

Numéro 50

La Plume

février 2025

www.laplumedauphine.fr

VITTE



Édito

Chers amis lecteurs,

Les Plumards vous souhaitent une excellente année 2025 : qu'elle vous apporte joie, réussite, épanouissement et tout un tas d'autres bonnes choses.

Pour démarrer sur les chapeaux de roues ces douze mois à venir, nous avons choisi pour ce nouveau numéro le thème "VITE !".

Dans les articles de ce dossier, vous vous apercevrez très rapidement du sens de l'humour assez développé de notre rédaction. Car oui, nous parlerons essentiellement de...lenteur !

Quoi de mieux pour commencer l'année que de vous inviter à prendre votre temps ? Car dans un monde où tout s'accélère, y compris l'information, lever le pied semble déterminant. Et quitte à ralentir le rythme, autant abaisser la vitesse des trains, non ? Ce sont là en tout cas les trois idées que nous avons choisi de développer.

Par ailleurs, la rubrique décryptage ne manquera pas de revenir sur cette course de vitesse, en abordant le domaine des communications. Aussi, il en sera de même pour l'article consacré aux sports, qui alliera performance et records de célérité.

Dans un tout autre domaine, passons à la culture : Avez-vous reçu des livres à Noël ? Si tel est le cas, vous pourriez bien être tenté de vous rendre sur Tiktok pour en connaître les avis avant d'en dévorer les pages. C'est ainsi que la rubrique culturelle vous initiera à l'émergence de Booktok.

Enfin, si vous êtes plutôt rat des champs que rat des villes, le débat de ce numéro 50 vous donnera quelques pistes pour contrer le "rural washing".

Toute l'équipe de la plume vous renouvelle ses voeux pour 2025,

Excellente lecture !

LES RÉDACS CHEF

— L'ÉQUIPE —

MALAK BEN BELGACEM, JUSTINE BERNARD, AYA BERRO,
LOUISA CARDINAUD, ALEXIS CHRETIEN, LOUANE DE
TROYER-COULLET, ANAÉ DUCHEMIN, MOHAMED ROUASKI
FADEL, LOUIS FONTAN, ELIOT FRAIM, PAULINE GABLE,
IRÈNE GAUTHIER, WILHEM GODEAU, ORNELIA GRAVEZ,
NOUR JOUNI, LOUANN LE REZIO, LOU LUCBERNET, JEANNE
MILAN, PERRINE NGUYEN VAN TUYEN, ALEXIS PELLET, LILY
POISBLAUD, HASIN' NIAINA RANDRIANASOLO, MOUHSS-
INE RIFAKI, LENA STERN, LAURINE VARNIER ET MATTHIEU
VAZ

— NOS PARTENAIRES —



Sommaire

DAU'TALK page 4-5

- La vie étudiante à Paris : défis et solutions

DOSSIER pages 6-9

- Prendre son temps
- Quand l'accès à l'information s'accélère
- Le retour des trains lents

CULTURE pages 10-11

- Booktok : quand la lecture devient virale

DECRYPTAGE pages 12

- Course contre-la-montre : la communication

INTERNATIONAL page 13

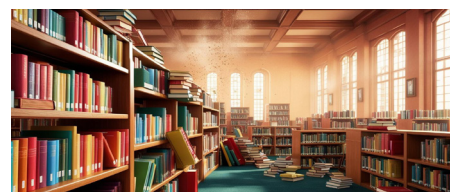
- I can fix him

DÉBAT pages 14

- jeunes ruraux et fiers de l'être

SPORT pages 15

- Quand la vitesse repousse les limites de la performance



crédits :
Irène Gauthier
Canva Intelligence Artificielle
Canva Intelligence Artificielle

NOUS CONTACTER



laplumedauphine.fr



laplumedauphine@gmail.com

NOUS SUIVRE !



La Plume



laplumedauphine



@LaPlumeDauphine

La Plume est un journal d'opinion et, à ce titre, n'est pas tenu de présenter des articles neutres et impartiaux. Le contenu de ce journal est indépendant de la direction de l'Université et des associations étudiantes. Les textes n'engagent que l'auteur et ne reflètent en aucun cas l'opinion de l'Université Paris-Dauphine, de PSL Research University ou des autres collaborateurs du journal. - ISSN 2260-9857
Textes et images tous droits réservés à La Plume.

La Vie Étudiante à Paris : Défis et Solutions

Le coût de la vie à Paris est l'un des plus élevés en Europe, ce qui représente un défi majeur pour les étudiants, en particulier ceux venant de l'étranger. Le prix des logements, des transports, ainsi que des frais quotidiens sont souvent bien plus élevés que dans d'autres grandes villes d'Europe ou du monde. Pour une majorité d'étudiants, ce coût élevé peut rendre la vie à Paris encore plus difficile. En outre, il est important de considérer non seulement le coût des biens de consommation mais aussi l'inflation, qui contribue à une augmentation constante de ces dépenses. Les prix des loyers dans la capitale ont augmenté de manière significative ces dernières années, ce qui complique davantage la gestion financière des étudiants.

