

# LE PETIT FOLLEREAU

Semaine du 16 mars 2020



## LE MÉTIER DE LA SEMAINE : FOOTBALLEUR

Interview de Dylan CHAMBOST p 11

## ACTUALITÉ : MARTIN FOURCADE

Il raccroche les skis ! p 17

## TEST

Quel professeur serais-tu ? p 19

## COMMENT GARDER ESPOIR EN TEMPS DE CRISE ?

Quelques conseils pour voir les choses du bon côté ou, à défaut, de ne pas se laisser dépérir lorsque les événements nous y poussent. p 4



# EDITO



## ETRE ENSEMBLE MALGRÉ LA DISTANCE

Élèves, parents, enseignants, personnel OGEC, famille, si nous sommes actuellement physiquement séparés devant une situation aussi sérieuse qu'inédite, nous sommes aussi ensemble. Ensemble et solidaires, afin que la scolarité se poursuive le plus sereinement possible pour nos enfants.

Par la volonté de chacun et de chacune d'entre nous, la scolarité se poursuit via les nombreux échanges sur scolinfo. Les élèves semblent avoir pris la mesure de l'enjeu et nous tenons à les féliciter. Nous sommes avec eux même si nous sommes chacun chez soi.

Afin de maintenir ce contact entre nous tous, nous vous proposons un temps pour se divertir, mais aussi pour apprendre de nouvelles choses, qu'on n'apprend pas forcément à l'école. A travers ce magazine nous vous proposons un temps différent, un temps qui nous rassemble, un temps qui nous lie.

Nous espérons que chacun en appréciera la lecture et nous vous adressons des pensées très positives

Anaïs Queva et Johann Chambost

# Sommaire

Comment garder espoir en temps de crise ? p 4

Connais-tu bien les matières enseignées à l'école ? p 5

Connais-tu le nom de ces personnalités qui ont changé le monde ? p 7

Pour se distraire : playlist, Netflix, lecture et jeu de société. p 8

Le saviez-vous ? p 10

Le métier de la semaine : footballeur professionnel. p 11

Mieux connaître ses professeurs : Mme QUEVA-M. CHAMBOST p 13

Développement personnel. p 15

Santé : instant méditation. p 16

Actualité : Martin Fourcade raccroche les skis ! p 17

Histoire : Smith et Carlos lèvent le poing ganté en signe de protestation aux JO de 1968. p 18

Test : Quel professeur serais-tu ? p 19

Les muffins de Rachel. p 21

Concours d'écriture : haïkus. p 22



# Comment garder espoir en temps de crise ?

Que ce soit dans ces temps particuliers marqués par la pandémie ou lors d'autres événements qui ponctueront votre vie, la question essentielle et pertinente de garder espoir se pose, pour vous comme pour tout le monde, quel que soit l'âge. Alors comment faire pour trouver l'espoir ? Concrètement, en plus de se répéter qu'il ne faut pas croiser les bras, plusieurs choses simples du quotidien permettent de trouver l'espoir.

Que vous ayez la chance de pouvoir profiter d'un jardin ou simplement l'opportunité d'ouvrir une fenêtre : regardez le ciel et écoutez les oiseaux chanter, les soucis semblent bien loin. **Ecoutez de la musique** sans rien faire d'autre. Mettez-vous simplement sur votre lit pour penser à autre chose en profitant de ce que vous entendez. Il est également nécessaire de **vous raccrocher à vos proches** : passez du temps et prenez soin de ceux avec qui vous vivez.

Si vous en avez la possibilité, **discutez à distance avec vos amis**. Les sujets de conversation peuvent être légers, il n'est pas interdit de rire en temps de crise, au contraire ! Ils peuvent également être plus sérieux : les amis comme la famille sont là pour vous soutenir dans les moments difficiles. **Faites le travail donné par vos professeurs avec sérieux**. En plus de vous assurer une reprise des cours sereine, vous comprendrez que la vie ne s'est pas arrêtée, qu'elle continue, qu'elle est simplement perturbée. L'objectif est avant tout de **vivre**, un virus qui circule, bien qu'il soit dramatique, n'empêche pas de profiter d'une bonne crêpe au chocolat !

Et pour garder l'espoir ? **Cherchez les points positifs** dans ce qui vous arrive, il y en a toujours, quelle que soit la situation. Celle que nous vivons actuellement est l'occasion de passer du temps avec nos proches et de penser à eux, ce que nous n'avons pas forcément le temps de faire au quotidien. C'est également l'occasion de vous recentrer, de prendre soin de vous et de penser à vous.

