

Le conseil du jour

Comment avoir la forme?

- > Mange des fruits et des légumes
- > Evite les aliments gras
- > Fais du sport

J. R. et R.

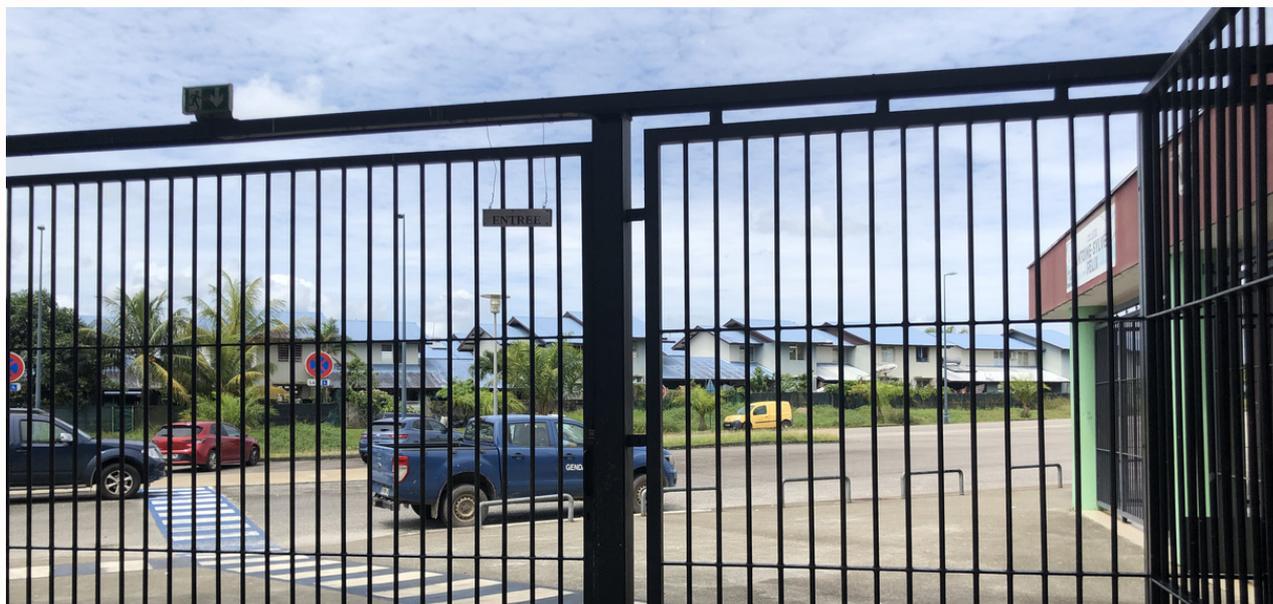
Ronnie Coleman: une carrière détruite par le dopage

p.3



ASF AU QUOTIDIEN

La violence au collège: un divertissement pour les élèves? p.2



Coupures de courant: à qui la faute?

Le courant ne passe pas bien à Soula, au collège ou à la maison. Les coupures durent parfois toute la nuit et les usagers ne sont pas prévenus.

J. et T.



Une pièce de théâtre pour dénoncer le sexisme.

Le 2 février 2023, trois classes de 4e sont allées au théâtre de Macouria à Tonate.

La pièce de théâtre parlait du sexisme à l'école et dans les lieux publics.

"C'était bien et très instructif", déclare une élève de 4e.

Si vous êtes victime de sexisme, une association qui s'appelle *Le Fromager* peut vous aider.

Contactez Madame Cottereau pour plus d'informations.

F. et Y.

Du matériel scolaire défectueux au sein de l'établissement

Au collège, certains ventilateurs situés dans les salles des bâtiments E, M, B sont défectueux depuis le début de l'année. Pourquoi ce matériel défectueux n'est pas réparé ou changé? Qui est responsable de ces dysfonctionnements? Certains élèves abîment les ventilateurs en jouant à des jeux dangereux. D'autres sont abîmés par l'usure. Certains élèves pensent que le matériel est un peu trop en mauvais état et se demandent pourquoi il n'est pas changé ou réparé.

Ils pensent également que toutes les salles devraient être climatisées, ce qui permettrait une meilleure concentration.

C.



Ronnie Coleman: une carrière détruite par le dopage

Ronnie Coleman finit la fac en 1989. Un ami lui propose de venir dans sa salle de musculation. Là-bas il rencontre un ancien compétiteur. Ronnie a vraiment de bonnes dispositions pour effectuer une carrière de bodybuilder. La musculation devient sa passion et un jour, le propriétaire de la salle de musculation le pousse à participer à une compétition.

En 1990 il participe à sa première compétition et c'est à ce moment là qu'il commence à prendre des anabolisants. Il remporte la première place.

En 1992 il participe à une compétition mais ne finit pas dans le top 15. Il n'abandonne pas et continue à s'entraîner dur.

Il gagne encore quelques compétitions par la suite. Mais son corps s'abîme et vieillit et à l'âge de 58 ans il a déjà subi plusieurs opérations à la hanche et au dos.

Aujourd'hui, à cause du dopage, il se déplace en fauteuil ou en béquille et prend de la morphine tous les jours pour atténuer la douleur.

C. et R.

Violence au collège: un divertissement pour les élèves?

Les élèves se battent dans le collège souvent pendant la récréation pour régler leurs comptes à cause de l'argent, de l'hypocrisie ou autres problèmes.

Ces règlements de compte sont un spectacle pour les élèves qui trouvent cela divertissant.

Nous avons interrogé certains camarades à ce sujet qui nous ont confié ressentir de la joie, de l'extase et une montée

d'adrénaline à la vue de ces combats. D'autres ont peur et restent à l'écart.

La violence en milieu scolaire est un problème mondial dont les conséquences sont préjudiciables aux enfants, mais aussi à l'ensemble de la société. Les enfants subissent des douleurs et des humiliations causées par la violence qui affectent leur apprentissage, leur personnalité et leurs perceptions.

A. et T.

Une homosexuelle agressée à cause de sa tenue



Josiane est une jeune femme homosexuelle âgée de 23. Au mois de novembre 2022, tandis qu'elle marchait dans la rue vêtue d'un bermuda et d'un t-shirt long, un homme l'a violemment agressé. Il semblerait que la tenue de la jeune femme ne lui ait pas plu.

D.



5 conseils pour une hygiène corporelle parfaite

Les cours ne sont pas toujours faciles à suivre dans certaines classes. La faute aux mauvaises odeurs qui se dégagent parfois de certains camarades et qui rendent l'odeur des salles insupportable.

Les collégiens ont-ils une bonne hygiène corporelle? Quelle est la meilleure routine pour éviter ces désagréments?

ETAPE 1

Se brosser les dents matin midi et soir après manger.

ETAPE 2

Se laver avec du savon de Marseille ou du gel douche avant d'aller à l'école.

ETAPE 3

Mettre du déodorant, de préférence en roll-on ou spray selon la sensibilité de votre peau.

ETAPE 4

Mettre de l'eau de toilette ou du parfum.

ETAPE 5

Avoir des vêtements de rechange, des lingettes et du déodorant dans le sac.

G. et R.