères dans ce continuum.

Comment prévoir les menus pour qu'ils soient à la fois variés et savoureux ? Sachant que les denrées telles que les fruits et les légumes frais ont une courte durée de conservation.

Pour l'approvisionnement, le capitaine a dû prévoir et anticiper les quantités pour avoir juste ce qu'il faut mais pas trop, car il y a peu de place pour tout ranger.

Le dimanche, nous avons du gigot d'agneau. Pour le conserver, il est suspendu à l'air et au vent sur le pont du bateau, à l'abri des oiseaux de proie, les labbes qui de temps à autre cherchent à nous en prendre un morceau.

Au dessert, du melon parce qu'il est encore frais. Le midi, avec le café, nous avons droit à deux morceaux de chocolat chacun.

Oui, tout est rationné et on ne grignote pas entre les repas ! Nous avons beaucoup de bananes parce qu'elles se conservent longtemps et qu'on peut les manger de différentes façons. On ne s'en lasse pas !

Gaël Liebskind



Je me pose quelques questions...

1. Sachant qu'une baleine bleue mange 2 tonnes de krills par jour, qu'une tonne représente 1 000 kilogrammes et qu'une journée dure 24 heures, calcule combien de kilos de krill la baleine bleue consomme par heure.
2. Parmi les maux suivants lesquels peuvent affectés les marins ?
mal de mer mal du pays mal aux pieds scorbut
3. Qu'utilisaient les explorateurs pour conserver leurs aliments ?
4. Quelles sont les principales causes de la disparition du krill ?
5. Choisis la bonne réponse. Le poids du krill sur Terre est équivalent à celui de l'ensemble des...
baleines humains manchots albatros
6. Quel étrange animal est au menu du Français le lundi au déjeuner et le mercredi au dîner ?
7. Quelle proportion d'eau douce est située en Antarctique ? De combien de mètres s'élèverait le niveau de la mer si toute la glace du continent Antarctique fondait ?
8. Selon toi quelle quantité, en équivalent CO₂, émet la production d'une tomate hors saison, par rapport à une tomate de saison ?

[Réponse ici](#)

Aller plus loin...



**LA DISPARITION DU KRILL EN
ANTARCTIQUE ET SES
CONSÉQUENCES - 1'19**



**NARVALS & BÉLUGAS
ZAPPING SAUVAGE - 3'57**



**JEAN-BAPTISTE CHARCOT
MUSÉE DE LA POSTE - 2'19**



**BALEINE BLEUE
ZAPPING SAUVAGE - 5'15**

QUESTIONS, PARTAGES OU PÉPITES, ENVOYEZ LES À...
contac@lefrancaistemoindespoles.fr