Finalement, garder espoir c'est un état d'esprit qui consiste à trouver le bonheur dans des choses simples et accessibles. **C'est difficile pour tous mais accessible à tous**. S'il est difficile de voir le positif dans une situation aussi difficile que la nôtre, peut-être devons nous concentrer notre attention sur la solidarité qui se démultiplie actuellement, pour lutter ensemble contre cette crise sanitaire. Pensons ainsi à ceux qui nous soignent bien sûr, au péril de leur vie, mais aussi à ceux qui les aident en gardant leurs enfants. Pensons aux jeunes qui vont faire les courses pour les anciens, plus vulnérables, ou qui postent leur courrier à leur place. Pensons à la solidarité au sein de vos familles aussi, vous qui évitez les contacts avec les plus fragiles pour les protéger malgré le crève cœur, et pensons aux parents, aux frères et sœurs, qui aident les plus jeunes à continuer leur scolarité à la maison. Ensemble, nous sommes plus forts.

# Point culture !

Connais-tu bien les matières enseignées à l'école ?

**Arts plastiques : Quelle couleur est dite « froide » ?**

- a. Jaune b- Bleu c- Orange d- Noir



**Français : Dans L'Odyssée d'Homère quel personnage n'apparaît pas ?**

- a - Pénélope b- Télémaque c- Circé d- Andromaque



**Allemand : Comment demande-t-on « Comment vas-tu ? » en allemand ?**

- a. Wie geht es dir b- Tut mir leid c- Ich bin ein Berliner d- Wie spät ist es



**Latin : Combien existe-t-il de déclinaisons ?**

- a. Deux b- Trois c- Quatre d- Cinq

**EPS : Qu'est-ce qu'un ATR en gymnastique ?**

- a. Un salto b. Un saut de main c. un équilibre sur les mains

**Espagnol : Comment dit-on « Comment t'appelles-tu » en espagnol ?**

- a. ¿ Cómo te llamas ? b. ¿ De donde vienes ? c. ¿ Cuantos años tienes ?



**SVT : Quel type de volcan n'existe pas ?**

- a. Volcan effusif b. Volcan explosif c. Volcan infusif



**Technologie : Idéalement, combien utilise-t-on de couleurs dans une charte graphique ?**

- a. Une ou deux    b- Trois ou quatre    c- Cinq ou six    d- Autant qu'on veut



**Musique : Quelle clé n'existe pas ?**

- a. Clé de sol    b- Clé de fa    c- Clé de ré    d- Clé d'ut

**Histoire : En quelle année le Mur de Berlin a-t-il été détruit ?**

- a. 1945    b. 1918    c. 1989

**Géographie : Combien de pays comporte l'Union Européenne ?**

- a. 22    b. 24.    c. 26    d. 27    e. 28



**Sciences physiques : Quelle est la plus grosse planète du système solaire ?**

- a. Jupiter    b. Mars    c. Saturne    d. Pluton



**Anglais : Quel mot désigne la sortie du Royaume Unis de l'Union Européenne ?**

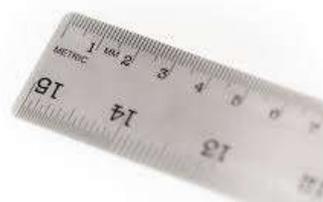
- a. Le Brexit    b. EnglandOut    c. Ukexit



**Mathématiques : 2 élèves de 4B font un concours de shoots au basket avec M.Chambost. Astride marque 4 paniers sur 10 lancers. Loïse marque 9 paniers sur 15 lancers et Mr Chambost marque 7 lancers sur 14. Qui a le meilleur taux de réussite au lancer ?**

- a. Loïse    b. Astride    c. M. Chambost

b-d-a-d-c-a-c-a-c-a-d-a-a-a



# Connais-tu le nom de ces personnalités qui ont changé le monde ?

**L'auteur du célèbre discours « I have a dream » luttant contre la ségrégation raciale aux Etats Unis en 1963 ?**

a) Nelson Mandela b) Marthin Luther King c) Barack Obama

**La jeune fille pakistanaise qui a obtenu le prix Nobel de la paix à 17 ans pour avoir combattu en faveur des droits des femmes au péril de sa vie ?**