Solutions pratiques et vie en communauté

Pour faire face à cette réalité complexe, de nombreux étudiants se tournent vers des solutions pratiques et créatives pour alléger leur budget. Parmi ces stratégies, la colocation reste l'une des plus populaires, car elle permet de diviser les frais de logement tout en offrant l'opportunité de créer un réseau social solide et de partager des moments conviviaux avec d'autres jeunes. La colocation a l'avantage de créer une atmosphère sociale et d'entraide, mais elle présente également des défis, comme la gestion des différences de mode de vie ou de conflits éventuels entre colocataires. Toutefois, même avec ces difficultés, la colocation est généralement considérée comme une solution efficace pour alléger les charges mensuelles. L'organisation de la vie en colocation nécessite souvent la mise en place de règles claires et d'un système de partage des responsabilités. Les colocataires doivent apprendre à gérer ensemble les courses, le ménage, et les factures, ce qui constitue une excellente préparation à la vie active. Certains groupes de colocataires créent des caisses communes pour les dépenses partagées, organisent des repas collectifs pour réduire les coûts, ou mettent en place des systèmes de rotation pour les tâches ménagères.

“ Certains étudiants créent également des groupes d'entraide financière, partageant conseils et bonnes pratiques pour optimiser leur budget. ”

Gestion financière et équilibre de vie

En dépit de ces ajustements, il reste fondamental pour les étudiants d'avoir une approche proactive de la gestion de leur argent, de sorte à éviter les mauvaises surprises en fin de mois. Les étudiants doivent souvent choisir entre des activités sociales et des loisirs ou se restreindre pour éviter d'atteindre une situation financière précaire. La gestion des finances personnelles devient donc un élément clé pour pouvoir profiter pleinement de l'expérience parisienne tout en réussissant ses études. L'utilisation d'applications de gestion budgétaire devient de plus en plus courante parmi les étudiants. Ces outils permettent de suivre précisément les dépenses, de définir des objectifs d'épargne, et d'identifier les domaines où des économies sont possibles. Certains étudiants créent également des groupes d'entraide financière, partageant conseils et bonnes pratiques pour optimiser leur budget.

Les étudiants étrangers et la gestion des frais liés à l'immigration

Les étudiants étrangers, par exemple, doivent également prendre en compte les frais liés à l'immigration, tels que les visas, les assurances santé et les autres formalités administratives, qui peuvent considérablement augmenter leur budget annuel. Ces frais peuvent rendre la vie encore plus difficile, en particulier lorsque les bourses ou les aides financières sont insuffisantes pour couvrir tous ces frais. Parfois, les frais administratifs, qui incluent les démarches pour la carte de séjour ou l'acquisition des documents nécessaires pour résider légalement, peuvent représenter des milliers d'euros en un an. La complexité des procédures administratives pour les étudiants étrangers nécessite souvent une planification minutieuse et une bonne compréhension du système français. Les délais de traitement des dossiers peuvent être longs, et certains documents doivent être traduits par des traducteurs assermentés, ce qui représente un coût supplémentaire. La nécessité de renouveler certains documents chaque année ajoute une charge financière récurrente au budget étudiant.





“ la colocation est généralement considérée comme une solution efficace pour alléger les charges mensuelles ”

crédit : Canva Intelligence Artificielle

Les défis de l'intégration et de l'adaptation

Les démarches administratives liées à l'immigration peuvent également être un véritable casse-tête pour les étudiants étrangers, qui doivent souvent jongler avec des procédures longues et complexes pour obtenir les autorisations nécessaires pour étudier en France. Ces processus peuvent être décourageants, surtout lorsqu'ils sont confrontés à des délais serrés ou à des exigences multiples. À cela s'ajoutent les défis de l'intégration culturelle et sociale, qui demandent souvent une adaptation au mode de vie français, et notamment parisien. L'adaptation culturelle représente un défi supplémentaire qui peut avoir des implications financières inattendues. Les différences dans les habitudes alimentaires, les codes vestimentaires, ou les pratiques sociales peuvent nécessiter des ajustements qui ont un impact sur le budget. Certains étudiants découvrent que leurs vêtements ne sont pas adaptés au climat parisien et doivent investir dans une nouvelle garde-robe. D'autres doivent s'adapter à de nouveaux régimes alimentaires, ce qui peut initialement entraîner des dépenses plus importantes le temps de trouver les bonnes adresses et les meilleurs rapports qualité-prix.

Les aides financières : un soutien essentiel

Les aides financières jouent un rôle crucial pour de nombreux étudiants dans leur gestion des dépenses. Le CROUS, par exemple, offre une série de bourses et d'aides destinées à soutenir les étudiants français et internationaux. Parmi ces aides, les bourses sur critères sociaux, qui prennent en compte les ressources familiales, sont particulièrement populaires. Ces bourses peuvent être une véritable bouée de sauvetage pour les étudiants dont les familles ont des revenus modestes. Le système de bourses français est relativement complexe, avec différents échelons et critères d'attribution. Les montants peuvent varier considérablement, allant de quelques centaines à plusieurs milliers d'euros par an. Certaines bourses sont versées sur dix mois, d'autres sur douze, ce qui nécessite une planification budgétaire minutieuse. Les étudiants doivent également être attentifs aux dates limites de demande et aux conditions de renouvellement.

Solutions innovantes pour le logement

En ce qui concerne le logement, bien que Paris propose une offre variée, trouver un logement abordable reste un véritable défi. Les résidences universitaires du CROUS sont très recherchées, mais leur nombre limité rend l'accès à ces logements difficile. Face à cette pénurie, de nombreux étudiants se tournent vers des solutions alternatives innovantes. Le logement intergénérationnel, qui consiste à vivre avec des personnes âgées en échange de services, est une alternative qui gagne en popularité. Cette formule permet non seulement de réduire les dépenses, mais aussi de tisser des liens intergénérationnels enrichissants. Les étudiants peuvent ainsi partager des moments avec des personnes âgées tout en bénéficiant d'un logement abordable. Ce type d'arrangement crée des échanges culturels et sociaux uniques, tout en répondant à des besoins mutuels.

