

RÉDACTEURS : Jordan Bohere / Nathalie Calvez / Dorine Claudon /  
Stephen Esnault / Frédéric Fergant / Fiona Fioramonti / Estelle Goupil /  
Alexis Harel / Steven Leharivel / Anaïs Lerond / Laurie Lopez

MISE EN PAGE : Frédéric Fergant / Alexis Harel

RÉDACTRICE EN CHEF : Isabelle Joly

## CONTACT

[lejournaldulien@orange.fr](mailto:lejournaldulien@orange.fr)

facebook : Poisson D'avril Falaise

<http://associationpda.wixsite.com/poissondavrillalaise>



Ce journal est distribué gratuitement dans le centre-ville de Falaise, mais vous pouvez nous soutenir financièrement en vous abonnant au journal ou en faisant un don à votre convenance, sachant que vous pouvez bénéficier des déductions fiscales au titre de dons à un organisme d'utilité sociale.

Poisson d'Avril vous propose plusieurs formules :  
Abonnement annuel au journal "Le journal du lien" :  
- 25 €

Souscription :  
- 50 €  
- 75 €  
- 100 €  
- Au choix.....€

Nous remercions particulièrement tous les abonnés qui nous soutiennent et nous espérons que vous serez de plus en plus nombreux à nous accompagner.

# LE JOURNAL DE L'ASSOCIATION POISSON D'AVRIL / FALAISE

N°82

## Le Monde du travail



*Le travail d'équipe : p. 2*  
*Secrétaire administrative : p.3*

## Point Info



*#Avenir : p. 4*  
*Demain Pays de Falaise : p.5*

## Astronomie



*Les planètes : p. 8*

## Petites Nouvelles



*Le journal d'une grosse : p. 9*  
*Je suis un penseur : p. 12*  
*Début d'un projet : p. 13*  
*Le pire des mondes : p.21*

## Le saviez-vous ?



*La maltraitance infantile : p. 6 et 7*  
*Le Nurofen : p. 10 et 11*  
*Snoopy Dog et 2Pac : p. 18 et 19*

## Amour



*L'amour en toutes choses : p. 16 et 17*

## Tourisme



*Le lac de Rabodanges : p. 22*

## Histoire



*La peste noire au Moyen Âge : p. 14 et 15*  
*Les Gaulois : p. 20*  
*La guillotine : p. 23*  
*L'ostalgie : p. 24 et 25*

## NOS PARTENAIRES



SALLE DE RÉDACTION DU JOURNAL : 2, RUE ROBERT LE MAGNIFIQUE - 14700 FALAISE / TÉL : 02 31 20 28 62 / MAIL : [lejournaldulien@orange.fr](mailto:lejournaldulien@orange.fr)  
JOURNAL GRATUIT TIRÉ À 300 EXEMPLAIRES / IMPRESSION RÉALISÉE PAR NOS SOINS / DÉPÔT LÉGAL À PARUTION / NE PAS JETER SUR LA VOIE

PUBLIQUE

# Le travail en équipe pour vous c'est quoi?

## **Qu'est que le travail en équipe?**

Travailler seul c'est possible, mais on est très rapidement freiné par ses propres limites. Il est impossible de tout connaître ou de savoir tout faire. Travailler en équipe c'est bien, car chaque personne peut apporter ses idées, ses valeurs et ces échanges permettent de créer un lien. C'est cet esprit d'équipe qui facilite la coopération afin de réaliser avec succès le projet qui est confié aux salariés.

## ***L'équipe de l'association Poisson d'Avril***

Nous, par exemple à l'association Poisson d'Avril, nous sommes 12, on est une équipe soudée. Certains mois, nous voyons des collègues partir quand leur projet professionnel est abouti, alors, quand vient l'heure pour eux de nous quitter, nous organisons un pot de départ et nous leur souhaitons bon courage dans leur nouvelle vie professionnelle. Qui dit départ, dit aussi nouvelles têtes, le nouveau salarié se présente et après un tour de table, nous lui expliquons comment fonctionne le journal et nous l'encourageons pour mettre en oeuvre son futur projet professionnel.

## ***Définir son poste***

Chaque personne a un rôle bien précis, comme par exemple gérer l'informatique, d'autres font la mise en page, des recherches documentaires, des enquêtes et des interviews, certains vérifient l'orthographe, et grâce à ces compétences, nous arrivons à nous coordonner et à nous organiser pour réaliser le " Journal du lien ". Le travail en équipe permet de soutenir les aides-rédacteurs qui rencontrent des difficultés dans la rédaction ou dans le traitement de textes. Une bonne communication est la base du travail en équipe. Il est important d'être à l'écoute des autres et le respect d'autrui est primordial. En écoutant, il est possible de partager nos savoirs et ainsi avoir une meilleure harmonie et une bonne collaboration dans le travail.

## ***Etre reconnaissant et solidaire***

La reconnaissance est vraiment bénéfique pour tout salarié, si vos collègues exécutent le travail demandé, être reconnaissant est la moindre des choses et cela peut également remonter le moral des troupes. Ainsi, une confiance peut commencer à s'installer au sein du groupe, entretenir cette relation avec ses collègues aide à gagner leur loyauté. Bien sûr, cela marche dans les deux sens, il est important de tenir ses promesses et ses engagements. Par exemple, au journal, nous recherchons individuellement dans un premier temps le sujet de notre article, une fois celui-ci trouvé et validé, nous le rédigeons sur ordinateur, ensuite, nous le soumettons à la rédactrice en chef pour les corrections et une fois corrigé, nous faisons la mise en page du journal. Avant l'impression, chacun propose des illustrations pour la couverture et l'équipe fait un choix consensuel. Une fois, tout cela accompli, nous pouvons désormais distribuer le journal dans la ville de Falaise et à nos partenaires. Et bien sûr, nous faisons tout cela en équipe.

## ***La confiance ne se réclame pas, elle se gagne.***

*Les meilleurs choses qui arrivent dans le monde de l'entreprise ne sont pas le résultat d'une seule personne. C'est le travail de toute une équipe. De cette façon, vous mettez bien en avant le fait que l'équipe crée de la richesse et qu'elle est au centre de tout projet.*

## ***À Poisson, nous sommes avant tout une équipe solidaire !***

Edwige Broissin Letellier  
Fiona Fioramonti

# Secrétaire administrative

Le métier du secrétariat m'intéressait depuis longtemps. J'ai obtenu le bac pro gestion administration en juin 2017. Je vous en dis plus sur ce métier.

La secrétaire administrative ou le secrétaire administratif fait partie de la fonction publique d'Etat.

Son rôle est :

- d'effectuer les fonctions d'accueil physique et téléphonique afin d'orienter et de renseigner le public ;
- de rédiger des notes, des synthèses et des comptes rendus ;
- d'élaborer et de diffuser des documents de communication ;
- de s'occuper du suivi de la comptabilité ;
- de préparer l'organisation des réunions ;
- et de participer à l'encadrement du personnel administratif.

Les qualités et les compétences nécessaires pour ce métier sont les suivantes :

- avoir le sens du relationnel ;
- être organisé(e) et méthodique ;
- faire preuve de rigueur et d'autonomie ;
- être réactif(ve) et polyvalent(e) ;
- apprécier le travail en équipe ;
- avoir de très bonnes qualités rédactionnelles et de synthèse ;
- maîtriser les outils informatiques.

La rémunération est de 1 600 € brut mensuel en début de carrière, jusqu'à 2 300 € brut mensuel en fin de carrière. Des primes et des indemnités peuvent s'y ajouter.

Le concours de secrétaire administratif(ve) est un concours de catégorie B et il permet d'atteindre un poste d'encadrement intermédiaire. Il existe trois concours possibles :

- le concours externe, accessible aux personnes titulaires d'un baccalauréat ou d'un diplôme équivalent de niveau IV minimum.
- le concours interne, accessible aux personnes justifiant au 1er janvier de l'année du concours d'au moins 4 ans de services publics.
- et un 3ème concours, accessible aux personnes justifiant au 1er janvier de l'année du concours au moins de 4 ans d'activité professionnelle, ayant un ou plusieurs mandats de membre d'une assemblée élue au sein d'une collectivité territoriale, ou encore ayant effectué plusieurs activités en qualité de responsable d'une association.

Pour découvrir un peu plus les tâches d'une secrétaire administrative, j'ai effectué des stages et je me suis rendue compte que ce métier ne correspondait pas à mes attentes. Je continue donc mes recherches pour trouver ma voie professionnelle.

## #Avenir

Vendredi 18 septembre, nous avons reçu la visite de cinq stagiaires du dispositif #Avenir, mené par le Greta de Falaise.

Ce dispositif, pris en charge par la Région, est accessible aux personnes à la recherche d'un emploi ou en reconversion professionnelle. Il a pour but de les guider afin d'élaborer un projet professionnel réaliste et réalisable, tant du point de vue de l'individu que de son environnement socio-économique et au besoin à mettre en place une formation en lien avec ce projet. Pour cela, chaque participant est accompagné pour analyser son parcours, ses difficultés, ses envies ou ses besoins afin de co-construire avec lui un plan de formation individualisé et un plan d'actions détaillant les étapes nécessaires à la mise en œuvre du projet. #Avenir doit faciliter l'accès à une qualification et/ou à un retour à l'emploi.

