Bulletin mensuel

Mai 2023 | N°2

LE JOURNAL

LYCÉE RAYMOND NAVES

Dossier : Données numériques & environnement

Cuisine, Orientation, Sport, Films

NUMÉRO 2 · MAI 2023

LE JOURNAL

Le bulletin d'information officiel du lycée Raymond Naves

Vote du titre

Le petit mot de la redac'

PAR LE CVL

Bonjour à tous ! Le printemps vient d'arriver et voilà enfin le second numéro de ce journal du lycée !
Nous avons regardé toutes vos idées pour cette newsletter, que ce soit le titre, les idées de rubriques ou encore leur contenu. Il y aura donc un petit questionnaire pour le titre que vous préfèreriez pour votre journal (cliquez sur le lien juste au-dessus). Pour les rubriques, certains d'entre vous ont proposé une page consacrée aux anecdotes que vous voudriez partager. Alors envoyez-nous vos meilleures anecdotes (anonymement bien sûr) !
Pour l'instant l'équipe de rédaction est un peu réduite, donc si jamais vous avez envie de rédiger un article, même occasionnellement, n'hésitez pas à venir nous aider, que ce soit avec des idées de sujet, le résumé d'un livre/film que vous avez aimé ou encore une recette que vous voulez partager, des conseils sur l'orientation, la manière de trouver un petit job d'été, etc. Lancez-vous ! Vous pouvez nous contacter par l'insta du CVL : @cvl_raymond.naves
Nous vous souhaitons une très bonne lecture ! N'hésitez pas à nous faire des retours !

> *La Terre est la seule planète ou l'on peut trouver du chocolat. Préservons-la !*
>
> ANONYME

Au sommaire :

Le stockage de nos données
PAGE 03-04

L'actu du lycée : les projets du CVL
PAGE 05

L'actu du lycée : l'association sportive
PAGE 06

Choisissez votre propre chemin vers le succès : L'importance de l'orientation
PAGE 07-08

Zoom sur... Jane Dieulafoy
PAGE 09

Ça s'est passé en mai
PAGE 10

Au chaud chez soi
PAGE 11-12

Cuisine : classiques et découvertes végétariennes
PAGE 13-14

LE STOCKAGE DE NOS DONNÉES

Vous avez un ordinateur, un portable ? Vous passez beaucoup de temps sur les écrans ? Vous savez que c'est également le cas de nombreux jeunes de notre âge. Mais connaissez-vous les problèmes que cela peut engendrer sur votre santé ou sur l'environnement ?

La plupart d'entre nous peuvent passer des heures sur les écrans. Loin de moi l'idée de vous faire la morale, je fais la même chose... Et pourtant, nous savons tous les problèmes que cela engendre : manque de sommeil, maux de tête, troubles de la vue, etc... Mais je pense que vos parents vous bassinent assez avec cela, sans que quelqu'un d'autre ait besoin de vous faire la leçon.
Je vais donc laisser cela de côté et vous parler plutôt d'un autre problème. Nous entrons aujourd'hui dans une ère où un mot revient sans cesse dans l'actualité : **l'écologie.** A chaque fois que nous utilisons un appareil électronique, que ce soit un portable, un ordinateur ou une tablette, nous participons un peu plus au **réchauffement climatique** et à de nombreux problèmes environnementaux.

Mais quelle en est la cause ? Et comment réduire cette empreinte numérique qui laisse pourtant tant de traces sur notre planète ?

Le stockage des données et son impact environnemental :

Qu'est-ce que le stockage des données ?

Comme son nom l'indique, le stockage des données ben... c'est toutes les manières technologiques de stocker, donc de **conserver des données numériques** telles que les octets et les bits de vos applications, fichiers, documents numériques, etc. (on connaît tous le disque dur ou les cartes SSD par exemple). Le moyen de stockage le plus utilisé est sans aucun doute le **cloud**.
Alors voilà comment ça marche. Vous pouvez stocker vos données dans votre ordinateur grâce à sa mémoire ou grâce à des moyens de stockage externes (clé USB, disque dur externe...) mais de cette manière le stockage est limité (vous avez certainement déjà été obligé de faire le tri des photos sur votre téléphone car vous manquiez de place...). Pour cela, il existe une alternative : **le cloud**. Il ne s'agit pas à proprement parlé d'un appareil. Le cloud est en fait un immense **réseau de serveurs** (appelés datacenters) dispersés aux 4 coins du monde. C'est donc sur ces serveurs que sont conservées vos données. Sa **capacité de stockage** est **immense** et nettement supérieure à celle de votre petite clé USB. Elle permet d'avoir accès à tous vos fichiers **sans rien transporter.**
Alors on pourrait regarder et se dire : *"Waw ben c'est tout bénef du coup ! Pas besoin d'acheter ou de transporter quoi que se soit, et encore plus de stockage !"*

