

RAYMOND NAVES NEWS



Photo: Ailen Diaz

L'ACTU EN 30 SECONDES

- La gagnante du concours Miss Univers est Miss Mexique, Fatima Bosch.
- Au moins 1000 personnes sont mortes et plusieurs ont disparu dans les inondations qui ont touché la Thaïlande, la Malaisie, l'Indonésie et le Sri Lanka.
- Limoges: un directeur d'école maternelle écroulé pour pédopornographie et viol.

ACTU LYCÉE:

La semaine prochaine aura lieu au lycée une vente de Chocolat chaud organisée par le CVL.

Dans votre
journal
aujourd'hui ?

★INTERVIW

★POLITIQUE/
SOCIÉTÉ

★MYTHOLOGIE

★RUBRIQUE
SPORT

★MUSIQUE

★CÔTÉ ZEN

★RUBRIQUE JEUX

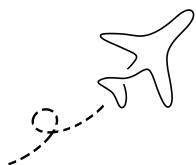
NOUS CONTACTER:

mail:
lrnavesnews@gmail.com

insta:
raymond.naves.news



BOURSE POUR PARTIR À L'ÉTRANGER EN TANT QU'ÉTUDIANT :



Si vous aussi vous rêvez à seulement 16 ans de voyager, que vous êtes très ambitieux et que vous avez un projet, alors cet article est fait pour vous.

J'ai rencontré Anaïs qui va nous expliquer comment tout cela est possible.

Anaïs m'a expliqué qu'elle souhaitait partir en Allemagne pour réaliser un de ses projets et partir à l'aventure seule. Elle ne retient de cette expérience que des choses positives, elle a appris à être débrouillarde, sociable, aventurière, prévoyante, mais surtout à gagner en maturité. Cette expérience l'a tellement forgé qu'elle a déposé sa candidature plusieurs fois ce qui lui a permis de découvrir différentes destinations. *Tout cela est rendu possible grâce à une bourse sur candidature avec l'association **Zellidja**. Zellidja n'a pas de limites sur les destinations possibles à l'international comme au niveau national.*



Cependant il faut être motivé, déterminé et plutôt réglo sur ce qu'on veut faire, où on veut aller et comment tout ça va se mettre en place . Votre dossier doit être solide et l'examineur doit voir un jeune engagé, responsable, débrouillard et qui s'assure une certaine sécurité pour son futur voyage.

Cette expérience s'adresse aux jeunes qui ont entre 16 et 20 ans dont le voyage dure au minimum 1 mois. Cette bourse a pour maximum 900 € pour un premier voyage mais peut être augmentée en fonction du budget de votre région. Si votre candidature est de nouveau acceptée l'année suivante, le budget peut augmenter. Bien évidemment le budget est adapté à la destination car les billets d'avion sont pris en compte. Anaïs décrit avec passion ses aventures et souhaiterait mettre en lumière cette possibilité qui s'offre à nous lycéens et jeunes adultes.

Louise Baey



Un peu de Musique



La série "Nouvelle École" sur Netflix a sorti sa 4ème saison où les rappeurs SCH et SDM s'affrontent en duel avec chacune de leur équipe.

Celui ou celle qui aura la plume la plus expérimentée, un flow maîtrisé et la meilleure présence scénique se verra attribuer une nouvelle fois la somme de 100 000€! Cela leur permettra de se faire une entrée dans le monde du rap, qu'importe les origines ethniques ou le genre!

D'ailleurs, le saviez-vous ?

Le rap a une grande histoire et en voici les grandes lignes: il vient de la culture hip-hop et est né dans les ghettos américains dans les années 70's. Un nouveau moyen d'expression est né. Il revendique des opinions, et est dénonciateur d'injustices et devient même une manière de vivre. En France, le rap se développe à la fin des années 80's avec notamment MC Solaar, I AM, NTM, Oxmo Puccino ou encore Booba, Diam's, Sniper dans les années 2000. Si le rap est un sujet qui vous intéresse, je vous encourage à faire d'autres recherches !

Mel Thouvenin Di Pasquale

L'ENVIRONNEMENT POLITIQUE DU CHILI



Cette année 2025 ont lieu les élections présidentielles au Chili, où Jeannette Jara (parti communiste) et José Antonio Kast (parti républicain) arrivent en tête.

L'un des aspects marquants de la vie politique chilienne est la profonde division qui caractérise la population depuis la chute de la dictature d'Augusto Pinochet en 1990, entre la gauche et la droite : d'un côté, la *Concertación de Partidos por la Democracia* (Nueva Mayoría depuis 2013) (à gauche), et de l'autre, l'*Alianza por Chile* (à droite).