Ce dispositif est porté par un groupement de neuf organismes de formation pour le territoire Caen/Falaise/Dives sur Mer.



Pendant leur parcours, les stagiaires peuvent découvrir et tester différents métiers, appréhender les réalités du marché du travail, ils développent des compétences transversales nécessaires à leur insertion professionnelle et ainsi ils pourront reprendre confiance en eux.

## GRETA de Falaise



Qu'est-ce que le Greta ?

Il s'agit d'un organisme de formation professionnelle pour adultes, qui dépend de l'Éducation nationale. À Falaise, le Greta est installé au sein du lycée professionnel Guillaume le Conquérant sur le site de Guibray, il peut ainsi bénéficier des plateaux techniques et des compétences de l'établissement. Les formateurs travaillent sur trois axes : le développement des compétences et la professionnalisation, l'insertion professionnelle et la qualification.

Sur le territoire de Falaise, les stagiaires du dispositif #Avenir sont suivis par le Greta pour la partie CTS (Compétences Transverses Sociales), en amont du projet, par l'IRFA pour la partie construction du projet et par l'EPE pour le volet numérique et les compétences générales.



Les stagiaires du Greta de Falaise du dispositif #Avenir.

# Demain Pays de Falaise et la SERD

Chaque année, la Semaine Européenne de la Réduction des Déchets (SERD) est organisée à la fin du mois de novembre. La SERD est un événement qui encadre l'organisation d'actions de sensibilisation concernant la réduction des déchets ; en France, elle est coordonnée par l'ADEME.

Les animations mises en place sont proposées à l'ensemble des citoyens ou parfois à un public ciblé comme le monde de l'entreprise et le milieu scolaire. Elles ont pour but de nous apprendre à mieux consommer, prolonger la durée de vie de nos produits, à jeter beaucoup moins facilement à la poubelle et à fabriquer nous-mêmes nos produits.

Lors de l'édition 2019, il y a eu plus de 7000 animations de sensibilisation à la réduction des déchets. Tout le monde peut mener ce type d'actions : les collectivités territoriales, les administrations, les associations, les entreprises, les établissements scolaires, les maisons de retraite, les hôpitaux... mais aussi les particuliers !

Il existe 6 grands thèmes concernant la réduction des déchets :

- Prévention des déchets (éco-conception, suremballage, produits jetables...)
- Prévention des déchets dangereux
- Prévention du gaspillage alimentaire
- Promotion du compostage
- Réemploi/Réparation/Réutilisation
- Journée de nettoyage

SEMAINE EUROPÉENNE DE LA RÉDUCTION DES DÉCHETS



Depuis 3 ans, l'association Demain Pays de Falaise s'applique à mettre en place des actions pour protéger l'environnement. Depuis leur toute première initiative, le nombre de participants a grandement augmenté. Ils organisent différents ateliers, tels que la fabrication d'hôtels à insectes, la création de nichoirs pour que les petits oiseaux puissent avoir un abri. Régulièrement, les membres effectuent une collecte des déchets dans différents quartiers de la ville mais aussi des opérations de désherbage naturel.



**Du 21 au 29 novembre 2020**

**Tout le programme sur [www.serd.ademe.fr](http://www.serd.ademe.fr)**

Cette année, à Falaise, pour cette semaine consacrée aux déchets, plusieurs actions ont été programmées. Une collecte de déchets et de mégots de cigarettes sera organisée le samedi 21 novembre dans

les quartiers de la ville et ces mégots seront ensuite exposés à l'Hôtel de ville. Le mardi 24 novembre à 20h00, le cinéma de Falaise projettera le film "Ma vie zéro déchet", suivi d'un débat avec la participation du CREPAN. Au musée André Lemaître, une classe du collège des Douits proposera une exposition d'arts plastiques en semaine et le samedi matin. Au centre Socio-Culturel, vous pourrez participer à des ateliers couture et de confection de cadres recyclés. D'autres actions auront lieu chez certains de nos commerçants notamment à la Biocoop, chez Marjolaine et à L'épicerie Autrement.



Le dimanche 29 novembre de 14h à 18h, la Ruche-Ressourcerie, rue Lavoisier dans la ZI de Guibray, vous proposera différentes animations. Ainsi, vous pourrez vous essayer au Furoshiki ou l'art de plier et d'emballer des cadeaux à la japonaise, vous pourrez participer à un atelier patchwork pour réutiliser les chutes de tissu, ainsi qu'à un atelier couture encadré par une couturière qui vous apprendra à réparer et à recycler vos vêtements. Vous saurez tout sur la façon de réaliser un compost de qualité, vous pourrez jouer à trier vos déchets grâce à un jeu de plateau et participer à la création d'une oeuvre artistique à partir de déchets. Vous aurez également la possibilité de discuter avec Lise de "L'épicerie Autrement" sur les alternatives zéro déchet. A 16h30, vous dégusterez un goûter offert par la Ruche-Ressourcerie.

Le dimanche 29 novembre également, la boutique des Fringues d'Arlette organisera, de 14h00 à 18h00, une vente dans ses locaux, situés rue de l'Industrie (à côté du magasin "les 3 cannes").



LES FRINGUES  
d'Arlette

Pour la planète, il est temps d'agir !

# La maltraitance infantile

## ***La maltraitance infantile c'est quoi ?***

La maltraitance des enfants se traduit par toutes formes de violences physiques ou mentales, que ce soit l'abandon, la négligence, le mauvais traitement ou l'exploitation, y compris les violences sexuelles. L'enfant maltraité est celui qui est victime de violence physique, de cruauté mentale, d'abus sexuels, de négligence lourde ayant des conséquences graves sur son développement physique et psychologique.

## ***On distingue 4 catégories de violences :***

### ***La violence physique :***

Elle se manifeste par tout usage délibéré et non accidentel de la force contre un enfant de telle manière qu'il risque d'être blessé ou qu'il soit blessé. Frapper un enfant avec la main ou avec un objet, battre, donner des coups de pied, mordre, brûler, empoisonner, faire suffoquer, étrangler, noyer, secouer, droguer... sont des actes de violence punis par la loi.

### ***Les violences psychologiques :***

Ce sont des actes en général répétitifs comprenant les menaces verbales, l'isolement social, l'intimidation ou le fait d'imposer couramment à l'enfant des exigences déraisonnables, de le terroriser et de l'exploiter. Moins connues car plus difficiles à repérer, ces violences restent toutefois sanctionnées par la loi.

### ***Les violences sexuelles :***

Les violences sexuelles consistent à utiliser le corps d'un enfant à des fins sexuelles. L'abus sexuel comprend le fait de forcer ou inciter un enfant à prendre part à des activités sexuelles, s'ajoutent la prostitution de mineurs et la pédopornographie. Elles peuvent inclure des activités sans contact, comme le fait d'amener l'enfant à regarder des activités sexuelles ou à regarder/produire des images sexuelles. Faire subir des mutilations sexuelles à des enfants sont aussi des actes de maltraitance. Chaque acte de ce genre est bien évidemment puni par la loi.

### ***Les négligences lourdes :***

Il s'agit de tous les incidents répétitifs qui touchent au développement, à la santé et au bien-être de l'enfant, mais aussi de tous les échecs persistants à répondre aux besoins physiques ou psychologiques de l'enfant tels que:

- lui procurer de la nourriture, des vêtements adéquats et un abri.
- le protéger d'un mal physique, émotionnel ou d'un danger.
- lui assurer l'accès à des soins médicaux ou à un traitement.

La négligence peut consister en un manque de réponses aux besoins affectifs et émotionnels de l'enfant.



## ***Les séquelles liées à la maltraitance infantile :***

### ***Décès***

L'OMS estime à 155000 le nombre d'enfants de moins de 16 ans qui décèdent chaque année dans le monde à la suite de maltraitements et de négligences.

### ***Atteintes à la santé physique***

Les violences peuvent avoir un impact direct sur sa santé physique. Il s'agit en général de traumatismes (lésions, fractures, etc) qui peuvent entraîner un handicap. Les violences physiques peuvent générer parfois des troubles mentaux. L'atteinte à la santé peut également être indirecte, les négligences en matière de soins peuvent amener une dégradation de leur état physique (malnutrition, carences, maladies chroniques)

### ***Atteintes à la santé mentale***

Les mauvais traitements affectent l'image de soi de l'enfant, son aptitude à faire confiance et à entrer dans la vie sociale. Lorsque la maltraitance intervient très tôt dans les stades du développement de l'enfant et se manifeste de façon régulière, elle peut causer des dommages irréversibles et mettre en cause sa capacité à vivre de façon autonome.