LE STOCKAGE DE NOS DONNÉES

Oui, mais voilà, ce n'est pas tout à fait le cas. En effet, même si le cloud présente de nombreux avantages sur le plan du stockage, il entraîne également de nombreux problèmes environnementaux.

L'impact environnemental du stockage des données :

L'industrie du traitement des données est **l'une des plus polluante du monde**, avec une émission de gaz à effet de serre supérieure à celles de l'automobile, du pétrole, de l'agro-alimentaire ou de l'aviation. En effet, pour stocker toutes nos données, les serveurs du cloud fonctionnent en permanence, alimentés par les **énergies fossiles**, telles que le charbon ou le gaz. De plus, ces datacenters ont sans cesse besoin d'être refroidis et, pour maintenir les serveurs à une température stable, une très **grande quantité d'eau** est utilisée.
Et cela n'est pas près de s'arranger. Nous sommes entrés dans une ère numérique dans laquelle de plus en plus d'appareils connectés sont demandés, à la fois par la croissance de la population et l'importance qu'ont Internet, les réseaux sociaux et, au global, le numérique dans nos vies. **Les datacenters se multiplient** donc inévitablement eux-aussi, et, dans quelques années, **l'impact écologique**, déjà si important aujourd'hui promet d'être encore **pire**.
Pour vous donner une petite idée, prenons par exemple simplement les serveurs de Californie (qui sont tout de même 800...) Ils demandent, chaque année, la quantité d'eau nécessaire pour remplir 158 000 piscines olympiques. Les datacenters du monde entier engloutissent entre 2 et 3% de l'électricité mondiale. De plus, ces datacenters étant fabriqués avec des métaux rares, leur **production est extrêmement polluante**, et il est impossible de les recycler une fois la panne arrivée.

Des alternatives ?

Aujourd'hui, conscients de cet impact environnemental, certaines entreprises mettent en place des serveurs fonctionnant à des **énergies renouvelables**, ainsi que grâce à un système de **réutilisation de l'eau**.

Mais nous ne sommes pas non plus impuissants. Même si cela ne représente peut être pas grand chose pour vous, l'accumulation, même de petits gestes simples de chacun, peut mener à réduire cet impact.

Par exemple, il est possible de supprimer les mails inutiles pour éviter qu'ils ne se stockent pour rien dans les serveurs, ou d'utiliser des moteurs de recherche écoresponsables, comme Ecoosia ou Lilo par exemple. Et comme le stockage des données n'est pas la seule pratique numérique à être polluante, éteindre ses appareils lorsqu'on ne les utilise pas ou opter pour de la seconde main, moins chère que l'appareil neuf et tout de même en bon état sont des petits gestes du quotidien que l'on peut commencer à adopter dès maintenant !

L'AGTU DU LYCÉE :
LES PROJETS DU CVL

La Semaine des Langues

Vous êtes originaire d'un pays et voulez le faire découvrir ? Vous adorez une langue ? C'est l'opportunité qu'il vous fallait !
Du 22 au 26 mai, une langue sera mis à l'évidence chaque jour, de 12h à 13h30
Espagnol, arabe, langues asiatiques ou italien choisissez une "langue", faites-le nous savoir et créez un stand pour faire voyager tous les lycéens où vous voulez.
Drapeaux, livres, artistes, auteurs, musiques, chanteurs, desserts, architecture... faites-nous découvrir cette culture !