a) Malala Yousafzai b) Aung San Suu Kyi c) Marie Curie

**Le fondateur de l'association EMMAUS luttant principalement contre la pauvreté et la précarité ?**

a) Le Pape Jean Paul II b) L'Abbé Pierre c) Mère Térésa

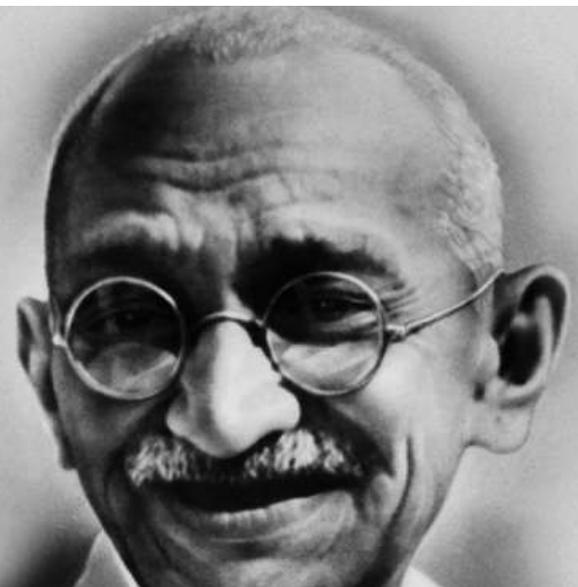
**La personnalité indienne qui a lutté en faveur des droits civiques et contre l'oppression des peuples par le biais d'un principe fondamental : « La non violence » ?**

a) Che Guevara b) Malcolm X c) Gandhi

**Le résistant français de la seconde guerre mondiale qui demeure le plus célèbre des opposants à l'occupation nazie en France ?**

a) Jean Moulin b) Le maréchal Pétain c) Klaus Barbie

Réponses : 1b-2a-3b-4c-5a



# Pour se distraire ...

## Playlist

- 1) Memories - Maroon 5
- 2) Thank God - Rilès
- 3) When I was your man - Bruno Mars
- 4) Beautiful people - Ed Sheeran
- 5) Intentions - Justin Bieber
- 6) Fast car - Tracy Chapman
- 7) Snow - The Police
- 8) Three Little Birds - Bob Marley
- 9) Imagine - John Lennon
- 10) Billie Jean - Michael Jackson
- 11) If I ain't got you - Alicia Keys
- 12) If I can't have you - Shawn Mendes
- 13) Alunissons - Nekfeu
- 14) Avant toi - Slimane - Vitaa



## Netflix

**Karaté Kid** : un jeune américain (Jaden Smith - fils de Will Smith) se retrouve à l'école en Chine et souffre de harcèlement scolaire. Il rencontre alors un ancien prof de Kung-fu (Jackie Chan) qui va progressivement lui enseigner les valeurs du Kung-fu, notamment le respect de son adversaire. Au fil de cette amitié et de cet apprentissage, le jeune Dré Parker prendra confiance en lui et utilisera son savoir uniquement pour se défendre et gagner le respect.

**Troie** : Un film de guerre retraçant la célèbre guerre de Troie devenue célèbre par son dénouement et le « Cheval de Troie » salvateur pour les Grecs. Achille (Brad Pitt), héros de la guerre, affronte l'immortalité en combattant pour l'honneur et pour graver son nom dans l'histoire.

**The Blind Side** : tiré d'une histoire vraie, une future star de football américain provenant d'un quartier difficile est adopté par une famille aisée dont le monde bascule avec cette rencontre. Une histoire bouleversante d'une famille recomposée qui déconstruit ses valeurs par amour du sport et par cette rencontre entre deux cultures.



## Lecture

### Les Royaumes du Nord – A la croisée des mondes, Pullman

Lyra, accompagnée de son daemon Pantalaimon, apprend que des savants enlèvent des enfants et mènent d'horribles expériences sur eux pour en apprendre plus sur une nouvelle matière appelée « Poussière ». En se lançant à la poursuite de ces kidnappeurs d'enfants, elle découvre l'existence de mondes parallèles ...

### Le bal, Irène Némirowsky

Antoinette, quatorze ans, rêve de participer au bal grandiose que ses parents organisent. Ceux-ci n'ont pas hésité à dépenser énormément, que ce soit pour la nourriture ou encore la décoration. Ils demandent à leur fille de se charger des invitations mais lorsqu'elle leur demande la permission d'assister au bal, ils refusent. Pour se venger, Antoinette prend les invitations pour aller les distribuer et les jette sur le chemin, sans le dire à ses parents ...