## ***Les différentes conséquences sur la vie de l'enfant :***

### ***Problèmes de développement et d'apprentissage***

La maltraitance peut avoir un impact lourd dans les apprentissages tels que la parole et le langage

### ***Santé mentale et problèmes comportementaux***

La maltraitance peut conduire à des comportements intériorisés (retrait, tristesse, isolement, dépression, tentative de suicide, désordre alimentaire, dépendance à la drogue et à l'alcool) et entraîner des troubles actifs comme l'hyperactivité, l'agressivité ou la violence envers autrui.

### ***Situation sociale précaire***

Plus tard, l'enfant qui a été maltraité peut rencontrer des difficultés par rapport à l'emploi, à son autonomie et à son insertion sociale à long terme.



## ***Les facteurs liés aux conditions dans lesquelles survient la maltraitance :***

### ***L'âge de la victime***

Plus la maltraitance infantile est précoce, plus elle provoque des conséquences graves pour le développement affectif et le comportement d'un individu.

### ***La durée et la fréquence***

Plus les mauvais traitements sont infligés avec régularité sur une durée longue, plus l'impact sur la vie de l'enfant est lourd.

### ***La relation avec l'agresseur***

Plus proche est l'agresseur, plus le vécu est traumatique et impactant.

# LES PLANÈTES

Il n'y a pas de définition précise concernant les planètes. Cependant, une nouvelle définition de l'Union astronomique internationale a, en 2006, considéré qu'une planète est un corps céleste qui se déplace autour du Soleil ou d'une autre étoile, possédant une masse suffisante pour que sa gravité la maintienne en équilibre, c'est-à-dire sous une forme presque sphérique, et ayant éliminé tout corps intrus se déplaçant sur son orbite ou sur une orbite proche.

Dans l'univers, il existe 8 planètes, les voici :

- Mercure
- Vénus
- La Terre
- Mars
- Jupiter
- Saturne
- Uranus
- Neptune

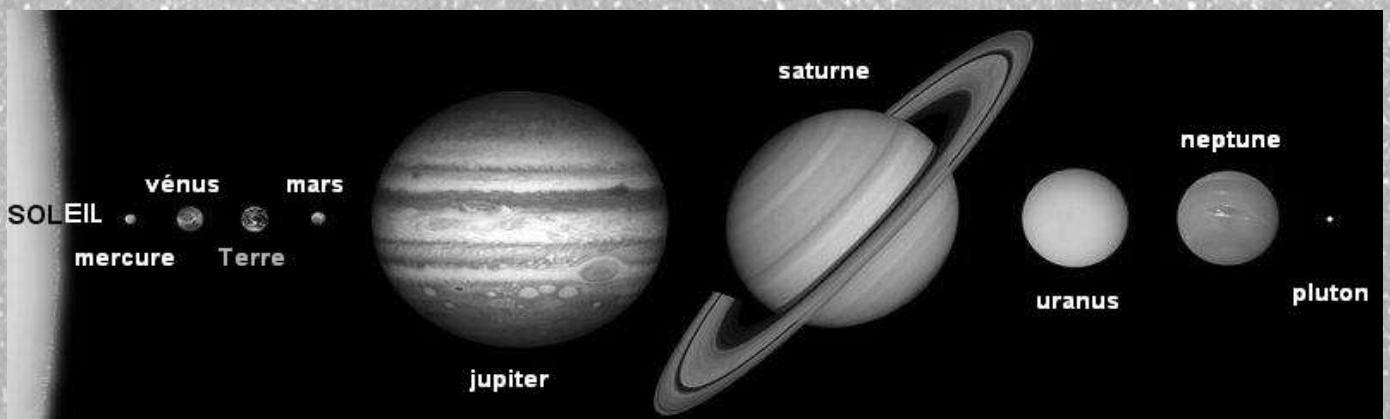
Il existe plusieurs moyens mémotechniques pour se rappeler de l'ordre des planètes, voici un exemple qui vous éclairera sans doute : Mon Vieux Toutou Médor Joue Sur Une Nappe.

Quant à Pluton, elle a perdu son statut de 9ème planète pour devenir une planète naine. Parmi les 8 planètes, seules 4 sont considérées comme grandes :

- Jupiter
- Saturne
- Uranus
- Neptune

La plus grande des planètes est Jupiter. Elle a un diamètre est de 139 822 kilomètres, soit onze fois celle de la Terre.

On les reconnaît grâce à leurs anneaux ou leurs portions d'anneaux qui les entourent. Le plus visible est celui de Saturne.





## JOURNAL INTIME : LA GROSSE

Salut ! Je me présente moi, c'est Elsa, j'ai 17 ans et je mesure 1m 60 pour 80 kilos. Je suis actuellement en 2<sup>ème</sup> année de CAP Petite Enfance. Je suis l'aînée d'une fratrie de cinq enfants.

Tout a commencé, il y a une semaine dans ce lycée où tout se passait bien jusqu'à ce jour où la fille la plus réputée de ma classe a commencé à m'insulter "de grosse, t'es moche et tu t'habilles comme un sac poubelle". Mais pour qui se prend cette personne pour me juger, j'en ai assez de ces personnes qui ne comprennent pas que je suis complexée par ce corps qui me dégoûte de jour en jour, je n'ose même plus me regarder devant ce si grand miroir que je souhaitais tellement. J'avais économisé de l'argent de poche pour pouvoir me l'acheter. Je n'en peux plus de vivre dans une société où tout le monde doit s'habiller en taille 36, je ne veux plus de ce monde hypocrite. On peut tout autant être à la mode dans une taille 48 ! Je me pose pourtant cette question : pourquoi suis-je si grosse ? À cause de cette foutue maladie qui me fait grossir de jour en jour ? Cette maladie provoque une prise de poids, elle fait partie des premiers symptômes de l'hypothyroïdie. Ce trouble affecte la thyroïde, une glande située au niveau du cou. Elle correspond à une insuffisance de production d'hormones thyroïdiennes, voilà ce que j'ai...!

Mais, voilà à quoi se résument mes journées d'école, à me faire insulter, humilier et à me faire cracher dessus. Je me sens vraiment mal, je ressens un vide comme si on m'avait planté un poignard dans le coeur. Je voudrais tellement partir de ce monde, rejoindre ma mère qui s'est suicidée après ma naissance. À cause de gens comme eux, elle est partie rejoindre les petites étoiles qui illuminent le ciel le soir. Mais pourquoi autant d'horreurs sont dites sur moi ? Je suis une personne comme une autre, que l'on soit gros ou maigre, nous sommes tous des êtres humains avec un coeur.

Et puis, un jour, la vie m'a fait un clin d'œil. Alors que je partais à l'école comme tous les autres matins, je me suis arrêtée devant ma boîte aux lettres, j'ai pris le courrier et une lettre m'a interpellée, elle n'était pas comme celles que j'avais l'habitude d'ouvrir, ou comme ces fichues factures ! Je me suis dit que je l'ouvrirais le soir, car là, j'étais déjà en retard pour aller au lycée. Après une journée épuisante, entre les cours ennuyeux et les petites insultes bien déplacées, j'ai repris la route afin de retrouver mon cocon. Une fois dans ma chambre loin de tout soupçon et des regards indiscrets, je n'ai pu me retenir d'ouvrir cette lettre mystérieuse. Ce que j'ai lu m'a perturbée au plus haut point.

C'était une invitation pour participer à un défilé de mannequins du S au XL ! L'un de mes plus grands rêves allait pouvoir s'accomplir. J'allais montrer à toutes ces personnes, que grosse ou maigre, on pouvait être jolie en maillot de bain. Encore quelques jours à attendre et j'allais réaliser ce que j'avais promis à ma mère avant sa mort.

Je savais que cette fille serait là et qu'elle allait faire tout pour gagner ce défilé. À ma grande surprise en parcourant le Ouest-France, un article parlant d'un accident de la route a attiré mon attention. Vous voyez, cette fille qui m'insultait à longueur de journée à l'école, elle avait eu un accident de voiture avec ses parents, elle était morte sur le coup, ses parents étaient juste blessés.