Conclusion

La vie étudiante à Paris, malgré ses défis financiers et administratifs, reste une expérience unique et enrichissante. La ville offre des opportunités incomparables en termes d'éducation, de culture et de développement personnel. La clé du succès réside dans une bonne préparation, une gestion financière rigoureuse et la capacité à tirer parti des nombreuses ressources et aides disponibles. Les étudiants qui parviennent à surmonter ces défis en ressortent généralement plus autonomes, plus débrouillards et mieux préparés pour leur future vie professionnelle.

ETUDIANT DE CÉSURE



crédit : Jeanne Milan

Prendre son temps

De nos jours, ce sont souvent la rapidité et l'efficacité que l'on vante. Notre fin commune serait de faire bien, mais surtout de faire vite. Voyez les moyens de transports, qui permettent d'atteindre Lyon en 2h et New York en un peu plus, alors que quelques années plus tôt, cela prenait des jours. Voyez la technologie qui innove en permanence pour nous offrir la connaissance à portée de « clic », alors qu'il fallait autrefois faire l'effort – très complexe – d'ouvrir un livre. Voyez encore, la communication qui était à l'origine deux personnes qui parlent – ou s'écrivent des lettres mais admettez que ce n'est pas le cas de tous – et est maintenant, un flux infini d'échanges au travers d'écrans blancs – ou noirs en mode sombre – par le moyen de petits sourires jaunes en pixels.

Évidemment, on se dit alors naïvement que faire plus vite, c'est faire plus : « Cela nous ouvre des possibilités multiples et nous approche de l'accomplissement de soi ! ».

...

Soyons honnêtes, nous ne sommes pas plus heureux. Cette vitesse nous apporte beaucoup, certes, mais nous dessert également énormément. Nous ne sommes, pour la plupart, plus capable de prendre le temps de lire un bel article, de regarder un film sans lire nos messages en même temps, de nous concentrer pour lire un livre, ou même de regarder un tik tok/reel/etc en entier. Nous envoyons des messages vocaux par paresse, à un individu qui l'écouterà en x2 pour cette même raison. Cette vitesse, c'est aussi de la fatigue, du stress et de la pollution.

Il serait cocasse que je vous dise maintenant que je ne viens pas vous « saper le moral ». Pourtant, c'est le cas. Je veux, en fait, vous parler de conscience. De la même manière que vous, je souhaite toujours plus, je me couche plus tard pour me donner un semblant de « temps pour moi », je commence une dizaine de projets par jour, que je n'achèverai jamais, et bien d'autres choses encore...

L'important, c'est de prendre conscience. Et après cela, il vous faut choisir. Ne me faites pas croire que votre passe-temps qui consiste à « scroller », est un choix. Vous rendez-vous compte que nous perdons un temps fou à faire défiler de petites vidéos qui racontent la vie d'autrui, au lieu de vivre la nôtre ?

J'aimerais vous inviter à prendre une grande inspiration les paupières closes, à soupirer ensuite longuement et fort. Pour une fois, prenez une seconde et centrez votre attention sur votre état. Faites le point. Si tout ce que vous faites de votre temps vous exalte, poursuivez, je vous en prie. Mais si, soudainement, vous vous sentez impuissant ou dépassé, je vous en conjure, lisez ce qui va suivre.

Tout d'abord, il faut déterminer ce qui est dispensable. Réfléchissez aux instants que vous pouvez allonger un peu, à ceux qu'il faut, au contraire, raccourcir. Si vous tenez tout particulièrement à votre heure de scroll, gardez-la. Chercher ce qui vous fait vibrer, tout simplement. Ce qu'il faut supprimer, c'est le superflu et, bien qu'on vous dira l'opposé, c'est une affaire personnelle.

Une fois accompli, vous devez trouver votre rythme. Peu importe que la société court si vous souhaitez marcher. « Trouver son rythme » serait, pour moi, tenter de vivre chaque instant et agir quand cela vous semble opportun. Je ne parle pas de grandes actions qui changeront votre vie mais de petits gestes qui vous apporteront du baume au cœur : profiter d'un rayon de soleil, offrir un sourire à un inconnu, tenir une porte, faire une sieste, exprimer sa gratitude... L'idée, c'est d'embrasser pleinement le présent. Si vous avez un moment de pause, tendez l'oreille et écoutez les battements de votre cœur. Entendez le sang qui afflue contre votre temple, dans vos poignets... depuis plus de 17 ans, et ce, sans sourciller. Faites attention aux détails. Ce que je veux dire au final c'est « soyez conscient ».

Vous risquez de rencontrer quelques difficultés car, prendre le temps, c'est aller à contre-courant parfois, mais vous verrez que ce qui vous anime sera bien plus fort.

“ Pour une fois, prenez une seconde et centrez votre attention sur votre état. Faites le point. ”

JEANNE, L2 MIDO

Quand l'accès à l'information s'accélère



crédit : Canva Intelligence Artificielle

Il suffit d'une notification. "Emmanuel Macron annonce à François Bayrou qu'il ne sera pas Premier Ministre.", titre un tweet du Parisien. Quelques minutes après, le téléphone émet une nouvelle vibration. Cette fois-ci, c'est l'application France Info : "François Bayrou est nommé premier ministre par Emmanuel Macron après de longues négociations.". Nous sommes aux premières loges de l'Elysée, au courant de tous les rebondissements. Cela semble à des années lumière de l'époque des crieurs publics, époque où il fallait attendre le lendemain pour connaître les nouveautés de la journée,

Les derniers événements politiques ont été une démonstration de l'accélération de l'information : nomination du Premier ministre, des membres du gouvernement... Les chaînes d'information en continu comme les journaux se sont arrachées les spéculations : chaque déclaration avait de fortes chances d'être transformée en article immédiatement après. Tout cela nous semble naturel ... mais ce fonctionnement est le fruit d'un long processus historique.