### Eragon, Christopher Paolini

Une histoire insaisissable, des personnages attachants, un rythme effréné, un suspense insoutenable : si vous aimez l'univers fantastique, plongez dans le livre d'Eragon sans hésiter ! Une intrigue sur le lien étroit entre un jeune fermier et sa dragonne, une lutte pour le pouvoir, un apprentissage formidable pour devenir dragonnier, des amitiés fortes, tout est réuni dans ce premier tome écrit par un jeune auteur (20 ans au moment de la sortie du livre).



## Jeu de société



En famille ou entre amis, ne passez pas à côté du jeu de société « Code Names » ! Principe du jeu : les joueurs, répartis en deux équipes, devront tour à tour faire deviner à leurs coéquipiers un ensemble de mots qui leur sont attribués. Une seule règle : faire deviner avec un seul indice et un chiffre correspondant au nombre de mots à trouver. Prenez donc garde de ne pas découvrir les mots de vos concurrents ou pire ... le mot Piège qui met fin à la partie !

# Le saviez-vous ?

L'**armonica de verre** est un instrument inventé par Benjamin Franklin en 1761. Il se compose de plusieurs bols en verre empilés qui tournent sur un axe horizontal. Pour en jouer, le musicien se mouille les doigts et frotte les bols pour émettre des sons. Thomas Bloch, musicien français, a mis deux à trois ans avant de parvenir à tirer un son de l'instrument, tant c'est difficile ! La preuve ... il n'y a que cinq ou six professionnels qui en jouent ... dans le monde entier !



Avez-vous déjà croisé l'**Arum Titan** ? Il s'agit de la plante portant la plus grande fleur du monde, pouvant mesurer jusqu'à trois mètres de hauteur ! En plus de sa taille impressionnante, elle est surtout connue pour l'odeur pestilentielle qu'elle dégage. Tous ceux qui ont eu la chance de l'approcher évoquent une très forte odeur de viande avariée qui embaume sur des centaines de mètres à la ronde ...

**Les éléphants** ont la plus longue gestation parmi les mammifères terrestres : elle dure de 20 à 22 mois chez l'éléphant d'Afrique et peut même atteindre 28 mois chez l'éléphant d'Asie.

Savez-vous quel est le point commun entre Albert Einstein, Johnny Halliday Agatha Christie, Léonard de Vinci, Jules Verne, Mozart et Walt Disney ? Ils étaient tous **dyslexiques** ! Comme quoi, si la dyslexie peut être une difficulté à l'école, elle n'empêche pas de devenir un grand personnage ...

# Le métier de la semaine : Footballeur professionnel

Interview de Dylan CHAMBOST (ESTAC TROYES).



## **Peux-tu te présenter pour nos lecteurs ?**

Je m'appelle Dylan Chambost. J'ai 22 ans et je joue actuellement à l'ESTAC Troyes en Ligue 2.

J'ai commencé le foot à 6 ans avant de rejoindre l'as saint Étienne à l'âge de 10 ans . J'y ai fait toutes mes classes pendant 12 saisons, puis j'ai rejoint l'ESTAC de Troyes à l'été 2019.

## **Quelle est la journée type du footballeur ?**

Nos journées se déroulent ainsi : nous nous rendons au stade pour le petit déjeuner, que nous prenons tous ensemble , à 9 h du matin . Ensuite, nous réalisons une séance de musculation en salle avant de sortir sur le terrain vers 10h30. Après environ deux heures de séance , nous pouvons aller faire des soins avec le kiné ou nous servir des différents éléments mis à notre disposition afin de contribuer à la récupération : bain froid , sauna , vélo dans une piscine . Une fois tout ça terminé , nous rentrons chez nous pour manger et souvent faire la sieste. La journée de « travail » se termine assez tôt mais la récupération invisible est tout aussi importante.



### **Quels sont les avantages du métier ?**

Le métier de footballeur est un métier exceptionnel. Pour peut être certains d'entre vous, c'est votre rêve et j'espère que vous pourrez l'atteindre . Le foot étant bien sûr plus une passion qu'un métier , c'est un plaisir chaque jour d'aller à l'entraînement . En plus du plaisir pris sur le terrain , il y a aussi la vie de groupe avec tous les coéquipiers . On passe beaucoup de temps ensemble et on rigole beaucoup avant et après l'entraînement . Enfin il y a les émotions que le football procure , rentrer dans un grand stade avec beaucoup de spectateurs est une sensation magnifique . J'ai d'ailleurs eu la chance de marquer un but décisif en septembre dernier en toute fin de match , l'émotion ressentie est alors indescriptible.