# Les effets néfastes du Nurofen

*Le Nurofen contient un anti-inflammatoire non stéroïdien: "l'ibuprofène". Il est indiqué chez l'adulte et l'enfant de plus de 20 kg (soit environs 6 ans), dans le traitement de courte durée de la fièvre et/ou des douleurs telles que les maux de tête, les états grippaux, les douleurs dentaires, les courbatures et les règles douloureuses. Ce médicament peut être prescrit en cas de fièvre ou de douleurs, il peut y avoir cependant la survenue d'effets indésirables comme un gonflement du visage, une anémie ou de l'urticaire. Les choses peuvent être pire encore si on utilise l'ibuprofène à la dose maximale de 1200 mg maximum par jour, même pour une utilisation de courte durée. Il peut y avoir plusieurs formes d'affections : celle du système sanguin et lymphatique, du système immunitaire, du système nerveux, oculaire, cardiaque, vasculaire, respiratoire thoracique et médiastinale, hépatobiliaire, de la peau et du tissu cutané. Il peut y avoir aussi des troubles rénaux et urinaires, mais les événements indésirables les plus fréquents sont de nature gastro-intestinale*

## *Qu'est-ce que la gastro-intestinale ?*

*La gastro-intestinale provoque des hémorragies, une ulcération avec même une perforation gastro-intestinale qui peut être parfois fatale et cela peut arriver avec n'importe quelle posologie sans qu'il y ait nécessairement de signes d'alerte.*



## *Pour quelles raisons peut-on avoir l'un de ces symptômes ?*

*La plupart des personnes victimes de ce genre de symptômes sont en général les malades qui prennent de trop fortes doses d'ibuprofène, ce qui provoque des problèmes de coeur et accroît le risque à 77% de faire un AVC ou un infarctus. Les doses habituelles chez l'adulte sont de 200 à 400 mg trois fois par jour, chez l'enfant de 20 à 30 kg (environ 6 à 11 ans) c'est un comprimé de 200 mg à renouveler si besoin au bout de six heures. Aucun risque accru n'a été observé chez les patients prenant moins de 1200 mg par jour. Selon la pharmacovigilance de l'agence européenne du médicament, l'augmentation de risques cardiovasculaires ne concerne que les patients prenant des doses d'ibuprofène supérieures à 2400 mg par jour.*

## **Qui ne peut pas prendre de ce médicament ?**

**Il est déconseillé d'utiliser ce médicament dans plusieurs cas :**

- **quand on a un antécédent d'hypersensibilité à un AINS (anti inflammatoire non stéroïdien) ou ibuprofène ou encore, à l'aspirine.**
- **si l'on a un antécédent d'hémorragie ou de perforation digestive par AINS**
- **si on a déjà eu une hémorragie gastro-intestinale ou cérébrovasculaire, un saignement évolutif cliniquement significatif ou un ulcère peptique évolutif.**

## **L'ibuprofène pendant la grossesse ou en cas de varicelle**

**L'ibuprofène n'est pas sans danger pour les femmes enceintes, il peut être toxique pour le fœtus mais et entraîner un risque de complications rénales ou cardio-pulmonaires, qui pourraient provoquer une mort foetale. Les anti-inflammatoires non stéroïdiens doivent être aussi évités en cas de varicelle chez l'enfant, la prise d'AINS peut entraîner des destructions bactériennes cutanées graves.**

## **Histoire de Lewis Lyons**

**Lewis Lyons est un petit garçon anglais qui avait attrapé la varicelle. Souffrant de maux de tête et ayant aussi de la fièvre, sa mère, Hayley a consulté plusieurs médecins qui lui ont tous prescrit du Nurofen. Après la prise de ce médicament, l'état du petit garçon a empiré. Il a fini par être hospitalisé à cause d'une septicémie, une infection du sang qui peut être mortelle. Lorsque le petit garçon a été hospitalisé, les urgentistes ont expliqué à Hayley que la prise**

**En conclusion, les ibuprofènes ne sont pas des médicaments sans risque, chaque année ces inflammatoires sont la cause de plusieurs cas de décès. Bien qu'ils soient efficaces et qu'ils agissent vite, ce n'est pas quelque-chose que l'on consomme n'importe comment, comme une friandise. Si des effets secondaires se manifestent, il est fortement conseillé de prendre rendez-vous chez son médecin.**



# Je suis un penseur

Je suis un penseur, tout comme ceux qui ont existé avant moi ; j'ai le sentiment que maintenant nous sommes moins nombreux, car nous ne prenons plus assez de temps pour nous-mêmes, mais nous fonctionnons toujours de la même façon. Nous réfléchissons de manière profonde et soutenue, nous pensons longuement à nos problèmes et comment les résoudre...

Pour ma part, je suis un penseur qui aime réfléchir à tout, sauf quand on me l'ordonne. Je pense à la façon dont j'aurais pu vivre si tel ou tel événement était arrivé. Il est à la fois facile et compliqué de créer une histoire, facile, car mon imagination regorge d'informations et difficile, car je reforge sans cesse la manière de rédiger mes textes. Mes histoires mettent beaucoup de temps à émerger ou ne se terminent jamais, j'ai un tas d'histoires bloquées sur mon ordinateur et dans ma tête, mais j'ai beaucoup de mal à les écrire car je ne sais jamais comment tourner les choses ou bien comment raconter ce qui se passe entre le début et la fin de l'histoire. Ce qui m'amène souvent à abandonner mes univers. Cela me rend confus, mais c'est comme ça, je ne peux contrôler mes pensées. Mon imagination me joue parfois des tours, en me faisant imaginer des dystopies de notre monde voire même de l'univers tout entier, j'aimerais vous raconter ce qu'il m'arrive d'imaginer, mais... moi-même, je trouve cela trop sombre pour que ce soit transcrit sur des pages... J'avoue avoir peur de ce qui m'arrive d'imaginer en dystopie, la seule chose que je peux dire et je m'en excuse, c'est que cela arrivera bientôt...

Mais pour l'instant rien n'est sûr, je trouve que ces réalités, auxquelles je rêve et pense, changent à chaque fois, je ne peux définir ce que je vois précisément. Cela me trouble, mais tel est le choix de mon cœur. Il m'arrive tout de même de penser à des choses plus positives, ce sont des pensées apaisantes pour mon esprit et donc il ne vaut mieux pas troubler les choses qui font du bien.

Le côté négatif a quelque chose d'intrigant, cette partie me blesse toujours, mais j'ai toujours envie de savoir le pourquoi du comment. J'aime pouvoir comprendre d'où vient l'origine du problème et comment faire pour le régler. J'imagine alors, plusieurs centaines de chemins à prendre avant de n'en choisir qu'un seul. Quand je pars dans mes pensées, le regard des autres ne me dérange pas, ce sont plutôt leurs rires qui me gênent. Rester indifférent n'est guère facile, mais je n'y prête pas vraiment attention, alors je continue à rester dans mes pensées.

Être dérangé pendant ce que j'appelle la mise en pause, c'est la chose la plus désagréable qui soit, mes pensées sont perturbées, impossible pour moi de voir ou de réfléchir et j'en suis réellement frustré, certains réagissent violemment à ces perturbations, d'autres, sont plus ou moins énervés ou alors comme moi, on ne dit rien.

Le fait d'être un penseur a considérablement adouci mon caractère, j'étais largement plus nerveux à l'époque. Aujourd'hui, je suis quelqu'un de calme qui ne se préoccupe plus des piques des autres, des remarques et même des jugements. Peut-être que si j'avais encore mon ancien caractère, je pourrais répondre, mais maintenant cela ne me gêne plus. Avant, si on avait le moyen de me pousser au-delà de mon seuil de patience, une personne pourrait vous dire que j'étais plutôt froid dans ma colère, tout ce que je devais dire, bon ou mauvais, je le disais, peut importe les conséquences. Mais heureusement pour moi, je me suis calmé. Mais si je me tourne vers l'astrologie pour répondre à cette question, je suis Gémeaux... Cet homme si calme, est-ce ma deuxième personnalité ? Celle-ci a-t-elle peur de la première ?

Peut-être une nouvelle question résolue.

Mais après tout, chacun a sa façon de penser et moi, j'ai trouvé la mienne.

## Début d'un projet

- Eh ! Réveille-toi ! C'est bientôt à toi de commencer !

*J'étais réveillée en sursaut par une voix de femme qui me semblait lointaine.*

- Hum... Hein ? À moi de commencer ? Commencer quoi ? Où... Où suis-je ?

*Je regardais tout autour de moi. L'endroit m'était totalement inconnu. Je me retrouvais, d'une façon inexplicable, dans une petite pièce bien éclairée, et dont le mur et le sol étaient recouverts de décors rouge et or. Il y avait des costumes et des accessoires de comédiens et d'artistes, d'un côté, bien rangés dans l'armoire restée ouverte près de moi, et d'un autre côté, entassés, empilés sur le sol, pas encore rangés.*

- Qu'est-ce que je fais ici ? Et qu'est-ce que je dois faire exactement ?

*La jeune femme qui m'avait réveillée se pencha vers moi, avec une mine perplexe.*

- Tu te poses beaucoup trop de questions, toi ! Le but à chacun, ici, c'est de réaliser un projet. Tu en as déjà un ou pas ?

- Euh... non.

- Ok, c'est pas grave. Tu es aussi là pour qu'on t'aide à mieux définir ton projet, tu sais. Mais ici, c'est pas un endroit pour dormir ! Je ne comprends pas comment ça se fait qu'on t'ai laissée t'endormir, d'ailleurs...

*Moi non plus je ne comprenais pas.*

- ... Donc il est grand temps que tu te réveilles !

*Elle avait conclu sa phrase sur un ton plus prononcé, plus fort et plus oppressant.*

*Je me sentais tout à coup mal à l'aise. Elle s'était redressée et éloignée de quelques pas. Je pouvais alors apercevoir un grand miroir devant moi. Et là, quelle surprise ! Une queue de poisson était apparue à la place de mes jambes.*

- Mais... C'est moi ?? Mais je ne suis pas une sirène !

- C'est juste un déguisement pour un petit jeu de rôle, pas de panique !

- Ah... D'accord...

*J'étais soulagée. Enfin qu'à moitié, en vérité !*

- Un jeu de rôle ? Comment ça ?