En l'an 2000, "il y aura de l'information partout, partout, partout, partout..."

En 1949, Pierre Lazareff anticipait déjà cette accélération de l'information dans un discours visionnaire. "Nul n'aura le droit d'igno-

rer quoi que ce soit", voilà la ligne directrice du discours. Il considérait la télévision comme le futur vecteur de l'accélération de l'info.

Le patron de presse et fondateur de France soir avait vu juste. En 1994, la première chaîne d'info en continu est lancée : LCI. Et bingo, le traitement de l'information en direct séduit dès la première année. Devant ce succès, iTélé est créé en 1999, puis BFMTV en 2005. Celle-ci pousse la logique du direct encore plus loin : des reporters couvrent systématiquement les événements, même lorsqu'il n'y a rien à raconter.

L'arrivée du Web : un impensé de Pierre Lazareff

Le plus gros bouleversement a été apporté par internet. L'information arrive aux journaux par des canaux toujours plus rapides. Les yeux rivés sur les dépêches AFP, les rédactions s'empressent de retransmettre les événements. La rapidité prime, pas la peine de changer les mots de la dépêche ! Les articles sont publiés dans les minutes suivantes sur le web. En un clic tout le monde a accès à l'information.

La vitesse s'accroît encore et encore avec les réseaux sociaux, à commencer par Facebook en 2004. Ce réseau social se détourne de

son usage initial pour devenir un véritable outil d'information. Les utilisateurs reçoivent l'information même lorsqu'ils ne la cherchent pas. Elle est partagée, commentée en continu sur les différentes plateformes, comme sur X ou Instagram. Qui d'entre nous n'a pas appris une information parce qu'elle a été partagée dans la story d'un ami ?

Que de bonnes nouvelles non ? La presse et les médias sont considérés comme le "quatrième pouvoir", le pouvoir qui protège la liberté d'opinion des citoyens face à un organe politique trop extensif. Une information en continu n'est-elle donc pas le signe d'une vitalité démocratique ?

“ Les utilisateurs revoient l'information même lorsqu'ils ne la cherchent pas ”

L'optimisme réservé du patron de France soir...

La profusion de l'information en permanence n'est pas pour autant source de diversité : la concurrence entre les médias a plutôt comme conséquence de produire du mimétisme. Dans une logique d'audience, la tendance est à l'uniformisation, pour ne pas loupier une info qu'aurait le concurrent. Les choix de sujet sont également orientés selon cette logique. Les médias se tournent vers le traitement des faits divers, dont la dimension émotionnelle attire l'audience.

Quels effets pour le lecteur ? Des représentations du monde biaisées, non sans conséquence sur le sentiment d'insécurité par exemple. Encore un point sur lequel Pierre Lazareff était visionnaire puisqu'il se demandait si l'information ne serait "mise en œuvre que pour bourrer le crâne au public dans une direction voulue".

On l'a donc compris : avoir accès en permanence à l'information ne signifie pas être au courant de tout ce qui se passe. A nous maintenant de faire le travail de recherche de l'information si on ne veut pas se laisser emporter par son flux constant !

Une idée du voyage : du TGV à la dyane, la lenteur retrouvée

route du Perche
crédit : Irène



Le 16 décembre 2024, nous avons eu le plaisir d'accueillir dans le répertoire SNCF Connect la nouvelle ligne de TGV quotidienne Paris-Berlin ICE. Paris-Berlin, c'est environ 878 kilomètres à vol d'oiseau, et plus de 1000 kilomètres par route terrestre. Et maintenant, Paris-Berlin, c'est 8 heures 08 de TGV, là où le train de nuit met, précisément, 13 heures et 14 minutes. Cette nouvelle ligne nous fait donc gagner à peu près 5 heures de notre vie : c'est non négligeable, et on penserait se jeter sur l'occasion. Et pourtant, en Europe, la tendance n'est pas à la vitesse : les lignes de trains de nuit se rétablissent plus vite que n'apparaissent de nouvelles lignes de TGV. Le Paris-Venise, autrefois un élément essentiel de tout trajet international avec nos chers voisins, est prévu d'être rétabli d'ici 2029. Alors, d'où sort la volonté d'un nouveau record de vitesse, à l'heure où l'on repense à valoriser la lenteur dans les moyens de transport ?

Cette solution TGV Paris-Berlin a été pensée pour améliorer la mobilité terrestre entre la France et l'Allemagne, en proposant un entre-deux entre le train de nuit et l'avion. En effet, le train de nuit, s'il permet d'économiser une nuit d'hôtel et est l'option la plus écologique, est aussi très contraignant, n'étant disponible que trois fois par semaine. Pour plus de flexibilité, on prend l'avion, avec un prix moyen de l'aller-retour entre 60 et 150 euros en 2023, en classe économique. Mais l'avion, c'est aussi 200 kilogrammes de CO₂ par vol Paris-Berlin, et ça, dans les objectifs de pollution européens, ça passe très mal. Alors, les deux pays se mettent d'accord et investissent dans une nouvelle ligne. Tout à fait logique.