Proposez-nous vos activités sur l'insta du CVL : @cvl_raymond.naves

L'ACTU DU LYCÉE : SPORT

Pour notre lycée, le sport est une priorité. On parle d'une **vie sportive.**

Loin d'être mis de côté, le sport est mis en avant grâce aux nombreuses **installations** telles que les deux gymnases, le mur d'escalade, les machines de musculations, le plateau extérieur, la piscine et la piste d'athlétisme de 250m du lycée.

Cependant ces installations ne seraient rien sans les élèves. Les **associations sportives** du lycée sont **accessibles à tous** les sportifs intéressés. du lundi au mercredi, 7 disciplines différentes sont mises en œuvre et permettent un maintien en forme certain.
Les **sections sportives** telles que Handball, Natation, Volley-ball et Handball pôle Espoir ainsi que l'enseignement Physique et Sportif sont destinés à des **sportifs mixtes et plus aguerris**.

Plus d'info sur leur compte insta : @as_lycee_raymondnaves_toulouse

A travers toutes ces activités , de nombreuses **valeurs**, que le Lycée prône et défend chaque année, sont, aujourd'hui encore, mises en avant. Des valeurs telles que le **plaisir**, la **performance**, l'**entretien de soi** et l'**échange** avec autru sont bien représentées par nos sportifs.

Raymond Naves un lycée de talents ?

Depuis ces dernières semaines, le lycée n'a cessé d'être représenté au niveau national. Des **victoires** et de **bons souvenirs** étaient au rendez-vous pour nos sportifs :

Vous trouverez ci-joint un tableau récapitulatif des **dernières performances du lycée !**

Des champions dans notre lycée ?

Certains ont même leur article dans La Dépêche !

CHOISISSEZ VOTRE PROPRE CHEMIN VERS LE SUCCÈS : L'IMPORTANCE DE L'ORIENTATION

Des questions, des conseils à donner ?
Envoyez nous un message (@cvl.raymond_naves)

Le lycée est une période passionnante, pleine de possibilités et d'opportunités. C'est le moment où l'on peut commencer à planifier son avenir et à tracer son propre chemin vers le succès. L'orientation c'est l'occasion idéale pour faire exactement cela, et c'est pourquoi il est important de prendre le temps de réfléchir à ce que l'on veux vraiment dans la vie.

L'orientation n'est pas seulement une décision, c'est une chance de **prendre notre vie en main** et de **la façonner** selon nos propres critères. Notre choix d'orientation détermine la carrière que nous allons poursuivre, les compétences que nous développerons et les personnes que nous rencontrerons. Il est donc crucial de choisir une voie qui corresponde à **nos passions**, à **nos intérêts** et à **nos talents**.

Pensez aux sujets que vous **aimez**, aux domaines qui vous **intriguent** et aux projets qui vous **inspirent**. *Qu'est-ce qui vous passionne ? Qu'est-ce que vous aimez faire ?* Réfléchir à l'orientation, c'est réfléchir à la façon dont nous pouvons transformer cette passion en une carrière enrichissante et épanouissante. Les **possibilités sont infinies**, que ce soit dans le monde de la technologie, de l'art, de la science ou de l'entrepreneuriat.

Le plus important est de trouver une voie qui vous inspire et vous **motive.** Vous êtes le seul à pouvoir décider de votre propre avenir, et c'est une **liberté** puissante. Alors, n'hésitez pas à penser grand et à prendre des **risques**. Vous pourriez être surpris des résultats incroyables que vous pouvez obtenir lorsque vous suivez votre cœur et votre instinct.

Bien sûr, il est également important de faire preuve de **pragmatisme** et de considérer les réalités du marché du travail. Il peut être utile de se renseigner sur les **secteurs en demande** et les **métiers bien rémunérés**. Mais ne laissez pas ces facteurs dicter votre choix d'orientation. Au lieu de cela, utilisez-les comme des indications pour vous aider à affiner votre choix.

Enfin, n'oubliez pas que l'orientation n'est pas une décision définitive. Il est tout à fait possible de **changer de voie** à un moment donné. L'important est de suivre votre passion et de **rester ouvert aux opportunités** qui se présentent à vous.