*Elle n'avait pas répondu à ma question, et, comme je me sentais incapable de bouger avec cette grande nageoire, deux jeunes hommes entrèrent dans la pièce et me soulevèrent du sol, pour m'emmener dans une autre pièce. Là, ils me forcèrent à me jeter à l'eau dans un aquarium géant. Devant moi, je pouvais voir à travers la vitre de l'aquarium des rangées de chaises, mais il n'y avait pas de public. Personne. Je me retrouvais seule dans la pièce. Les deux jeunes hommes étaient repartis, aussi vite qu'ils étaient venus. Peut-être qu'il s'agissait d'un entraînement ou d'un test ?*

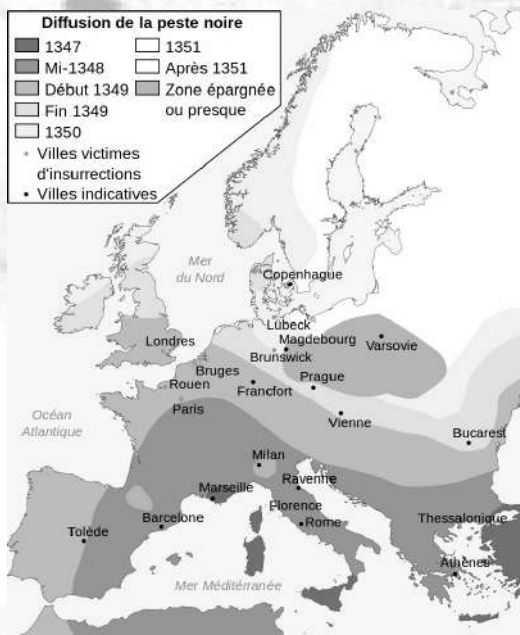
*Au bout d'un moment, je commençais à manquer d'oxygène. Je passais de la peur à la panique. Je ne pouvais pas accéder à la surface de l'eau : l'aquarium était rempli presque à ras-bord et le haut de l'aquarium touchait presque le plafond de la pièce. Alors, instinctivement, je me mettais à cogner contre la vitre. Mais pas de chance, je me heurtais aux parois en double-vitrage. Je me sentais alors impuissante, et me retrouvais plongée dans les profondeurs de l'abysse... Le noir complet...*

*Lorsque je rouvris les yeux, je me retrouvais tout simplement... dans mon lit. Tout cela n'était qu'un rêve. J'étais rassurée, cette fois, vraiment. Mais soudain, je me disais :*

*"Aujourd'hui, je vais commencer pour de bon la réalisation de mon projet.*

*Mais pourquoi cette association s'appelle-t-elle "Poisson d'Avril" ?"*

# La peste noire dite " la mort noire", un des fléaux du Moyen-Âge



La peste est apparue pour la première fois en Europe dans le bassin méditerranéen au milieu du V<sup>ème</sup> siècle, au temps des rois mérovingiens en Europe et de l'Empereur Justinien à Byzance. En 1320, la peste bubonique, avec des bubons, tumeurs inflammatoires qui se forment aux glandes de l'aîne, de l'aisselle ou du cou, fait sa réapparition en Mongolie. Elle arrive en Europe par bateau, en novembre 1347 à Marseille cette escale lui permet ainsi de partir à la conquête de l'Europe ! L'épidémie se propage d'autant plus rapidement car la population est déjà affaiblie à cause d'une multitude de facteurs. Les pénuries alimentaires et les disettes accentuent le problème, les guerres aussi permettent à la peste de se répandre. Au tout début, les Européens croient que la peste circule par les voies aériennes, c'est la théorie du miasme. Dès que des rumeurs de peste se diffusent, les gens fuient ailleurs, ce qui a pour effet de la propager encore plus rapidement. La peste noire va durer cinq ans, de 1347 à 1353, par la suite elle apparaîtra de manière plus sporadique dans toute l'Europe.

La "Grande Peste" va tuer entre 30 et 50 % de la population européenne, ce qui est énorme. C'est l'un des plus grands fléaux qui toucha l'Europe au XIV<sup>ème</sup> siècle, avec les famines et les guerres. Mais qu'est-ce que cette peste noire exactement ? Pendant la période que l'on évoque, il y a deux types de pestes, la peste bubonique et la peste pulmonaire, toutes deux ont ravagé l'Europe et ont laissé derrière elles de très nombreux cadavres. Les origines de ces maladies sont connues, la peste bubonique venait de la puce infectée provenant d'un rat ou d'un autre mammifère, une fois mordu on était infecté ; l'autre peste, elle, nettement plus mortelle, provenait d'une bactérie. Quels étaient les symptômes de cette pandémie ? La peste bubonique générait de la fièvre, des douleurs articulaires, des maux de tête, des problèmes respiratoires et des bubons apparaissaient sur le corps. Pour la peste pulmonaire, les premiers symptômes étaient de la fièvre, une gêne respiratoire et une toux avec du sang. Les deux conduisaient à la mort, la pulmonaire plus rapidement que la peste bubonique car elle était plus sanglante. De plus, les méthodes de l'époque ne permettaient pas de traiter efficacement les deux maladies.



"Le Triomphe de la Mort", datant de 1562 et peint par Brueghel L'ancien.

Même si le tableau est postérieur à l'époque que nous avons citée, il n'en est pas moins la représentation la plus manifeste de la fascination pour la mort et le macabre. Il est vrai que l'auteur de ce tableau a vécu après cette grande peste, mais comme nous l'avons dit, elle est apparue de manière sporadique durant les siècles qui ont suivi. La peste a eu des effets sur la production artistique, notamment au niveau de l'inspiration des peintres. On a vu fleurir nombre de peintures montrant la mort sous tous ses états. Cette période a influencé l'art, beaucoup d'artistes ont développé une certaine fascination pour la mort, la "grande faucheuse". Cet engouement est né de la peste noire et de tous les maux qui ont touché l'Europe, elle fut aussi instrumentalisée par l'Église qui voulait installer un sentiment de peur parmi le peuple. Ce tableau a tout de la fresque macabre, les décors sombres et apocalyptiques, les squelettes qui représentent la mort sont partout et les vivants tentent d'y échapper ou de se battre vainement. Dans cette mise en scène de la mort, rien ni personne ne peut sauver les hommes.

Nous voyons à droite, la représentation du docteur Schnabel de Rome. On a tous déjà vu dans nos manuels d'école ou à la télévision ces drôles de personnages. Avec leurs grandes tuniques, leurs bottes, leurs gants, leurs chapeaux et surtout leur emblématique masque qui inspire souvent la peur, on les nommait "les médecins becs". Le médecin avait dans son masque des fleurs séchées ou des épices afin d'éloigner les mauvaises odeurs qu'ils considéraient comme responsables de la maladie. Tous étaient payés par les villes afin de tenter de guérir les malades ou de faire le nécessaire pour se débarrasser des cadavres qui s'amoncelaient dans les rues. Ils n'étaient pas tous de bons médecins, certains avaient obtenu leur diplôme de justesse. Dans la culture populaire, le costume est associé à un personnage de la commedia dell'arte nommé Il Medico della Peste.



"La Peste d'Elliant", datant de 1849 et peint par Louis Duveau.

Ce fléau qu'a été la peste noire a eu pour conséquence directe de vider l'Europe de la moitié de ses habitants durant le temps de cette pandémie. En effet, cela faisait trois siècles que l'Europe connaissait un accroissement démographique continu. Cette hausse a eu de mauvaises répercussions, car il fallait nourrir l'ensemble de la population d'autant plus que les mauvaises récoltes accumulaient créant des périodes de famines et de disettes importantes. Les guerres n'ont pas arrangé les choses. Ce sont tous ces facteurs réunis qui ont permis à la peste de se développer et de se répandre à travers l'Europe. Malgré la violence de cette pandémie qui fut la plus meurtrière du Moyen Âge avec près de 25 millions de morts, elle n'a pas touché toutes les régions de la même façon, ainsi des territoires ont été moins impactés que d'autres. Mais cela ne change rien au fait que la peste noire a parfois vidé des villages et des villes entières de leur population. Certaines villes ont vu la maladie se propager de manière extrêmement rapide à cause du trop plein de citoyens qui s'entassaient dans des lieux insalubres et où l'hygiène y était précaire. La médecine de l'époque ne pouvait rien faire pour endiguer l'épidémie, les seules méthodes utilisées étaient des saignées ou encore des remèdes dont on pouvait douter de l'efficacité réelle.

Ainsi s'achève notre épopée sur la peste noire, nous n'avons fait qu'effleurer le sujet. Cependant, il existe de nombreux ouvrages historiques sur cette thématique à la fois passionnante et funeste.

*V. L. V. L. V. L.*  
T. L. L. L. L. L.

# *L'amour en toutes choses*

Qu'est-ce que l'amour ? Je vais essayer de vous résumer mon avis sur ce vaste sujet.

Souvent quand on parle d'amour, on pense aux relations sentimentales ou à la famille, mais en réalité l'amour est plus vaste, il est présent aussi dans les relations amicales, on parle aussi de l'amour de soi, des animaux, de la nature ou encore de l'attachement pour des objets.