### **Quels sont les inconvénients du métier ?**

Bien sûr comme chaque métier il y a des inconvénients mais tout est relatif ... Tout d'abord il est très difficile de devenir footballeur professionnel alors pendant toute la formation, il faut continuer les études et être très sérieux car on n'est jamais sûr de devenir professionnel. Pour ma part, j'ai raté beaucoup de cours avec les entraînements mais j'ai obtenu mon bac ES mention Bien avant de réussir une année de fac de droit durant laquelle je recevais les cours par mail car je ne pouvais y assister. Il ne faut pas lâcher l'école c'est très important.

Ensuite, il y a des efforts importants à faire pour ce métier : avoir une bonne alimentation et un bon sommeil, ne pas faire trop de soirées avec les amis. Je pense que le plus gros inconvénient du métier est celui là : j'ai raté , et j'en raterai encore , de nombreux anniversaires, des repas de famille, des mariages...



# Mieux connaître ses professeurs

## Chassé croisé entre Mme Queva et M. Chambost

**Depuis combien d'années es-tu enseignant ?**

A.Q. : 7 ans, j'ai plus d'expérience que Monsieur Chambost.

J.C. : 4 ans, je suis bien plus jeune que Madame Queva !

**Qu'est ce qui te plaît le plus dans ton métier d'enseignant ?**

A.Q. : Les interactions avec les élèves. C'est un métier très social.

J.C. : Le lien avec les élèves également. C'est la partie la plus enrichissante du métier d'enseignant.

A.Q. : Vous remarquerez que M. Chambost a copié ma réponse.

**Si tu ne pouvais enseigner une autre matière, quelle matière enseignerais-tu ?**

A.Q. : Les arts plastiques. J'adore l'art ! D'ailleurs, nous étudions des œuvres régulièrement en français, c'est au programme.

J.C. : Les maths bien sûr ! Ça me plairait également d'enseigner le français même si c'est moins amusant que les maths.

**Enfant, quel métier rêvais-tu d'exercer ?**

A.Q. : Météorologue. Ce n'était pas pour autant une simple envie d'enfant, j'ai rêvé d'exercer ce métier du primaire jusqu'en classe de seconde. Au collège, j'ai même fait mon stage à Météo France !

J.C. : J'étais pas très original, je voulais être footballeur professionnel... Ensuite j'ai voulu être agent de joueur, journaliste sportif, ministre des sports... Le métier le plus insolite que j'ai voulu faire est celui de croupier dans un casino !

**Quelle est ta passion en dehors de l'école ?**

A.Q. : J'adore les jeux de société.

J.C. : Le sport et la littérature. Et battre Madame Queva aux jeux de société bien sûr.

A.Q. : Ce qui n'arrive jamais, évidemment ! La littérature également mais je ne l'ai pas citée pour ne pas laisser penser que toute ma vie privée est liée à ma profession.

**Quelle personnalité historique t'inspire le plus ?**

A.Q. : Victor Hugo.

J.C. : Gandhi.

**Quel est ton rêve le plus cher ?**

A.Q. : Vivre dans un manoir au milieu de nulle part.

J.C. : Avoir des enfants et écrire un livre.

**Quel est ton film préféré ?**

A.Q. : SOS fantômes.

J.C. : Will hunting.

**Quelle est ta vertu préférée ?**

A.Q. : La loyauté.

J.C. : L'intégrité.

**As-tu un petit secret inavouable ?**

A.Q. : Je collectionne les poupées ...

J.C. : Il m'arrive d'écouter le groupe de musique « Frero Delavega » quand je suis tout seul...

**Quelle est ta devise favorite ?**

A.Q. : "Le diable est dans les détails."

J.C. : « Learn as if you were to live forever, live as if you were to die tomorrow » Gandhi. (Vis comme si tu devais mourir demain. Apprends comme si tu devais vivre pour toujours.)

**Quel est, selon toi, le professeur le plus drôle en salle des profs ?**

A.Q. : A égalité Mme Berthet et M. Rodriguez !

J.C. : En ce moment, Mr Faurie me fait pas mal rire.



# Développement personnel

## Transformer ses pensées négatives en pensées positives.

Nous avons tous, chaque jour, des pensées négatives qui arrivent. Ces pensées peuvent être liées au stress, à une mauvaise nouvelle, à un événement désagréable qui nous attend dans la journée, à une mauvaise note en classe ou encore à une mauvaise interaction avec quelqu'un.