Et pour les destinations plus touristiques, comme Venise : quel avantage à perdre quasiment une demi-journée de vacances pour prendre le train de nuit, mis à part la moralité de polluer moins ? Pour comprendre cela, considérons quelques instants l'évolution de notre conception du voyage :

La lenteur a toujours été de mise. Rendez-vous compte : à l'époque, pour traverser l'Amérique d'Est en Ouest, il fallait contourner l'Amérique du Sud par bateau, ce qui prenait environ 3 mois. Ensuite, on a découvert le chemin Pacifique, plus rapide mais plus cher : le trajet n'était plus l'affaire que de quelques semaines. Une autre option, réservée aux plus pauvres, était la traversée terrestre en calèche, à la Lucky Luke. On prenait alors le risque, pendant plusieurs semaines, de se faire attaquer par les Indiens d'Amérique que la civilisation anglo-saxonne n'avait pas encore eu le temps d'atteindre. Pour remédier à ce problème, on a fini par installer des rails. Depuis, malgré

l'usage généralisé de l'avion, le train reste la « base » de tout long trajet. Et avec lui, la voiture, avec la mode évidente du road-trip qui, elle non plus, ne date pas d'hier :

“ le trajet ne constitue pas une attente d'une destination, c'est le voyage en lui-même ”

Thelma et Louise traversent l'Amérique en voiture. John Steinbeck, dans *Voyage avec Charley*, le fait en caravane ; il refuse les autoroutes pour mieux apprécier son pays. Les autoroutes, dit-il, sont le paradis des camionneurs et des marchandises, mais pas celui des voyageurs solitaires. Pour lui, le trajet ne constitue pas une attente d'une destination, c'est le voyage en lui-même. Alors, le vrai voyageur ne s'arrête nulle part. Je vois un peu Steinbeck comme le parisien qui part au Vietnam pour faire du back-packing dans la forêt tropicale : lui est un New-Yorkais qui a décidé de traverser l'Amérique dans sa caravane à 30km/h avec son chien en campant sur le bord de la route. Ce faisant, il discute avec les locaux et découvre une Amérique autre que celle des grandes villes : celle du peuple. (C'est d'ailleurs quelques années après cette aventure qu'il écrit *Les raisins de la colère*.)

L'arrivée de l'avion comme potentiel moyen de transport civil a lui aussi déclenché une poussée vers de nouveaux records : la première traversée de la Manche en avion par Louis Blériot en 1909, puis celle de la Méditerranée sans escale par RolandGarros en 1913, en moins de 8 heures.



Dyane
crédit : Irène Gauthier

Roland Garros bat également le record d'altitude en avion. Le record de vitesse est ensuite battu par Marcel Prévost avec 204km/h (en comparaison, aujourd'hui, le TGV Paris-Lyon roule à une vitesse de 240km/h environ). L'essor des transports au début du 20e siècle, c'est aller plus vite, plus haut, plus fort. Et cela est valable également à la fin du siècle : dans Retour vers le futur, il faut aller à 90 M/H pour voyager dans le temps. En d'autres termes, la vitesse mène au progrès. Aujourd'hui encore, nous aimons le progrès tout autant que nous en avons besoin : les trajets s'accélèrent pour notre plus grand plaisir (merci la ligne 14, grâce à laquelle nous pouvons nous rendre à Orly en quelques 30 minutes). Sur tous nos trajets, on veut gagner du temps, et finissons par ne plus voir l'intérêt de ce qu'il y a entre notre point A et notre point B.

Mais alors, quelle différence entre voyage et simple trajectoire ?

Pour répondre à cette question, j'ai questionné mes amis voyageurs. Certains partent en vacances chez leurs grands-parents en France, d'autres préfèrent échapper à notre mère patrie et se rendre à l'autre bout du monde. C'est ce dernier mode de voyage que critique notamment mon ami Jocelyn, qui a eu la gentillesse de me prêter ses propos : pour lui, le voyage, « c'est voir du pays », être dans l'étonnement devant toutes ses nouvelles formes et couleurs. L'intérêt du voyage, c'est de découvrir de nouveaux paysages, de témoigner de nouvelles cultures à la manière dont Steinbeck l'a fait avec l'Amérique. Et pour lui, plus on avance lentement, mieux on peut admirer ces paysages étonnants et se lancer dans la nouveauté perpétuelle que le voyage implique.

A l'heure de la multiplication des livres de randonnées à vélo à travers l'Europe dans les rayons de Nature et Découverte, Jocelyn critique le « binge-watching du voyage » où la destination n'est pas le pays mais la ville à laquelle on atterrit ; où l'on se rend plus en Australie pour faire du shopping à moindres prix que pour voir les kangourous.

Après cette discussion fort enrichissante, je me suis posé une question : cet été, le Pass Rails n'était-il pas aussi fait pour que nous, jeunes voyageurs, puissions profiter des paysages de notre merveilleux pays ? N'est-on pas heureux, en allant au ski, de voir les premiers paysages de neige à travers la fenêtre du TER ? ou les premiers rayons

de soleil, suivis par l'eau bleue de la Côte d'Azur, en descendant au Sud ? J'en ai conclu qu'il avait raison : que quand on ne considérait pas nos quelques heures de train comme un « trajet » nécessaire mais comme une partie intégrante du voyage, on pouvait profiter davantage de cette sorte de préliminaire au changement.

Il ne me reste plus qu'à vous parler du voyage que j'ai fait il y a quelques années avec mon père dans la magnifique Dyane que vous avez la chance de voir en illustration.

Comme vous pouvez l'imaginer, on ne l'achète pas, ni ne l'utilise, pour la performance : c'est une voiture dans laquelle on monte par plaisir. Ce plaisir, c'est celui d'entendre le ronronnement du moteur, de s'asseoir sur des sièges presque aussi mous que ceux d'un canapé, et la ceinture trop serrée (mais, attention, uniquement à l'avant). Celui, aussi, du vent qui nous décoiffe quand on la décapote ; l'odeur de la campagne rentre alors dans l'habitacle pour nous décoiffer les narines à leur tour.