Malgré le succès apparent du modèle chilien, le pays continue de faire face à de graves problèmes sociaux et à des injustices : inégalités, accès limité à l'éducation, coût de la vie élevé et impunité pour les personnes liées à la dictature. Depuis le retour de la démocratie, on constate que les différents gouvernements ont successivement basculé de la droite vers la gauche (littéralement c'est droite-gauche-droite-gauche).

Le 14 décembre 2025 aura lieu le deuxième tour de l'élection présidentielle et le Chili aura son 35e président.

Catalina Sandoval

Côté Zen



Aujourd'hui, nous allons vous présenter un article un peu spécial, centré sur la détente et la gestion du stress. En effet, lors de contrôle, oraux, bac, vous pouvez utiliser ces techniques afin de gérer vos émotions.

Voici ce que vous pouvez faire :

Debout ou assis, essayez de vous "ancrer" sur vos appuis. Prenez conscience de vos points de contact avec le sol ou la chaise. Lorsque vous êtes debout, vous pouvez vous pencher d'un côté, de l'autre, devant ou derrière afin de vous rendre compte sur quelle partie du pied vous vous situez. Placez ensuite sur votre centre de gravité et immobilisez-vous. Cela vous permettra de ne pas trop bouger lors d'un oral. En revanche, si vous restez assis, cela vous permettra de ne plus avoir les jambes tremblantes de stress si vous les avez. Dans les deux cas, travailler son ancrage permet d'acquérir plus de confiance. Vous aurez systématiquement une meilleure prestation.

Nous vous avons aussi rassemblé les meilleurs exercices de respiration:

Commençons par la respiration carré qui permet à votre respiration de se régulariser et se calmer. Inspirer pendant quatre secondes, bloquer pendant quatre secondes, souffler pendant quatre secondes, bloquez pendant quatre secondes. Observez votre respiration. Elle se régularise plus facilement.

Un autre exercice : observez votre respiration au niveau de votre ventre, de votre cage, puis de votre clavicule. Cela vous permet de prendre conscience de votre respiration. Vous pouvez aussi tenter de fermer les yeux et de modéliser votre respiration comme un ballon, comme une vague, comme une fleur, ce que vous préférez. Cela vous permettra de canaliser votre respiration.

Enfin, pour vous aider à vous calmer et vous détendre, contractez un à un chacun des muscles de votre corps puis relâchez vous. Vous sentirez mieux la détente dans votre corps.

Ces types d'exercices s'appellent la sophrologie. C'est un ensemble de techniques pour se détendre basées sur la respiration et la prise de conscience sur votre corps. Toutefois, la sophrologie a beau se baser sur des études du corps humain, certaines personnes sont plus réactives que d'autres à la sophrologie.

Mel Thouvenin Di Pasquale & Maeva Boursier

RUBRIQUE JEUX



C'est bientôt les fêtes de fin d'année et pour fêter ça pourquoi ne pas faire un escape game ?

J'ai une super adresse pour ça : Toulouescape. En plus d'être vraiment proche du lycée, Toulouescape a énormément de salles. Si vous êtes plutôt soirée fun et décalée je vous conseille Soirée Licorne. Si vous êtes plus enquête sur un meurtre alors le Mystère de la Dame Rouge est la meilleure salle pour vous. Tandis que si vous avez envie d'être, le temps d'une soirée, un aventurier ou un navigateur, le Trésor des Pirates est fait pour vous. Et pour finir avec les salles actuelles, il y a les Rouages du Temps pour une ambiance paranormale.

D'ailleurs une nouvelle salle va bientôt arriver : Légende Viking !

Toulouescape a aussi des escapes box. Le concept est simple : louer une boîte où un escape game est dedans, à faire chez soi directement. C'est super sympa pour les anniversaires par exemple ou juste pour faire une animation.

Ils ont également des événements comme le Compas d'Argent qui est un escape game directement dans Toulouse.

Bref j'espère que je vous ai donné envie de tester !

Flavie BARETTE



Mythologie Grecque

Les vacances de Noël arrivent ! Nous savons tous d'où vient la fête de Noël, et quelle naissance elle vient célébrer. Je vais vous parler d'une naissance tout aussi particulière.

Aujourd'hui, nous allons parler du célèbre Dieu;



DIONYSOS



J'imagine que vous le connaissez pour être le Dieu du vin, de la fête, de la vigne, du théâtre, de la fertilité et de la folie. Il est connu chez les Romains sous le nom de Bacchus.

Eh bien, saviez vous que notre très cher Dieu des festivités était né non pas une fois, mais deux ?