Si ces pensées négatives arrivent, **il faut les laisser s'en aller et les remplacer par des pensées positives.** Chaque pensée négative qui reste et qu'on rumine a une influence sur notre humeur et sur notre attitude vis à vis des autres. Ainsi, au lieu de garder en tête « J'ai eu une mauvaise note en français à cause de Madame Queva », vous pouvez penser « j'ai fait de mon mieux et je serai récompensé par mon travail plus tard ». Si vous prenez la parole en classe et que vous vous trompez, il est préférable de garder en tête « j'ai eu le courage de prendre la parole devant toute la classe » plutôt que « j'ai honte de m'être trompé devant la classe entière ». Ce faisant, vos émotions négatives sont remplacées par des émotions positives qui vous rendront **la vie plus agréable !**



## Avoir confiance en soi

Le manque de confiance en soi peut être un frein à son développement et à son bonheur. Heureusement, **la confiance en soi se travaille** et ne dépend que de nous ! Pensez à vos qualités, vous en avez tous ! Cessez de vous dévaloriser ! Trop d'élèves à l'école se pensent « nuls en maths » ou dans une autre matière, ce qui peut nuire à leur réussite dans cette matière et renforcer alors le sentiment de ne pas être compétent. Au contraire, **concentrez vous sur vos petites réussites dans tout ce que vous faites.** Plutôt que de penser « je n'ai pas réussi cet exercice », pensez « j'ai compris la correction ». Ainsi, vous allez créer un cercle positif qui permettra d'améliorer votre confiance, donc vos résultats, donc votre confiance ! Ce raisonnement est valable dans toutes les sphères de notre vie, les études, les relations sociales, la santé, le sport... Avoir confiance en soi, ce n'est pas inné, c'est une lutte au quotidien! **Vous avez plein de qualités**, du talent, exprimez le. Otez la peur de votre vie et osez! « La plupart de nos peurs sont des créations de notre esprit. La seule façon d'en être convaincu, c'est de se jeter à l'eau, d'aller les affronter. » (Gounelle).

# Santé : instant méditation

Le stress est un état désagréable très répandu chez les jeunes comme chez les adultes. Cependant, il existe des méthodes pour le combattre parmi lesquelles on peut trouver la méditation.

Nous vous proposons un **petit exercice de méditation rapide à faire à la maison** afin de retrouver ou maintenir la sérénité. Il peut se réaliser juste avant de dormir afin de favoriser l'endormissement. Il convient lors de cet exercice de se concentrer sur sa respiration.

Couché dans votre lit, sur le dos, placez vos mains sur le ventre et fermez les yeux. Imaginez que votre ventre est un ballon qui se gonfle sous vos doigts lorsque vous inspirez. - Lorsque vous expirez, vous videz le ballon.

Concentrez vous sur le gonflage du ballon puis sur son vidage et répétez cela plusieurs fois. Gonflez le ballon le plus possible avant de le vider le plus possible.

Ensuite, à chaque expiration, le ballon s'envolera loin, dans le ciel, dans la nuit, avec éventuellement de mauvaises pensées, de mauvais souvenirs (ou de mauvaises notes à faire signer par les parents) à l'intérieur pour s'en débarrasser.

On peut éventuellement y mettre de bonnes pensées ou des souhaits, que l'on envoie jusqu'au ciel pour nous porter chance.

Enfin, admirez mentalement votre ciel rempli de ballons. Sont-ils gros ? Colorés ? Sont-ils mobiles ou se déplacent-ils dans le ciel entre les étoiles ?

Les ballons finiront par s'éloigner et disparaître... A moins que vous ne vous soyez déjà endormis avant !

**PS : Etre allongé dans son lit, en écoutant sa musique préférée et en chassant toute autre pensée que la beauté du morceau de musique est aussi un bon moyen de méditer !**



# Actualité

## La légende du biathlon Martin Fourcade raccroche les skis

Martin Fourcade a remporté sa dernière course samedi 14 mars en Finlande, après avoir annoncé qu'il quitte la compétition à 31 ans. Il termine avec 83 victoires ce qui a fait de lui une figure majeure du sport français.