L'amour est le sentiment le plus beau et le plus puissant sur cette terre. C'est ce qui nous fait vivre en quelque sorte. Deux personnes qui s'aiment mettent au monde une vie et cette vie va à son tour en créer une autre.

## **L'amour de soi**

L'amour ne fait pas mal. C'est le manque d'amour qui fait souffrir. Le manque d'amour de soi d'abord. C'est la chose la plus importante pour une vie épanouie et heureuse. Comment peut-on aimer quelqu'un si l'on ne s'aime pas soi-même ?

## **Les relations sentimentales**

L'amour dans un couple est un sentiment qui va bien au-delà du coup de foudre, du besoin, de l'affection, de l'amitié, de l'attraction ou encore du sexe. C'est aussi la confiance, le respect, l'honnêteté, l'intégrité, l'intimité, le partenariat qui crée une belle alchimie. Chaque personne, chaque expérience amoureuse, bonne ou mauvaise, nous fait avancer dans la vie.

## **La nature**

Regarder les étoiles, contempler le paysage, écouter le bruit des vagues, aimer la beauté des feuilles, des arbres et des fleurs, regarder les nuages, sentir la pluie sur sa peau, l'odeur de l'herbe fraîchement coupée, le sable chaud sous nos pieds, regarder des coquillages, écouter le chant des oiseaux, admirer le vol des papillons... Ce sont des choses simples qui nous procurent beaucoup de bonheur.

## **Les objets**

Souvent, on ne s'en rend pas compte, mais nous donnons beaucoup d'importance à nos objets. Par exemple, quelqu'un de proche que vous aimez, vous a offert un collier, vous allez donc donner beaucoup plus d'importance et d'amour à cet objet. Vous serez déçu si vous le perdez, le cassez ou si vous vous le faites voler. C'est donc une forme d'amour. "J'aime cet objet car ma grand-mère me l'a offert", il acquiert alors une valeur sentimentale.



## **La famille**

La famille, c'est souvent ce qu'il y a de plus cher dans nos vies. Tout le monde naît avec une famille, que l'on estime bonne ou mauvaise par la suite. Dans la plupart des cas, l'amour familial est tellement fort qu'on serait prêt à tout pour protéger nos parents, nos frères, nos sœurs etc.. C'est souvent les personnes qui peuvent nous faire le plus de bien, mais parfois aussi le plus de mal. Le décès d'une personne proche de notre famille est généralement une étape très difficile. Mais il ne faut jamais oublier que la vie continue malgré tout et qu'il y a probablement d'autres personnes autour de nous qui nous aiment. L'amour familial nous permet souvent de pardonner des choses qu'on peut qualifier d'impardonnables.

## **Les amis**

Les amis, ce sont ces personnes qui s'ajoutent en quelque sorte à notre famille. Bien souvent ils sont de passage dans nos vies, ils sont là pour nous aider, nous épauler, nous faire comprendre et apprendre des choses. Nos amis sont souvent ceux qui partagent les mêmes idées, la même façon de voir que nous, un homophobe peut-il être ami avec une personne bisexuelle ? Parfois, c'est compliqué oui ! Pour moi, les amis, ce sont ces personnes que nous aimons et qui nous aident dans notre parcours de vie, que ce soit pour un mois ou 50 ans.

## **Les animaux**

Les animaux, ces petites ou grosses bêtes que nous aimons et qui comblent parfois un certain vide. On sous-estime souvent leur valeur, certaines personnes les prennent pour des "jouets", les maltraitent et les abandonnent. Or, ce sont des êtres vivants comme vous et moi, qui ont leurs propres sentiments et ont beaucoup d'importance. Par exemple, pour une personne aveugle, son chien est un compagnon qui va l'aider et la guider dans son quotidien en lui apportant de l'amour et du bien-être.

## **Les inconnus**

Ce sont ces personnes que nous rencontrons par " hasard " et qui avec un sourire, un mot, une phrase nous aident ; ces gestes, ces attentions sont des rayons de soleil qui peuvent égayer notre journée. C'est toujours plus agréable de voir des gens souriants, communicatifs, et surtout, solidaires.

*'' Aimer donne la force de lutter, la force d'agir et de se dire que tout est possible ''*

# SNOOP DOGG ÉVOQUE LA RIGUEUR DE TRAVAIL DE 2PAC

## Le rappeur se confie.



Snoop Dogg se laisse aller à la nostalgie ces derniers temps. La légende du rap West Coast a publié sur ses réseaux sociaux un extrait d'interview dans lequel il se confie sur Tupac Shakur et plus exactement sur ses habitudes de travail.

### **L'énorme influence en 2Pac**

Ainsi, dans la courte pastille vidéo, le Snoop D.O. Double G revient sur ce que lui aura appris son amitié avec Pac : « Je pense que ce que j'ai pu apprendre de 2Pac, c'est une déontologie dans le travail complètement différente. J'ai toujours eu une bonne éthique de travail, j'étais à l'heure, professionnel, mais il m'a fait voir qu'il était possible d'être plus rapide en se focalisant sur les choses primordiales. Laisse les ingénieurs mixer et masteriser, ne t'accroches pas à ça, mais passionne-toi pour le travail, sur ta capacité à faire encore et encore et à continuer. »

L'interprète de Snoop's Upside Ya Head confirme l'influence de son ami sur sa manière d'être et de faire : « Mais je sens que quelque chose m'a été passé et désormais, je le prouve par ma méthode de travail et par d'autres choses également, la façon dont je me diversifie. Je vais passer cela à la jeune génération, afin de leur prouver qu'elle peut faire ce que je fais. »

Durant les quelques années où ils se seront côtoyés, Snoop et 2Pac auront pris le temps de laisser quelques classiques, dont l'indémodable 2 Of Amerikaz Most Wanted, à retrouver sur l'album All Eyez On Me de Pac.

### **Un film sur 2Pac en préparation**

Près d'un quart de siècle après sa mort, Pac continue donc d'influencer de nombreux artistes, et son aura est intacte. Plus encore, le rappeur fait encore l'objet de nombreux projets, dont un sortant franchement des sentiers battus : initié par le réalisateur américain Rick Boss, un film attendu dans le courant de l'année 2021 va montrer ce qui aurait pu se passer si Pac n'avait pas perdu la vie en septembre 1996.



Snoop Dogg, de son vrai nom Calvin Cordozar Broadus, Jr., né le 20 octobre 1971 à Long Beach (Californie) est un rappeur et producteur américain. Snoop Dogg se popularise initialement comme MC dans le milieu du rap West Coast, et devient l'un des protégés du producteur Dr. Dre. Sa mère le surnomme rapidement « Snoopy » en raison de l'expression de son visage ; il adopte par la suite le nom de Snoop « Doggy » Dogg, lorsqu'il se lance dans les enregistrements. Il raccourcit son nom en 1998 lorsqu'il quitte le label qui le révèle, Death Row Records, pour signer avec le label de Master P, No Limit Records. Plusieurs de ses cousins sont également rappeurs, dont RBX et Nate Dogg,

Le premier album de Snoop, "Doggystyle", est publié en 1993. Avec presque un million d'exemplaires vendus en une semaine, il est certifié quadruple disque de platine en 1994 et contient plusieurs singles à succès comme Who Am I (What's My Name)? et Gin and Juice. En 1994, Snoop participe à la bande-son du court-métrage "Murder Was the Case" de Death Row Records, dans lequel il joue. Son deuxième album "Tha Doggfather", publié en 1996, se place également en tête des classements et contient le single à succès Snoop's Upside Ya Head. L'album est certifié double disque de platine en 1997.

Snoop Dogg devient célèbre pour sa voix "traînante, nonchalante et paresseuse", faisant contraste avec la plupart des rappeurs de sa génération. Il compte environ 40 millions d'albums écoulés à l'international.

Fumeur de marijuana compulsif, il s'est également surnommé "Snoop Lion" à l'occasion de son basculement vers le reggae en 2012. En 2016, il devient WWE Hall of Famer grâce à son apparition aux côtés de sa cousine Sasha Banks<sup>2</sup>.

Le 19 novembre 2018, il obtient son étoile sur le Walk of Fame d'Hollywood Boulevard.

# La petite histoire des Gaulois

Il y a 3000 ans, vers 1000 avant J.-C. des Celtes, venus du nord et de l'est, s'installèrent dans nos contrées, particulièrement dans la moitié nord du pays alors que dans le Midi, les Ligures, les Ibères, les Grecs, de taille plus petite, demeuraient nombreux. On appela les habitants de la Gaule les Gaulois. Ils étaient plutôt des hommes grands et forts, blonds, aux yeux clairs. Ils portaient des moustaches tombantes et des cheveux relevés en touffe sur la tête. Ils étaient joyeux, fiers, braves et buvaient beaucoup de bière.