Dans la version la plus connue, celle de *Théophraste*, Dionysos serait le fils du Dieu des Dieux Zeus, ainsi que de la princesse mortelle de Thèbes Sémélé. Héra, la femme de Zeus, jalouse, s'est déguisée en une nourrice afin de convaincre Sémélé qu'elle refusait de croire que le bébé qu'elle portait pouvait être de Zeus lui même. Convaincue et blessée, la princesse a demandé au Dieu d'apparaître dans toute sa splendeur.

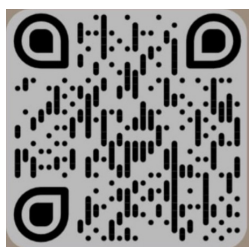
Seulement, les mortels ne pouvant pas supporter la vue de la véritable forme des Dieux, la princesse mourut foudroyée. Zeus dû alors extraire son fils du ventre de Sémélé, s'entailler la cuisse, avant d'y glisser l'enfant pour mener à court sa gestation.

Ainsi, Dionysos connaît deux naissances, lui donnant le surnom : "deux fois né".

Léa Vissio

5 MINUTES POUR CHANGER TON LYCÉE

SCANNE MOI



Le Conseil de Vie Lycéenne (CVL) a besoin de toi.

Scanne ce QR code et dis-nous tout ce que tu voudrais voir changer dans l'établissement.

Tes réponses sont ANONYMES et ESSENTIELES pour le futur de notre lycée.

MERCI DE TA PARTICIPATION



Rubrique sport

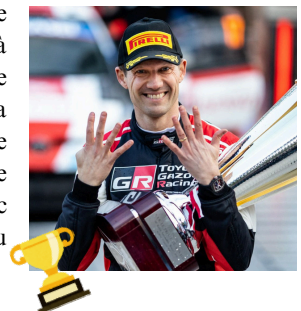


Le patinage artistique est une discipline qui est très connue dans le monde du sport d'hiver. C'est une discipline qui se pratique sur glace, seul ou en duo.

Du 4 au 7 décembre, se déroulait le grand prix Nagoya au Japon. On y retrouvait plusieurs françaises et français comme Adam Siao Him Fa qui a fait une partie de sa scolarité au lycée Raymond Naves. Il s'est fait connaître l'année dernière pour avoir fait un salto arrière en compétition alors que ce saut est interdit. Il y a aussi le couple composé de Guillaume Cizeron multiple champion du monde et médaille d'or au JO et Laurence Fournier Beaudry qui vient d'être naturalisée française, elle pourra donc participer au jeux olympique d'hiver sous les couleurs tricolore. Lors de ce grand prix notre duo français n'a malheureusement pas pu accéder à l'or mais repart quand même avec une médaille d'argent bien méritée. Ce sont les américains Madison Chock et Evan Bates qui remportent la finale du grand prix ISU 2025 pour la 3ème fois consécutive.

Ce weekend à annoncer le dernier Grand Prix de formule 1 à Abu Dhabi. Celui-ci était très attendu car trois pilotes se sont battus pour le titre: Max Verstappen 4 fois champions du monde et les deux McLaren avec Oscar Piastri et Lando Norris. La qualification de samedi était très serrée mais Max Verstappen a réussi à s'imposer face au deux autres pilotes, Lando Norris et Oscar Piastri reste quand même très proche car ils étaient 2 et 3 sur la grille de départ. Malgré une victoire du pilote néerlandais et d'un dépassement de Oscar Piastri sur Lando Norris au premier virage. C'est le britannique Lando Norris qui remporte ce championnat du monde 2025.

En parlant de championnat du monde, le pilote français de rally Sébastien Ogier a remporté le 29 novembre dernier son 9ème titre de champion du monde lors de la dernière manche de sa saison 2025 en Arabie Saoudite. Il égale donc un autre pilote français, Sébastien Loeb. Il y devient donc l'un des pilotes les plus sacrés du championnat.



Aimy Couloigner et Malena Mangado

1	7		8		2	5		
			4		5	1		7
		5	7			2		
				8	7		9	
		1	5			8	7	6
9	7	6	2		4			5
6	5	9			1			3
7				5				
2	4				8			

Grille de Sudoku

		7	9			6		
	6	1		8	4		3	
3			2	1		7	8	
			5		1	9	2	
		9	3		2			
1	2			8	4			3
		4				3	6	
5				6		8		
7	2	6	8	3				

					6	9		7
1	2			4				
		7				2		3
	9			1	2			6
5		2	4	6				8
	4			5			2	9
	3		6	7	4		8	2
2			9					
6	7			2	8	3	9	