



« On n'échoue jamais, on apprend... »

Nelson Mandela

Comment faire face au stress du bac ?

Fin juin se déroulent les épreuves d'un examen aux enjeux considérables : le bac. Ce qui génère un stress légitime qu'il est parfois dur de gérer et qui peut constituer un obstacle à la réussite. Cependant, il existe des méthodes pour remédier à ce problème.

Relativiser ! Oui, le bac est très important. Pourtant vous ne jouez pas votre vie. Si vous échouez, vous pouvez toujours redoubler ou choisir une autre voie. Ce n'est pas idéal mais c'est déjà rassurant.

Positiver ! Essayez de vous imaginer réussissant brillamment toutes les épreuves. Cette visualisation vous permettra de décrocher une meilleure note.

Trouver la source du stress ! Elle varie selon les personnes. Certains sont nerveux à cause de la quantité de révisions qui les attend. D'autres sont angoissés par l'épreuve en elle-même, les oraux notamment... Si vous savez pourquoi vous êtes inquiet, vous pourrez trouver des remèdes efficaces.



S'organiser ! Il s'agit de ne pas se réveiller au dernier moment. Vous pouvez préparer un planning quotidien deux mois avant les épreuves. Plus vous réviserez, moins vous stresserez.

Se détendre ! N'oubliez pas de vous ménager des pauses. Des moments pour vous défouler et penser à autre chose (en faisant du sport ou en écoutant de la musique par exemple).

Bonne chance à tous !

J'espère que ces conseils vous aideront.

Olivia Bonon (1L)

Édito : Redonner la vie...

Réparer un vivant avec un cœur de dix-neuf ans... Maylis de Kerangal envoie, à travers un texte adapté au cinéma et au théâtre, un message d'urgence pour appeler au don d'organes.

Plus de 30% de refus. C'est évidemment trop ! Certes, le nombre de greffes augmente (+30% en dix ans) mais celui des demandes aussi. En 2015, le nombre de personnes en attente est de plus de 21 000...

De nouvelles règles

La loi sur le don d'organes et de tissus a récemment changé. Nous sommes à présent tous réputés consentants présumés au don d'organes. Mais, comment cela fonctionne-t-il ? Au décès d'une personne (mort cérébrale ou certains cas d'arrêts cardiaques), l'hôpital vérifie s'il y a ou non inscription sur le registre national des refus puis demande à l'entourage s'il y a eu une opposition écrite. Toutefois, le refus peut ne concerner que certains organes.

Qui sait de quoi l'avenir est fait ? Tout peut nous arriver. Nous sommes donc tous concernés : noirs, blancs, homos, hétéros, filles, garçons...

Ayoub Taouil-traverson (1S)

<https://www.france-adot.org>

Le biomimétisme, promesse d'avenir ?

Nous ne sommes pas les seuls à vivre sur cette immense planète. Alors pourquoi ne pas s'inspirer des 30 millions d'espèces connues dans notre écosystème pour créer de nouvelles techniques, performantes et respectueuses ? Janine Benyus, une naturaliste américaine, a ainsi conceptualisé le biomimétisme. Exercices pratiques avec une crevette...



Avec ses 16 cônes et sa force surnaturelle, la crevette-mante religieuse est un modèle pour l'invention de nouvelles techniques révolutionnaires. Longue de 3 à 18 cm, ce petit bout de crevette est redoutable par la complexité de son organisme. En effet, ses yeux vous proposent une structure complexe. Hé ! Regardez-moi ces couleurs ! Vous voyez du rouge, du bleu, du vert, du violet, du jaune et cetera. C'est-à-dire toutes les couleurs de l'arc en ciel. Mais elle, elle en voit beaucoup plus que ça : elle perçoit

le monde d'une toute autre façon. Des Américains se sont donc inspirés de cette structure extraordinaire pour inventer une caméra qui permettrait de visualiser très vite des cellules cancéreuses. De plus, ses yeux possèdent l'écran solaire le plus efficace ! Et naturel, contrairement à ceux de nos supermarchés, qui détruisent la biodiversité sous-marine.

En plus de tout cela, elle possède une espèce de petit marteau qui est capable de casser un aquarium blindé. En effet, il peut faire des étincelles sous l'eau à 22 000 kelvins (la température à la surface du Soleil) ! Cette technique a été reprise par l'armée russe pour faire des torpilles qui peuvent aller à plus de 150km/h.