En conclusion, l'orientation est une étape importante de votre parcours, mais elle est avant tout une opportunité de créer votre propre chemin vers le succès. Trouvez une voie qui vous passionne, qui vous motive et qui vous inspire. Faites preuve d'audace et n'ayez pas peur de prendre des risques. Avec un peu de chance et beaucoup de travail, vous pourriez bien vous étonner vous-même en réalisant vos rêves les plus fous.

CHOISISSEZ VOTRE PROPRE CHEMIN VERS LE SUCCÈS : L'IMPORTANCE DE L'ORIENTATION

Voici quelques conseils plus concrets pour réussir au mieux votre choix d'orientation :

1/ Explorez vos centres d'intérêt et vos passions

La première étape pour faire un choix d'orientation est d'**explorer vos centres d'intérêt** et **vos passions**. *Quelles activités vous font vous sentir vivant et enthousiaste ? Qu'est-ce que vous aimez apprendre ?* Prendre en compte ce que l'on aime est important car il est bien plus facile d'apprendre dans un domaine qui nous passionne que dans un domaine qui nous ennuie.

2/ Évaluez vos forces et vos faiblesses

Il est important d'évaluer **ses forces et ses faiblesses** pour choisir une voie professionnelle qui convient. *Dans quels domaines êtes-vous doués ? Quels sont vos points faibles et comment pouvez-vous les améliorer ?* Répondre à ses questions vous donnera un aperçu des compétences que vous possédez déjà et des points sur lesquels il faudra travailler pour réaliser votre rêve.

3/ Interrogez directement des professionnels

Consultez les professionnels d'un secteur qui vous intéresse peut donner une meilleur idée des **possibilités** qui s'offrent à vous et des **compétences** que vous devez acquérir pour réussir dans ce domaine. Vous pouvez poser des questions sur leur carrière, leur formation et sur les compétences requises pour réussir dans leur domaine. **Des stages**, soit pendant les vacances soit avec une autorisation spéciale sont également une piste pour **s'immerger dans le monde professionnel** et se faire une idée sur ce qui vous plait ou non.

4/ Parlez à votre conseiller d'orientation

La conseillère d'orientation est là pour nous aider à explorer les **différentes options** de carrière et à **prendre des décisions** pour notre avenir. Que ce soit pour des informations sur les différents parcours professionnels, les programmes d'études ou les tendances du marché du travail, il ne faut pas hésiter à prendre un rendez-vous au CDI.

5/ Assistez aux salons professionnels et aux journées portes ouvertes

Cela permet de découvrir les différentes options de **carrières** et les **programmes d'études** disponibles mais aussi de parler à des **professionnels**, de rencontrer des **enseignants** et des **étudiants**, et de visiter les installations pour avoir une meilleure idée des différentes options qui s'offrent à vous.

6/ Soyez ouvert d'esprit

Enfin, il est important d'être ouvert d'esprit. Vous pourriez découvrir une carrière à laquelle vous n'auriez jamais songé ou trouver une passion pour un domaine que vous n'aviez jamais exploré. **Gardez un esprit ouvert et ne vous limitez pas à ce que vous pensez être votre seule option.**

ZOOM SUR ...

JANE DIEULAFOY (1851-1916)

Jeunesse :

Née le 29 juin 1851, Jane Dieulafoy est une archéologue, autrice de romans, de théâtre et de nouvelles, et une journaliste toulousaine. Elle reçut un enseignement traditionnel dans un couvent de Paris (couvent de l'Assomption d'Auteuil), qu'elle quitta en 1869, à l'âge de 18 ans. Elle se maria peu de temps après avec l'archéologue Marcel Dieulafoy (né en 1844).

Engagements :

Peu soucieuse des conventions (un peu comme une Mulan occidentale moderne), elle accompagna son mari pendant la guerre opposant la France à l'Allemagne.
Suite à cela, et à l'approche de le guerre de 1914, elle milita pour l'entrée des femmes dans l'armée.

Son succès en archéologie :

Jane Dieulafoy et son mari explorèrent la Perse et firent de nombreuses découvertes archéologiques importantes, dont certaines sont aujourd'hui exposées au Louvre, à Paris. On parle par exemple de la frise aux Lions du palais de Darius et de la frise des archers (ou frise des immortels). Jane dirigea également les travaux du déblaiement de la mosquée Hassan, au Maroc.