C'était un trajet pour aller entre l'île d'Oléron et la Corrèze, sans emprunter l'autoroute, car on ne pousse pas la Dodoche à plus de 100 km/h. Un trajet qui dure habituellement 3 ou 4 heures, pour nous, a duré une journée. En un jour d'été, nous avons donc pu apprécier l'évolution des paysages plutôt plats de la Charente, qui se sont peu à peu transformés en légers vallons corréziens. Les routes droites sont devenues sinueuses. Sur ces routes, pendant notre passage en Dordogne, nous sommes arrêtés dans un petit restaurant de campagne (difficile de faire plus parisienne qu'en écrivant cette phrase, mais ainsi soit-il), qui servait une crème brûlée au foie gras, et autres spécialités locales dont je n'ai pas le plaisir de me souvenir.

Ainsi à travers la lenteur du voyage, on ne fait pas que « voir le pays » : on crée des souvenirs. Que ce soit avec vos proches ou seul, vous vous souviendrez donc sans aucun doute de ce matin dans le train de nuit où vous vous êtes réveillés devant le lever du soleil d'un autre pays, avec un SMS de votre opérateur téléphonique confirmant « vous venez d'arriver en Allemagne »...

“ on pouvait profiter davantage de cette sorte de préliminaire au changement ”

BookTok : Quand la lecture devient virale.

“ Aux Etats-Unis, (BookTok) naquit d’une envie des jeunes de trouver une échappatoire à leur isolement. ”

« Plus personne ne lit ! »

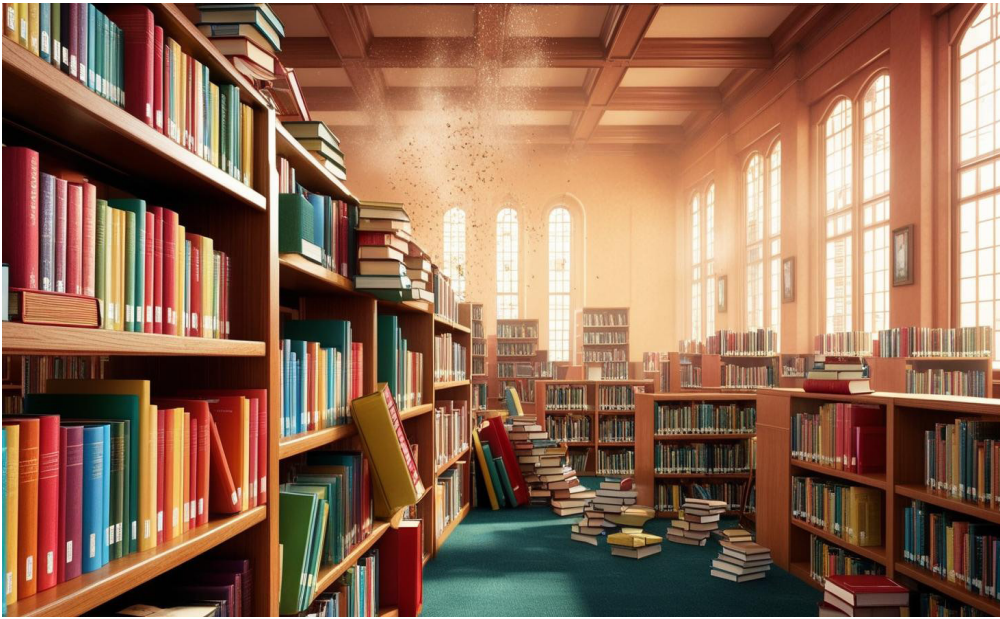
La voix de la dame âgée assise devant moi résonna dans la rame du métro. Elle se mit à marmonner d’une voix bourdonnante de mécontentement, jetant des regards assassins aux autres passagers qui gardaient leurs yeux rivés sur leurs téléphones. « Les jeunes d’aujourd’hui... » Pouvait-on l’entendre rouspéter.... « Certaines personnes semblent déterminées à déformer la réalité », pensais-je. En effet, à peine un mois plus tôt, j’avais pu assister à une scène qui contredisait grandement les propos de la vieille femme. Je me trouvais à Waterstones, grande librairie située au cœur du quartier Picadilly de Londres, et bien qu’il se fit tôt, les couloirs débordaient de visiteurs, pour la plupart très jeunes, les bras remplis de livres. Cependant, nul besoin de traverser la Manche pour voir que la lecture a encore la côte chez les jeunes : Si on en croit le Syndicat National de l’Edition, en France, « Le chiffre d’affaires des éditeurs est passé de 2 740 millions d’euros en 2020 à 3 078,6 millions d’euros en 2021, soit une hausse de 12,4%, que l’on peut qualifier « d’exceptionnelle ». Le nombre d’exemplaires vendus a grimpé de 421,6 millions en 2020 à 486,1 millions en 2021, soit une hausse de 15,3%. » Mais que s’est-il passé entre 2020 et 2021, pour que les ventes de livres augmentent tellement ? La réponse est simple : BookTok.

BookTok, C’est quoi ?