Son premier podium de Coupe du monde, c'était le 13 mars 2010. Dix ans plus tard, pour sa dernière course, il a été à nouveau vainqueur. **Martin Fourcade, 31 ans, a tiré sa révérence, ce 14 mars 2020, à l'issue d'une épreuve de poursuite homme disputée en Finlande.**

Entre ces deux courses, le biathlète français a accumulé un palmarès exceptionnel qui fait de lui un ogre en compétition : avec deux titres olympiques à Sotchi en 2014 (poursuite et individuel) et trois titres à Pyeongchang en 2018 (poursuite, mass start et relais mixte), **il est le sportif le plus couvert d'or de l'olympisme français, été et hiver confondus.**

Le Catalan totalise 83 victoires individuelles depuis le début de sa carrière. Il possède le record du nombre de Coupe du monde remportées (7 d'affilée de 2012 à 2018), de petits globes (26) et de titres mondiaux (11 sur le plan individuel).

Il a rendu populaire sa discipline, le biathlon, combinaison de ski de fond et de tirs à la carabine, par ses résultats exceptionnels mais aussi par ses **valeurs de respect, d'humilité et de travail** qu'il a conservé tout au long de sa carrière.



# Histoire

## Smith et Carlos lèvent le poing ganté en signe de protestation aux JO de 1968

C'est l'une des photos les plus célèbres du **XXe siècle**, celle du podium du 200 m des JO de Mexico, deux poings gantés de noir qui transpercent la nuit olympique, ceux des athlètes américains Tommie Smith et John Carlos respectivement médaillés d'or et de bronze sur la distance.

A l'époque aux Etats-Unis, le climat raciste est délétère, les tensions raciales sont vives. Quelques mois avant les JO, **Martin Luther King**, figure de la lutte pour l'égalité des droits aux Etats Unis, est assassiné. Les noirs américains subissent les lois ségrégationnistes, subissent un racisme autorisé, légal et intolérable.

Dans ce contexte, **Smith et Carlos prennent le monde à témoin dans un événement planétaire mondialement regardé**, les Jeux Olympiques. Ils réclament plus de droit et d'égalité pour les noirs américains. Pour ce faire, quand retentit l'hymne américain, Smith et Carlos tendent leur poing vers le ciel, signe de protestation contre les conditions des noirs aux Etats Unis. Ils se présentent également sur le podium en chaussettes pour dénoncer la pauvreté des noirs américains. **Ils seront exclus des JO puis poursuivis dans leur vie privée, insultés, menacés...** pour avoir défendu l'égalité entre les blancs et les noirs dans leur pays.



# Test : Quel professeur serais-tu ?



**Dans la vie, tu t'habilles plutôt ...**

- c. En noir.
- b. Avec beaucoup de couleurs.
- a. Sans te soucier de la mode.

**Le matin, au réveil :**

- c. Il ne faut pas te parler avant un moment, tu es un véritable dragon !
- a. Tu fixes le plafond en pensant à la vie avant de sortir de ton lit.
- b. Tu sautes immédiatement hors du lit, prêt à passer une nouvelle journée.

**Un génie apparaît et t'offre l'un de ces trois vœux, lequel choisis-tu ?**

- c. Pouvoir faire souffrir par la simple pensée.
- a. Parvenir à convaincre qui tu veux de ce que tu veux en discutant simplement avec lui.
- b. Pouvoir donner vie à n'importe lequel de tes dessins.

**Ta devise, c'est plutôt :**

- a. Ne fais pas aux autres ce que tu n'aimerais pas qu'on te fasse.
- c. La fin justifie les moyens.
- b. Ne pas se fier aux apparences !

**Tu trouves un chat en mauvais état sur la route, que fais-tu ?**

- c. Ce n'est qu'un chat ! Peu importe. Tu continues ta route.
- b. Tu le récupères, en prends soin et en profites pour lui faire une teinture pour animaux, pour mettre de la couleur dans sa vie.
- a. Tu le récupères, en prends soin et vérifies s'il n'appartient pas à un voisin avant de le garder pour toi.

**Pour toi, un livre c'est plutôt ...**

- c. Un outil formidable pour taper sur la tête des élèves.
- a. Un merveilleux moyen de s'évader.
- b. Un support intéressant à déchirer pour créer une œuvre d'art.

**Si tu ne pouvais emporter qu'un objet sur une île déserte, lequel choisirais-tu ?**

- c. Un couteau.
- b. Une corde.
- a. Une photo de tes proches.

**Tes amis te trouvent plutôt ...**

- a. Adorable.
- b. Bizarre.
- c. Méchant.