Avantages et réaction

Si l'Homme ne regarde l'évolution que par un appât du gain toujours grandissant, il faut savoir que cette

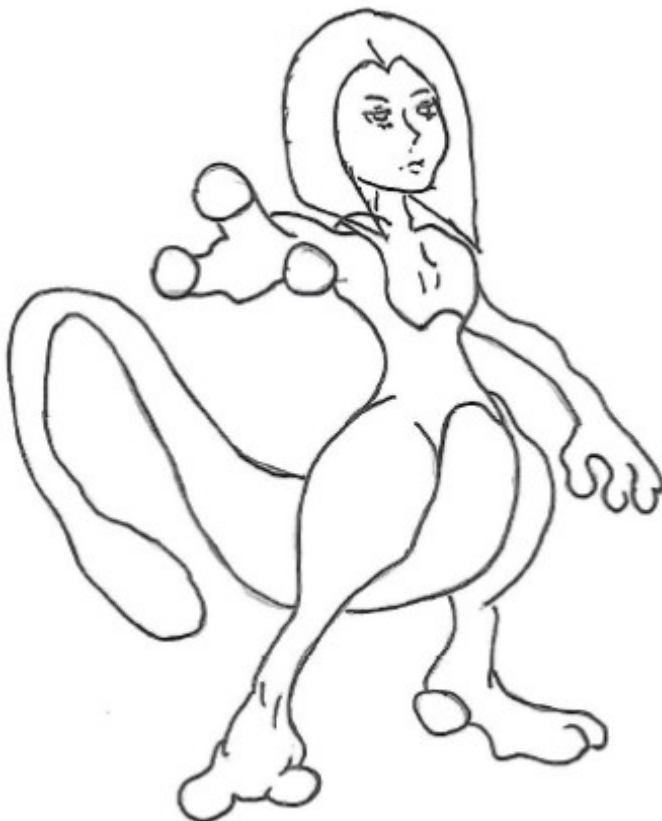
science permettrait de découvrir de grande quantité de techniques révolutionnaires (à ce jour, seules 14% des espèces sur Terre ont été découvertes, il nous reste du travail pour plusieurs années, rassurez-vous !). Et qui dit commerce, dit argent...

Motivation surnaturelle...

Mais ne jugeons pas cette avancée que d'un point de vue économique. En effet, cette science permettrait de trouver des solutions à des problèmes dans de nombreux domaines sans compromettre les besoins futurs.

Pourquoi les Etats ne collaborent-ils pas sur ce projet révolutionnaire ? Quand est-il de cette union économique, sociale et environnementale égale en tous points sans compromission d'une de ces catégories pour valoriser l'économie au bien de la société et de l'environnement ?

Anaïs MEHL (2GT)



Bernard

Le panda géant : un seigneur en voie de disparition

Depuis 1990, le panda est reconnu comme un animal en danger. Aujourd'hui sa situation s'améliore ! Après plusieurs décennies, le panda est presque sauvé. Mais, qu'est ce qui le différencie des autres animaux et pourquoi était-il en danger ?

Un animal unique

Vivant dans les forêts de bambous du sud et de l'ouest de la Chine, le panda géant, est un mammifère carnivore classé dans la famille des ursidés. Il mesure entre 1,50 à 1,80 m et pèse entre 80 à 125 kg. Le panda possède cinq doigts et un « pouce » sur les pattes avant. Cette particularité lui permet de grimper aux arbres et d'attraper les tiges des bambous. Il a un bon sens de l'orientation, et une excellente ouïe, mais sa vue est très faible. Plus de 99% de son alimentation est basée sur le bambou, 1% se composant de toutes sortes d'aliments autres (œufs, insectes...). Cependant, il digère mal les tiges de bambous, qui ne contiennent en fait aucune valeur nutritive. Le panda doit donc en consommer environ de 15 à 35 kg, en passant 14 heures par jour à se nourrir !

Un environnement menacé

Son habitat montagneux, humide et élevé (dans les forêts de bambous) n'a cessé d'être exploité par les hommes, qui ne laissent que des espaces forestiers dispersés et isolés. Et le bambou lui-même représente un problème pour la survie des pandas géants. En effet,

le plant meurt dès qu'il fleurit et il faut compter 20 ans pour que les tiges repoussent.

Une survie en sursis

De plus, la reproduction n'est pas simple pour ces animaux : elle n'est possible que quelques jours par an et la durée de la gestation est d'environ 112 à 163 jours. La femelle donne naissance à un, deux ou trois petits mais ne s'occupe que d'un seul et délaisse les autres.

Dans les zoos, des chercheurs essaient d'alterner les petits pour que la mère s'occupe des deux petits sans s'en rendre compte. Toutefois, la reproduction, même en captivité, reste difficile.

Leur espérance de vie en captivité équivaut à 20-25 ans. A l'état sauvage, nous ne connaissons