Œuvres et Reconnaissance

Jane Dieulafoy rédigea de nombreux livres d'archéologie (tel que *La Perse, la Chaldée, la Susiane*), mais écrivit également de nombreuses œuvres littéraires notamment *Parysatis*, scène lyrique qu'elle réalisa avec le compositeur Camille Saint-Saëns.
L'archéologue reçut, en 1886 la croix de la Légion d'Honneur ainsi que le prix Jules-Favre de l'Académie française en 1891, avant de s'éteindre finalement le 25 mai 1916, à Pompertuza, près de Toulouse.

ÇA S'EST PASSÉ EN MAI

Le muguet ou les sorcières ?

En France, la tradition est de s'offrir un brin de muguet le 1er mai, depuis que Charles IX, en 1561 décida d'en offrir un à toutes les dames de la cour. Mais en Allemagne, tout comme en Finlande et en Suède on fête... des sorcières. Bouquets de fleurs ou danses du feu pour éloigner les esprits... on n'a pas tous la même ambiance !

La préhistoire... ah non, juste le 20ème siècle

Il y a bien longtemps, dans un pays lointain... très lointain... alors que tout n'était que noirceur, la lumière perça enfin les ténèbres lorsque... les frères Richard et Maurice McDonald créèrent ENFIN le premier restaurant McDonald's, le 15 mai 1940. Un monde sans fast food, non mais vous imaginez ????

Le jour où les français humilièrent les espagnols

Le 19 mai 1643 le duc espagnol d´Enghien perd la bataille de Rocroi contre le roi de France Louis XIV au pouvoir depuis moins d'une semaine. Eh ben, on fait moins le malin maintenant, ça t'apprendra à sous estimer les français ;)

LES JOURNÉES INTERNATIONALES À FÊTER ABSOLUMENT EN MAI

Chaque moi de l'année a ses journées internationales pour lutter contre les violences et les maladies, et pour protéger l'environnement. Mai ne fait pas exception, avec ses journées mondiales de la fibromyalgie (le 12 mai), des espèces menacées (le 11 mai), ou contre l'homophobie (17 mai).
Mais il existe de nombreuses autres journées internationales bien différentes les unes des autres.
Le 15 mai est la journée internationale de la famille. N'oubliez surtout pas de la passer avec tous vos proches !
Il existe aussi la journée mondiale des Geek le 25 mai, ou encore, le 6 mai, la journée internationale du jardinage nu. Non, non, je ne l'ai pas inventée, ça existe vraiment...

AU CHAUD CHEZ SOI

Manga : One Piece de Eiichirō Oda

Aventure, comédie, drame, humour

Les pirates du monde entier sillonnent les mers dans le même but : trouver le trésor du plus puissant et du plus riche pirate de tous les temps : le One Piece. Luffy, un jeune garçon devenu élastique après avoir mangé le fruit du démon, rêve lui aussi d'entrer dans la piraterie, de traverser les océans et de trouver le One Piece. Mais il ne peut y arriver seul. Alors âgé de 17 ans, Luffy décide de prendre la mer à bord d'une barque minuscule dans sa quête impossible : rassembler un équipage, remplir une promesse et devenir le roi des pirates.

"Œuvre magnifique qui nous fait rire, grandir, pleurer, tout en abordant de sombres sujets."