Les Gaulois n'étaient pas des barbares comme tout le monde tend à le croire. Ils savaient défricher et cultiver la terre. À travers les immenses forêts gauloises, ils implantèrent des villages avec des cabanes carrées ou rondes, construites en pierres sèches ou en bois et au toit de paille. Les paysans gaulois labouraient, semailles ou moissonnaient le blé et l'orge et élevaient des troupeaux de porcs, de bœufs ou des chevaux. Parfois, sur un plateau escarpé, se dressait une petite ville derrière son rempart de pierres. Des maisonnettes s'entassaient le long des ruelles étroites. Des tisserands, des potiers, des forgerons fabriquaient et vendaient leurs marchandises, des vases, des outils et des armes... Les Gaulois faisaient du commerce avec les peuples éloignés. Les plus aisés aimaient les belles œuvres d'art.

La Gaule d'avant César n'était pas un territoire sauvage à l'écart de toute civilisation, mais un monde qui avait connu certains des processus évolutifs, quelques siècles plus tôt, en raison de l'émergence de la civilisation gréco-romaine. Les découvertes des archéologues, auxquelles s'ajoutent les études en ostéologie et en anthropologie, menées en laboratoire, ont renouvelé en profondeur la connaissance de nos ancêtres.

Parler de la Gaule, prête déjà à discussion. Au 1<sup>er</sup> siècle avant notre ère, à la veille de la conquête par Jules César, l'espace géographique très vaste englobant la France, la Belgique, le Luxembourg, une partie de l'Allemagne et des Pays-Bas actuels était occupé par une centaine de peuples, de fédérations, et de petites collectivités ; l'organisation politique et les relations avec Rome étaient extrêmement diverses.

Les Gaulois vénéraient énormément de divinités, tels que Taranis, maître du ciel, et Teutaès, dieu de la guerre. D'autres sont plus spécifiques: Cernunnos, dieu de la fécondité à cornes de cerf, Épona, protectrice des chevaux, Lugus, gardien du feu.... Chaque peuple pouvait avoir ses propres croyances, même si certaines divinités étaient communes.

La mort ? Un passage vers le monde d'en haut ou, pour ceux qui ne pouvaient y aller, une descente sous la terre avant que l'âme ne se réincarne et revienne parmi les mortels.

## Le pire des mondes ?

Regardez-les. Ils sont là, tous là, ensemble à crier à la face du monde leur bonheur, c'est insupportable ! Pourquoi devrais-je subir ces affronts, moi dans ma vieille demeure. J'habite dans cette ville du Mesnil-Heureux, avant ce n'était qu'un petit hameau sans importance, j'avais ma belle demeure avec ses grands jardins, ses fontaines, ses cours d'eau et son petit moulin, mais ça, c'était avant. La commune a voulu rajeunir l'image de notre village, comme si j'étais un vieux, alors que je n'ai que vingt-huit ans. J'ai du vendre plusieurs de mes terres afin de faire plaisir à ces nigauds, une chance que la compensation financière fut conséquente. J'ai pu embellir ma demeure de ravissantes gargouilles, c'est un manoir de style victorien sombre avec deux tours octogonales de part et d'autres de la façade donnant l'impression d'une petite forteresse. La porte d'entrée est en ébène laqué afin de faire ressortir sa couleur sombre. La noirceur de ma propriété n'est que beauté, rien ne peut m'empêcher d'être heureux chaque jour à l'idée de voir toutes ces merveilles. Je travaille chez moi, j'écris des romans et des nouvelles en tout genre. Je ne me déplace jamais dehors sauf pour aller faire mes courses.

Cela fait maintenant plusieurs années que mes jardins se sont réduits comme une peau de chagrin. J'ai réorganisé mon petit domaine et ne garde que ce qui me semble essentiel pour vivre. Le moulin a disparu dans les flammes de l'insolence humaine, il a été rasé et à la place un petit immeuble fut érigé, une horreur blanche avec des couleurs telles celles de l'arc-en-ciel, qu'il me vienne en aide ce ciel à supporter cette chose ! Mon terrain n'est plus ce qu'il était, mes forêts sont parties en fumée, transformées en lotissement pour jeunes couples et autres indigents. J'ai du entourer ce qu'il restait de ma propriété d'une immense haie verte, si haute que je suis obligé de monter au troisième étage pour apercevoir l'horizon. C'est ma frontière, celle qui me protège de tout. J'ai réussi à conserver tout de même le cours d'eau, j'ai pris sur moi de l'aménager pour en faire un jardin d'eau où toutes mes statues grecques et romaines peuvent désormais me tenir compagnie lorsque je me sens seul.

Non loin de mon domaine, ils ont aménagé une place du village comme ils disent, pour moi ce n'est que la place de la grande tromperie. Le lundi, jour de marché, chacun braille et vend ses produits pourris. Tout cela sent le mensonge et le marchandage, l'enrichissement personnel. Le jeudi, loto communal, je ne vais bien sûr pas assisté à ce moment où la plèbe s'extasie d'entendre des chiffres sortant d'une boule grillagé aussi jaune que le poussin qui vient de naître. Encore une fois, tout n'est que fanfaronnerie, mensonges et tentatives plus ou moins habiles pour amadouer son voisin ou sa voisine afin d'obtenir des faveurs futures, une tondeuse, un taille -haie, une place de parking ; pathétique ! Chacun sait que je n'assisterai jamais à cela, d'ailleurs un bruit a couru et cours encore. Deux à trois fois dans l'année, nous avons pendant deux semaines des fêtes foraines. C'est le bal des galocheurs et amoureux invétérés ! Que ne donnerais-je pas pour qu'il pleuve à ces moments-là, mais non, mes pouvoirs ne sont plus, rien ne va, le soleil remplace la pluie divine et salvatrice.

Avec le temps, tout le monde cherche à savoir à quoi je ressemble, j'entends dire tellement de choses que cela en est hilarant, plus ils me trouvent des attributs étranges et des défauts, plus mon inventivité s'accroît. Si seulement ces fous savaient que grâce à leur bêtise, j'écris ce qu'ils lisent avant d'aller dormir, ils n'en reviendraient pas. Je ne leur ferai jamais un tel plaisir, ils sont bien peu ceux qui savent à quoi je ressemble. Habillé en vieil aristocrate du XIXème siècle sorti tout droit d'un roman de Hugo, chaque fois que je me montre à la mairie, c'est l'occasion de leur en mettre plein les yeux, créant une vague de rumeurs folles. D'aucun dise qu'un vampire habite là, d'autres que je suis immortel, d'autres encore que je n'ai pas cet âge et que j'ai fait de la chirurgie esthétique. Tout cela est follement amusant.

J'ai pourtant essayé de vivre comme eux, il ya quelques siècles, j'ai cru à l'amour, mais il m'a poignardé dans le dos par deux fois. Je ne peux plus faire confiance à qui que ce soit.

Maintenant que j'ai presque trois cent ans de plus, je vois la Terre devenir informe, aride, sèche comme le sable du Sahara et pourtant, les humains sont toujours là, à s'aimer à la fête des hurluberlus, à s'offrir des pommes en guise d'offrandes, tels des petits cochons qui attendent ce jour pour se lécher le museau et se reproduire à la vitesse des lapins.

Éternel je suis, éternelle solitude, éternelle vie de solitude absolue. Jamais plus, le soleil ne brillera de nouveau sur ma peau, jamais plus l'infamie ne me sautera au cou, jamais plus l'amour ne me détruira.

# *Le lac de Rabodanges*

*Le lac de Rabodanges est un bassin artificiel situé dans le département de l'Orne en Normandie, créé en 1960 par EDF afin de produire de l'électricité pour les habitants de la commune.*

*Le bassin de Rabodanges permet un stockage de 6 millions de mètres cube d'eau sur 95 hectares, retenus par un barrage de 160 mètres de long et de 17 mètres de haut. Il a une profondeur minimum de 10 mètres et une largeur de 6 kilomètres.*

*Jusqu'en 1956, il y avait un village qui se trouvait à la place du lac. Ce village a été englouti lors de la construction du barrage qui sert à de filtrer l'eau du bassin.*

*Le lit de l'Orne présente sur quatre kilomètres une déclivité exceptionnelle de l'ordre de 40 mètres que l'on ne rencontre nulle part ailleurs en Normandie.*

*Pendant 3 ans, une centaine d'ouvriers, dont des immigrants italiens et africains, ont travaillé d'arrache-pied pour édifier le barrage.*

*Le bassin de Rabodanges est le plus grand plan d'eau de l'ex-Basse-Normandie. Tout a été mis en oeuvre pour en faire un endroit où les familles peuvent s'y promener et s'adonner aux joies de la nature. Deux restaurants y sont implantés dont un qui surplombe le lac. Il y a également des balançoires, un petit toboggan, un terrain de pétanque, des tables de pique-nique. On peut y pêcher et il est fréquent de voir des pêcheurs la nuit lorsque l'on y va car il est connu pour la pêche nocturne à la carpe. Il y a aussi la possibilité de faire du ski nautique, de la bouée et du snowboard tractés par un bateau à moteur.*

*Le bassin est vidé tous les 5 ans afin de pouvoir purger l'eau et de nettoyer le fond du lac.*