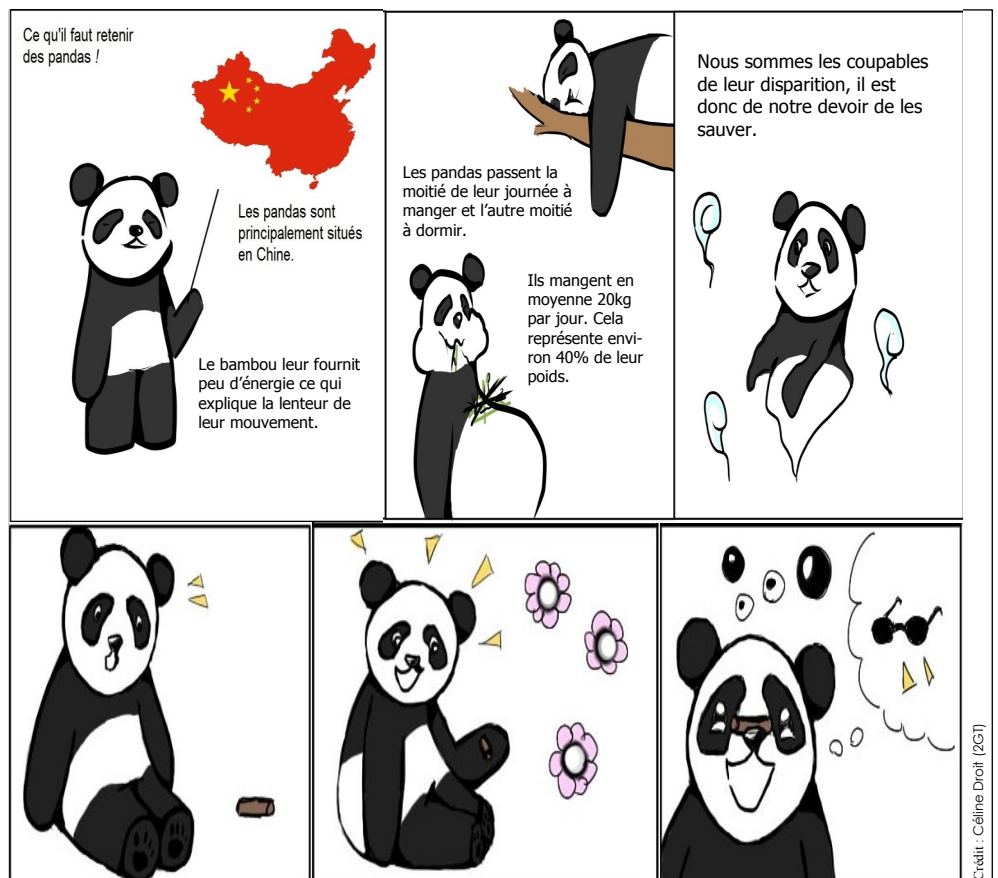
pas précisément la longévité de l'animal. Elle est estimée à une quinzaine d'années.

Bien que leur nombre ait augmenté de nouveau, les pandas, en raison des difficultés qu'ils connaissent, comptent toujours parmi les espèces les plus menacées. Actuellement, il y a plus de 1 864 pandas adultes et 2 060 en comptant les petits.

Symbole de la sauvegarde

C'est pourquoi, en 1961, dès sa fondation, la WWF (World Wildlife Fund) a choisi comme emblème cette espèce en voie de disparition. Peu importe, animal indispensable à l'humanité ou pas, le panda reste unique et fascinant.

Céline Wang (2GT)





Meurtres en majuscules

« Parce que vous croyez que l'espoir est l'ennemi de la science et non sa force motrice ? »

Mensonges, complot, trahison, meurtres et suicide, voilà ce qui est nécessaire pour créer cette ambiance pesante et ce drame paré de vertu. Sophie Hannah (1971-....) a écrit plusieurs thrillers psychologiques comme *Lasting damage* ou encore *Kind of cruel*. Mais cette fois ci, l'écrivaine va faire revivre notre cher Hercule Poirot à travers une trilogie dont le premier tome est *Meurtres en majuscules*. Celui-ci n'avait plus reparu depuis *Poirot quitte la scène* (*Curtain : Poirot's last case*) de Agatha Christie publié en 1975. Les éditions HarperCollins et la descendance de la "reine du crime" ont pour la première fois donné carte blanche pour écrire un roman autour de ce détective aux moustaches cirées. L'histoire débute dans l'hôtel Bloxham à Londres. Le belge va être confronté à une énigme étonnante, trois cadavres retrouvés dans trois chambres à trois étages diffé-

rents. Points communs, un bouton de manchette dorée avec les initiales PIJ dans la bouche. L'inspecteur Catchpool aura besoin de toute l'aide du détective pour démêler l'intrigue en le menant jusqu'à un petit village nommé Great Holling... En lisant ce roman policier, j'avais réellement l'impression de lire un bon Agatha Christie. Poirot est toujours aussi attachant. L'histoire est passionnante, bien qu'à certains moments le livre tourne en rond. La fin bouleversante...

Ayoub TAOUIL-TRAVERSON (1S)

Sophie HANNAH, *Meurtres en Majuscules*.
Edition du Masque, 2014

Rédacteurs : Ayoub Taouil-Traverson, Anaïs Mehl, Céline Wang.

Illustrateurs : Léa Bernaud, Aya Kaddar et Céline Droit.

Directrice de publication : Olivia Bonnon.

Commission technique : Nathan Dos Santos Rodrigues.

Coordination des moyens techniques : Marilyn Thomasson, Ahmed-Amine Khemiri, Madame Penelle, Madame Soubirou, Madame Morelle, Madame Jamond, Monsieur Souamaa, Madame Plasman et Monsieur Viratelle.

UNE NOUVELLE ENQUÊTE
D'HERCULE POIROT

MEURTRES EN MAJUSCULES

Agatha Christie
PAR SOPHIE HANNAH