BookTok vit le monde en 2020, alors que la pandémie du Covid-19 battait son plein et que nous étions tous enfermés chez nous à broyer du noir. Aux Etats-Unis, il naquit d’une envie des jeunes de trouver une échappatoire à leur isolement—et quoi de mieux que la lecture pour s’enfuir vers un monde nouveau, oublier nos craintes et notre solitude l’espace de quelques heures ? Les internautes se mirent alors à partager, en vidéo, leurs lectures du moment sur le réseau social TikTok, à engager des discussions au sujet des dernières sorties littéraires, mais aussi à recommander leurs ouvrages favoris sur leurs comptes personnels ou secondaires. Le phénomène prit rapidement de l’ampleur dans le monde entier, per-

mettant ainsi à des millions de lecteurs d’entrer en contact avec des personnes de tous horizons, et d’échanger avec eux de leurs coups de cœur livresques. Cette communauté virtuelle du nom de BookTok—dont les vidéos rassemblent aujourd’hui plus de 110 milliards de vues—permet de démocratiser la pratique de la lecture, mais aussi de la rendre « cool » et « tendance » aux yeux des jeunes utilisateurs de la plateforme. Ces courtes vidéos littéraires, souvent virales, permirent non seulement de rassembler des lecteurs des quatre coins du monde autour d’une passion commune, mais aussi—et surtout—de promouvoir des livres, et donc d’augmenter leur popularité, et bien évidemment, le volume des ventes. De plus, le phénomène BookTok permit de faire connaître auprès du public des œuvres d’auteurs indépendants qui ne bénéficiaient pas de marketing traditionnel.

crédit : Canva Intelligence Artificielle



Preuve qu'il est devenu un acteur incontournable du monde de la littérature et de l'édition, TikTok a été nommé partenaire officiel du Festival du Livre de Paris en 2023. Comme 25% des utilisateurs du réseau social ont entre 10 et 19 ans, ce partenariat constitue un moyen d'inciter les jeunes à participer au festival. De plus, de nombreuses maisons d'éditions telles que Gallimard, Hachette, ou encore Albin Michel ont même créé leur propres comptes TikTok afin de profiter de l'influence de la plateforme sur les jeunes. Enfin, des sections entières de grandes librairies telles que Fnac et Cultura en France ou en-core Barnes and Noble aux Etats-Unis sont désormais consacrées aux ouvrages populaires sur BookTok.

Un phénomène très positif pour le monde de l'édition...

BookTok eut un effet électrisant sur les chiffres d'affaires des éditeurs aussi bien dans l'Hexagone qu'à l'étranger. Par exemple, le groupe Hachette enregistra une croissance de 3.6% de son chiffre d'affaires sur l'année 2021. Cette avancée considérable s'explique par la tendance BookTok, qui a permis à la fois de relancer les ventes d'anciens livres, tels que « Le Chant d'Achille » de Madeline Miller, de promouvoir des nouveautés, et de raviver la popularité de certains genres littéraires souvent sous-estimés par le passé, tels que la fantasy, le Young Adult ou la romance. Selon le directeur général d'Hachette, 1.6 million d'exemplaires du livre « Verity » de Colleen Hoover furent vendus au cours du dernier trimestre de 2022, bien que le livre ait été publié pour la première fois en 2020. Le même phénomène fut observé pour le roman « It Ends With Us » de Colleen Hoover, dont les ventes connurent une croissance de 42% sur la même période. En effet, certains livres, qui se vendaient très peu auparavant, virent leurs ventes exploser après avoir été promus par des comptes TikTok très suivis. C'est le cas notamment de nombreuses œuvres de fantaisie ou romantiques, telles que « The Seven Husbands of Evelyn Hugo », de Taylor Jenkins Reid, « The Cruel Prince », de Holly Black, ou encore « Beach Read » d'Emily Henry. A ce propos, Le New York Times qualifia BookTok d'une « machine à bestsellers », car il rend possible à d'anciens ouvrages et à de nouveaux titres de trouver leur public, et de gagner en popularité.

De l'autre côté de la Manche, on observe une croissance des ventes

de la librairie britannique Foyles, dont le revenu augmenta de 101% au cours du premier tiers de l'année 2022, par rapport à la même période en 2021. L'année précédente, cette même chaîne de librairies avait pourtant vu ses ventes chuter de façon dramatique. Cette croissance concerne également d'autres librairies anglaises, telle que la très fameuse chaîne Waterstones, dont le profit net serait passé de 2.88 millions à 42.08 millions selon la plateforme Statista, alors qu'une chute drastique du profit avait été observée entre 2020 et 2021.

...Qui cache cependant un côté sombre...

Bien que TikTok ait le mérite d'avoir popularisé la lecture au sein d'une jeunesse accro aux réseaux sociaux, la plate-

forme a paradoxalement éloigné la pratique littéraire de son essence artistique. Les livres recommandés en masse sur la plateforme ne sont pas sélectionnés sur la base de leur mérite esthétique, de leurs histoires originales, ou des idées qui y sont véhiculées, mais par nécessité de vendre. De ce fait, on remarque assez aisément que les livres recommandés sur TikTok –notamment au sein des genres Fantasy et Romance—présentent des scénarii répétitifs et similaires, parfois mêmes identiques. En effet, la frénésie BookTok dissimule en réalité des intérêts commerciaux complètement étrangers à cette pratique artistique qu'est la littérature, et dont l'objectif principal est de vendre le plus possible et le plus rapidement possible. C'est dans cet objectif que les intrigues des livres à succès sont copiées et répétées indéfiniment, un peu comme une usine fabriquerait des produits identiques en masse, en suivant un procédé préétabli. Les histoires qui vendent le mieux sont imitées et répliquées et la créativité et l'imagination ne semblent plus avoir de place dans une industrie qui se base de plus en plus sur des « tropes » et la répétition de scénarii clichés qui sont connus pour générer beaucoup de ventes. L'écriture ne semble plus être un art en soi, une pratique créative et libre, mais un processus quasi-industriel, centré sur la production et la vente massive de livres de moins en moins originaux.