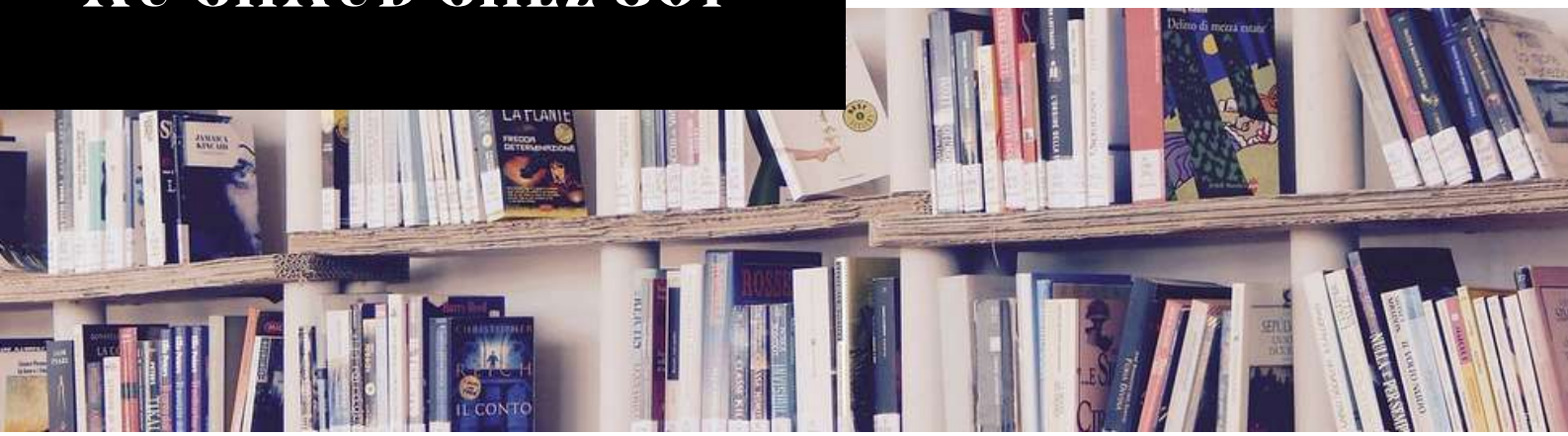
Mini-série : When they see us

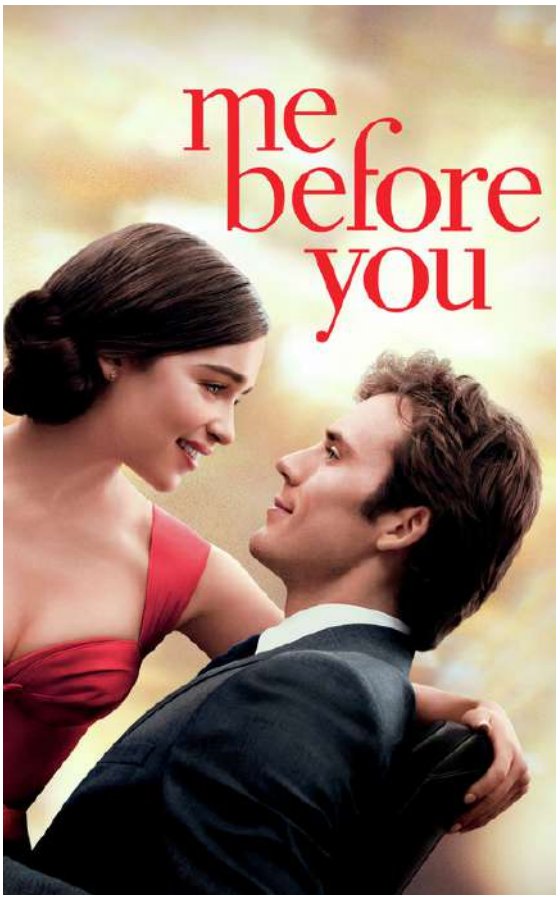
Criminologie, tragédie, inspiré de faits réels

19 avril 1989.
Une nuit, en plein Central Park, une jeune femme est retrouvée violée. Cinq jeunes, Afro-Américains et Hispaniques, présents au moment du drame, sont arrêtés et condamnés. Cette série nous emmène au cœur d'un procès et d'un réinsertion difficile pour ces cinq jeunes gens, dans une ville New-yorkaise où règnent les tensions raciales.

"Excellent"

AU CHAUD CHEZ SOI





Film : Me before you (Avant toi)

Drame, Romance

Louisa Clark est une jeune fille... originale, d'une petite ville d'Angleterre. Elle mène une vie tranquille, sans ambition particulière et enchaîne les petits boulots pour aider ses proches.
Jeune et riche, Will Traynor était un garçon optimiste et audacieux, vivant pleinement chaque instant de sa vie. Mais, se retrouvant paralysé à cause d'un accident, il devient un homme cynique qui existe plus qu'il ne vit.
Rien ne semblait pouvoir les rapprocher, et pourtant, leur relation plus qu'étrange commence lorsque Lou décide de travailler auprès de Will en tant qu'aide soignante. Mais la volonté de Clark et la force de leur amour suffiront-ils à changer leur destin qui semble inexorable ?