**Si tu pouvais être un animal, lequel choisirais-tu ?**

- b. Un caméléon pour pouvoir changer de couleur et te fondre dans le décor.
- a. Un oiseau pour pouvoir t'envoler et atteindre les nuages.
- c. Un serpent pour pouvoir mordre tes pires ennemis.

**Qu'est-ce qui pourrait te motiver à devenir professeur ?**

- a. Apprendre aux élèves à devenir des adultes capables de penser par eux-mêmes.
- c. Torturer des centaines d'enfants.
- b. Développer la culture et la créativité des élèves.

**Tu as une majorité de « a » : tu serais un professeur de français !**

Félicitations ! Tu es, de toute évidence, une très bonne personne. La majorité de tes réponses indiquent que tu es rêveur, bienveillant et indépendant. Ton état d'esprit ferait de toi un professeur de français remarquable : tu passerais ton temps à développer l'esprit critique des élèves, leur enseignerais les joies de l'écriture et de la lecture et marquerais leurs esprits à jamais !

**Tu as une majorité de « b » : tu serais un professeur d'arts plastiques !**

Ton esprit décalé et ton sens de l'humour font de toi quelqu'un d'étonnant mais d'apprécié et respecté. Nul doute que tu serais un professeur d'arts plastiques parfait : occupé à développer la créativité des élèves et à leur faire travailler la matière en leur donnant des consignes toujours plus étranges les unes que les autres, tu serais incompris mais toujours ravi !

**Tu as une majorité de « c » : tu serais un professeur de maths :**

Mais qu'est-ce qui ne va pas chez toi ? Tu as très clairement des soucis relationnels et une forte tendance à vouloir faire le mal autour de toi ... Très clairement, tu ferais un professeur de maths extraordinaire : prêt à traumatiser des générations entières à coups d'exercices incompréhensibles auxquels tu ne connaîtrais pas la solution toi-même !

# Les muffins de Rachel

Nathan et Nolan ont retrouvé une vieille recette latine de petits gâteaux. Alors qu'ils commençaient à la traduire pour la réaliser à la maison, ils s'éloignèrent quelques minutes pour regarder un formidable reportage animalier. Tandis que les deux camarades se cultivaient, Rachel, célèbre pour sa gourmandise, passa par là et récupéra la recette secrète. Problème ! Rachel ne lisait pas du tout le latin. Elle fit alors appel aux élèves du collège pour traduire la délicieuse recette ...

150g de farine  
1 œuf  
50g de beurre  
75g de sucre  
1 demi sachet de levure chimique  
1 sachet de sucre vanillé  
100g de chocolat  
4 cuillères à soupe de lait



Verser *farinam*, *saccharum*, la levure et le sucre vanillé in un saladier. *Miscere*. Dans une *caccabum*, *butyrum coquere*. Y ajouter *ovum* après l'avoir battu, *deinde* les cuillères *lactis*. Mélanger puis verser dans un saladier. *Adiungere* les pépites de chocolat. Mettre dans des moules puis au four à 200°C pendant *duodeviginti* minutes.

*Adiungo, is, unxi, ere, tum* : ajouter

*Butyrum, i, n* : beurre

*Caccabus, i, m* : casserole

*Coquo, is, coxi, coquere* : fondre

*Deinde* : ensuite

*Duodeviginti* : dix-huit

*Farina, ae, f* : farine

*Lac, lactis, n* : lait

*Misceo, es, ere, mixtum* : mélanger

*Ovum, i, n* : oeuf

*Saccharum, i, n* : sucre

*In* : dans

# Concours d'écriture

Un haïku est un petit poème japonais constitué de trois vers seulement.  
En voici quelques exemples :

De temps en temps  
Les nuages nous reposent  
De tant regarder la lune.  
*Matsuo Bashō*

Rien de plus facile à dire  
Ni de plus difficile à faire  
Que de lâcher prise.  
*Taneda Santoka*

Cheminant par la vaste lande  
Les hauts nuages  
Pèsent sur moi.  
*Yosa Buson*



**A votre tour, envoyez votre plus beau haïku sur le thème de l'espoir. Le gagnant sera publié dans le prochain numéro et recevra sa petite récompense à la rentrée !**

A envoyer sur scolinfo à Mr CHAMBOST

« A l'école on m'a demandé ce que je voulais être plus tard. J'ai répondu "heureux". Ils m'ont dit que je n'avais pas compris la question, j'ai répondu qu'ils n'avaient pas compris la vie. »

John Lennon