# La Guillotine

*De conception française, la guillotine est une machine inspirée d'anciens mécanismes à décapitation.*

*Imaginée et proposée à l'Assemblée nationale constituante en 1789 par le docteur Guillotin, fabriquée trois ans plus tard par un facteur de pianos, la guillotine réussit ce paradoxe d'avoir été inspirée par des idées héritées des Lumières. Elle a pour fonction d'exécuter des condamnés à mort. Elle est constituée par une lame trapézoïdale en acier placée entre deux montants en bois.*

*Dans l'Ancien Régime, les exécutions publiques, conçues comme un spectacle, un moment d'expiation collective, étaient l'occasion d'affreuses tortures. Selon leur profil et leur rang social, les prisonniers étaient condamnés à la pendaison, au bûcher, à l'écartèlement, au supplice de la roue ou encore à la décapitation à l'épée ou à la hache, privilège de la noblesse. Mais en 1791, contre l'avis de Robespierre, partisan de l'abolition, la peine de mort est maintenue et il est décidé que tout condamné aura la tête tranchée.*

*Cette machine de la mort a eu ce rôle de 1792 à 1977. Dans l'argot des rues, elle sera aussi surnommée le « rasoir national » ou la « Veuve », la « Louison » ou encore La « Louise ». Les magistrats préfèrent, quant à eux, le délicat euphémisme de « bois de justice ».*

*Elle recueillit en France un vif succès populaire jusqu'au 29 juin 1939, date à laquelle les exécutions ont cessé d'être publiques.*

## **Qui était le premier guillotiné de France ?**

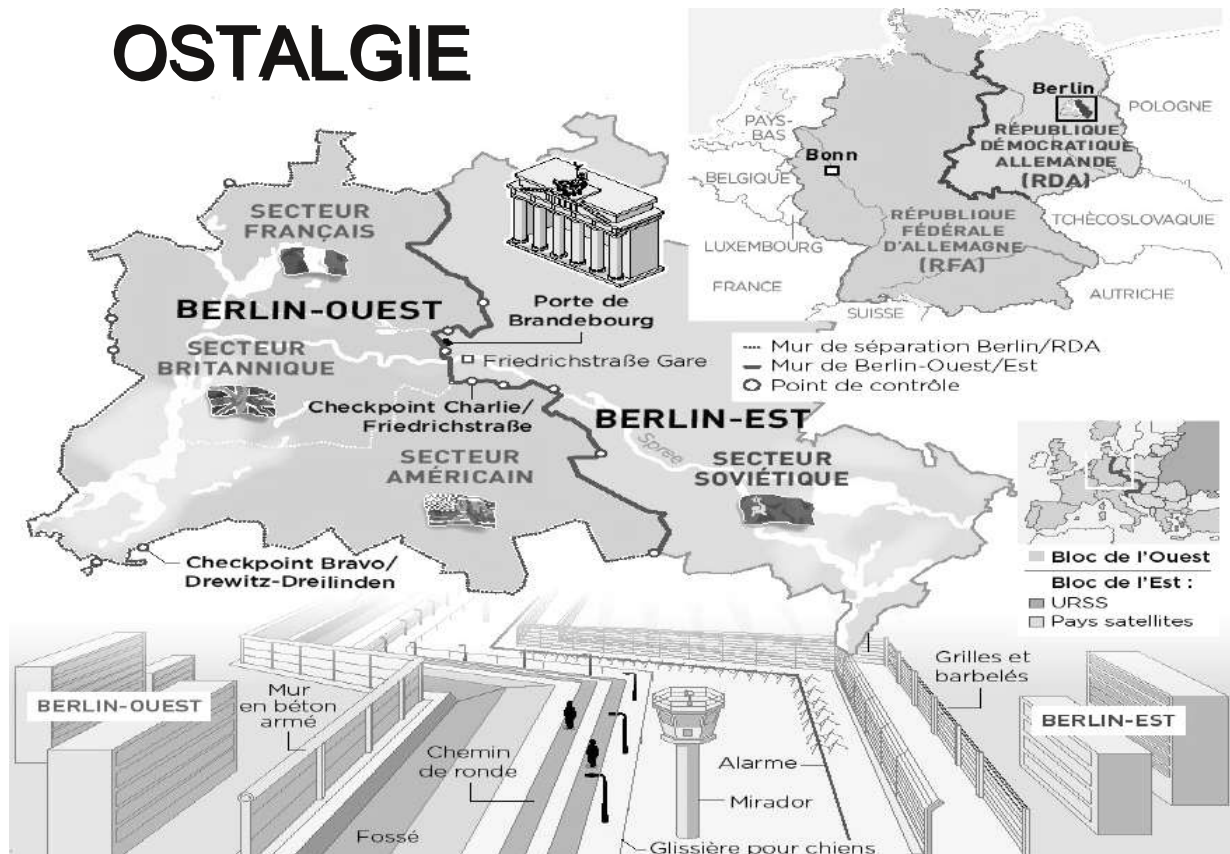
*Il s'appelait Nicolas Jacques Pelletier, cet homme a été accusé d'avoir donné plusieurs coups de couteau à un passant pour lui dérober son argent. À la suite d'un troisième jugement, il fut condamné définitivement le 24 janvier 1792 à la peine capitale. Il a été guillotiné en place de Grève (maintenant Place de l'Hôtel de Ville-Esplanade de la libération du 4<sup>ème</sup> arrondissement de Paris), le 25 avril 1792.*



## **Et le dernier ?**

*En France, une guillotine a fonctionné à la prison des Baumettes, à Marseille pour la dernière fois le 10 septembre 1977. Hamida Djandoubi, 28 ans, surnommé « le tueur maquereau », a été condamné à la peine de mort le 25 février 1977 pour assassinat après tortures, actes de barbarie et pour viol sur la personne d'Elisabeth Bousquet, son ancienne compagne. Il est le dernier condamné à mort en France. La guillotine fut remise définitivement, après l'abolition de la peine de mort le 18 septembre 1981.*

# OSTALGIE



## Le mur de Berlin en chiffres



- 1 mur et 1 ligne parallèle de grilles et de barbelés coupaient la ville. Entre les deux, un espace d'environ 5 mètres : le No man's land.
- Le mur mesurait 3.60 mètres de haut.
- 43 kilomètres de mur séparaient Berlin-Ouest de Berlin-Est.
- 112 kilomètres de mur séparaient Berlin-Ouest et la RDA.
- 193 rues étaient coupées
- 302 tours de contrôle y étaient installées, 93 miradors et 20 bunkers.

Après de la Seconde Guerre mondiale, les Alliés sortent vainqueurs : ils sont Russes, Américains, Anglais et Français, ensemble ils veulent éliminer tout risque de résurgence nazie et se partagent le territoire de l'Etat allemand en 4 zones et occupent ainsi l'Allemagne. Rapidement les relations se tendent entre eux, L'URSS de Staline décrète la séparation de l'Allemagne et fait bâtir un immense "Rideau de Fer", symbole de l'Europe divisée en 2. La RFA, République Fédérale d'Allemagne est le premier Etat fondé par les Etats-Unis avec l'aide de l'Angleterre et de la France, ensuite les Communistes fondent la RDA, République Démocratique Allemande en 1949.

**Ostalgie** : C'est la nostalgie de l'ancienne Allemagne de l'Est, la RDA. Il existe un réel engouement pour les objets de la RDA, réputés pour leur solidité, notamment pour la signalisation "Ampelmann", les figurines pour piétons. Mais également pour le chocolat, la lessive, les drapeaux, les chemises, etc... Il existe plusieurs musées dédiés à l'histoire de la RDA qui ne se résument pas seulement à la répression.

Dans les mémoires de nombreux citoyens est-allemands que l'on interroge aujourd'hui, la RDA signifiait aussi la paix, l'antifascisme et le plein emploi. Ils regrettent le communisme qui prônait l'égalité entre les hommes et les femmes, favorisait la culture et assurait le logement pour tous. Les compétences à l'école étaient très hautes et le sport important. Ces nostalgiques oublient la fin des libertés d'expression, de presse et de mouvement, l'utilisation de la torture contre les opposants politiques et les moyens de répression extrêmement développés, l'occupation militaire par les troupes soviétiques. La Stasi fut la plus grande police secrète qui ait jamais existé dans le monde. Il régnait un climat de peur permanente, on se méfiait des uns et des autres. Le système était totalitaire, aucune opposition n'était tolérée. Le communisme était toutefois fondé sur la volonté de rompre avec le national socialisme et le nazisme.

L'idéologie communiste défendait le pouvoir des prolétaires, à titre d'exemple, un ouvrier gagnait à peu près autant qu'un médecin ; ce système politique refusait la société de consommation.

Après la chute du mur de Berlin, le rattrapage des conditions économiques, sociales et culturelles entre les deux anciens Etats fut progressif, mais il n'est pas encore achevé à ce jour. Les Allemands de l'Est ont découvert la consommation de masse, le chômage et l'insécurité. Ils ont été confrontés à de nouvelles habitudes de vie sans réelle phase de transition.