"Me before you est un film touchant, nous faisant passer du rire aux larmes. C'est une magnifique leçon de vie, sur la manière de vivre quelles que soit les épreuves à traverser ou le temps qu'il nous reste."

Partagez-nous vos titres préférés (livres, films, séries, jeux vidéos)

Questionaire VosTitresPréférés

LES GLASSIQUES : RECETTE MAISON

TARTE FRANBOISES & PISTACHES

Matériel nécessaire

- 1 moule à tarte
- Récipients
- 1 four
- 1 balance (ou verre mesureur)
- Film plastique
- 1 poche à douille (facultatif)
- 1 batteur électrique (facultatif)

Ingrédients

Pâte à tarte à la pistache

- 250g de farine
- 140 g de beurre doux
- 140g de sucre glace
- 1 oeuf
- 70g de pistaches non salées, hachées (ou pâte de pistaches pour se simplifier la tâche)
- 4 pincées de sel

Crème mascarpone à la pistache

- 400g de mascarpone
- 20cl de crème liquide entière
- 90g de pistaches non salées, hachées (ou 40g de pâte de pistaches)
- 80g de sucre glace

Framboises (400g)

Préparation

La veille : la pâte

1/ Battre le beurre mou (manuellement ou avec le batteur) pour l'assouplir.
2/ Ajouter le sucre glace, les pistaches hachées (ou la pâte de pistaches), le sel et l'œuf.
3/ Ajouter peu à peu la farine.
4/ Faire une boule avec la pâte.
5/ L'envelopper de film.
6/ Laisser reposer une nuit au congélateur.

Le jour même : cuisson + crème pistache + montage

1/ Fariner le plan de travail.
2/ Étaler la pâte sur une épaisseur de 2 à 3 mm.
3/ Découper un cercle un peu plus grand que le moule à tartes et le déposer dans le moule en marquant bien les bords.
4/ Piquer le fond de tarte avec la fourchette et laisser reposer 30min au réfrigérateur.
5/ Préchauffer le four à 210°C. Enfourner pour 8 minutes. A mi-cuisson, baisser la température à 180°C .
6/ Mélanger le mascarpone, la crème liquide et le sucre glace pour obtenir une crème bien lisse.
7/ Incorporer les pistaches hachées (ou la pâte à pistache).
8/ Garnir la tarte de crème de mascarpone à la pistache.
9/ Disposer les framboises.
10/ Déguster !

NOS BELLES DÉCOUVERTES : REGETTE VÉGÉTARIENNE

CHAKALAKA (RAGOÛT SUD-AFRICAIN)

Matériel nécessaire

- 1 grande casserole avec couvercle

Ingrédients

- 250g de haricots blancs cuits
- 250g de pois chiches cuits
- 2 carottes
- 2 oignons jaunes
- 1 gousse d'ail
- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 3 tomates
- 2 c.à.s. d'huile d'olive
- 1 c.à.s. de concentré de tomates
- 1 c.à.c. de gingembre en poudre
- 2 c.à.c. de curry en poudre
- 1 c.à.c. de paprika en poudre
- 1 c.à.c. de piment en poudre
- 1 c.à.c. de thym
- Sel et poivre

Préparation

1/ Laver, éplucher et râper les carottes.
2/ Hacher finement les oignons et l'ail.
3/ Rincer les poivrons et les tomates. Couper les légumes en dés.

4/ Dans la casserole, faire chauffer l'huile d'olive et y faire revenir les oignons et l'ail à feu moyen pendant environ 5 min.
5/ Ajouter le gingembre, le paprika, le curry, le piment et le thym.
6/ Incorporer ensuite les légumes coupés en dés et le concentré de tomates.
7/ Saler, mélanger bien, puis couvrir et faire cuire pendant 30 min à feu doux.

8/ Ajouter ensuite les haricots blancs et les pois chiches préalablement égouttés et rincés.
9/ Remuer et laisser cuire encore 5 min.

10/ Déguster !

Astuce

A servir chaud avec du riz en accompagnement. N'hésitez pas à ajuster la quantité d'épices avec vos gouts !