De plus, comme les recommandations sont souvent sponsorisées par des auteurs ou des maisons d'éditions, BookTok place toujours les mêmes

œuvres sous les feux des projecteurs, envoyant aux utilisateurs des recommandations sur les mêmes titres, au détriment d'autres livres moins médiatisés mais tout aussi dignes d'intérêt. De ce fait, de nombreux lecteurs se trouvent déçus lorsque les titres incessamment recommandés sur TikTok ne comblent pas leurs attentes, voire s'avèrent en réalité indignes des éloges dont ils font l'objet. Certains titres captent donc une attention démesurée, au détriment d'autres récits plus divers et plus riches, qui sont de ce fait invisibilisés...Il en découle une forme de standardisation des goûts qui peut mettre à mal la diversité des points de vue exprimés dans la fiction.

“ Les livres recommandés en masse sur la plateforme ne sont pas sélectionnés sur la base de leur mérite ”

AYA BERRO, L2 LSO

Course contre la montre : la communication, du pigeon voyageur à la messagerie instantanée

Il y a 2000 ans, un message urgent voyageait à dos de pigeon. Aujourd'hui, il traverse la planète en une fraction de seconde. Ce besoin de communiquer plus vite, plus loin et plus efficacement a façonné notre histoire, de l'Antiquité à notre ère.

Une lenteur inévitable

Aux premiers âges de la civilisation, communiquer était un défi de taille. Les informations étaient transmises de bouche à oreille, ou par des messagers à pied ou à cheval. Ces méthodes, bien que très utiles, étaient lentes et pouvaient s'avérer infructueuses. L'histoire légendaire de Phidippidès, messager athénien, illustre bien ces contraintes. Chargé d'annoncer la victoire de Marathon, il aurait couru près de 40 kilomètres avant de succomber d'épuisement. Si la véracité de cette histoire est discutable, il reste le symbole des limites humaines face à la distance et au temps.

Face à ces obstacles, l'homme s'est tourné vers d'autres solutions comme les pigeons voyageurs. Utilisés dès l'Antiquité et jusqu'à la Première Guerre mondiale, ces oiseaux étaient capables de parcourir des distances impressionnantes à des vitesses pouvant atteindre 80 km/h. Cependant, leur efficacité restait soumise aux caprices de la météo. On ne pouvait le nier, communiquer avec des interlocuteurs éloignés nécessitait une invention technologique.

Accélération technique à l'ère industrielle

Cette quête de vitesse prend un tournant décisif au XVIII^{ème} siècle, lors de l'invention du télégramme. Pour la première fois, les messages pouvaient être transmis instantanément sur de longues distances grâce à un réseau de câbles. En 1866, le premier câble transatlantique permettait alors de communiquer à travers les océans. Les affaires, la politique et même la vie quotidienne s'accélérent.

Un siècle plus tard, l'invention du téléphone par Alexander Graham Bell ouvre une nouvelle ère. Communiquer en direct, à l'oral, devient possible, même entre des interlocuteurs séparés par des milliers de kilomètres. Le téléphone bouleverse les relations humaines et transforme la société en introduisant l'immédiateté dans les échanges personnels et professionnels.

L'instantanéité à porté de main : l'ère numérique

Avec l'arrivée d'internet dans les années 1990, la communication franchit une nouvelle étape. Les e-mails sonnent la fin des délais postaux, tandis que les SMS inaugurent la messagerie mobile. Ces innovations sont arrivées rapidement, le SMS ne fête que ses 32 ans !

Au fil des années, des applications comme WhatsApp ou Messen-

ger ont radicalement transformé notre rapport au temps et à l'espace. Grâce aux appels vidéos on peut maintenant voir des proches de l'autre côté du globe. Autrefois inimaginable, c'est aujourd'hui intégré à notre quotidien. Fun fact : plus de 100 milliards de messages sont échangés chaque jour via WhatsApp, un chiffre qui illustre notre dépendance à ces technologies.

Un miroir de la société

Cependant, si cette quête de l'instantanéité a rendu la communication plus accessible, elle a aussi introduit des effets secondaires inquiétants. Dans une société où les messages circulent à une vitesse fulgurante, le temps manque souvent pour vérifier la véracité des contenus.

Cette accélération impacte également notre bien-être. La sur-sollicitation génère un stress important. Qui n'a jamais été submergé par des centaines de notifications sur un groupe de discussion ? Ce phénomène alimente un sentiment d'urgence et une peur de "manquer quelque chose" (FOMO – Fear Of Missing Out). La frontière entre la vie professionnelle et personnelle est de plus en plus floue, posant alors un réel défi pour notre droit à la déconnexion.

Un équilibre à trouver

Malgré ces défis, il serait injuste de nier les bienfaits de cette évolution. Pouvoir échanger en direct avec des amis ou des proches à l'autre bout du globe est un privilège que nos ancêtres n'auraient jamais osé imaginer. La technologie nous élargit le champ des possibles, mais nous oblige aussi à repenser la qualité de nos échanges.

Sera-t-il encore possible de nous surprendre ? Avec les avancées en intelligence artificielle et le métaverse, la communication pourrait être encore modifiée mais ces innovations ont un prix. Communiquer ce n'est pas seulement échanger des informations mais aussi créer des liens. Pour cela, il faut parfois se forcer à ralentir.

ANAE DUCHEMIN, L2 FRANCFORT

le SMS ne fête que ses 32 ans !

crédit : Canva Intelligence Artificielle



“I Can Fix Him” Mindset: The Underpinnings and Pitfalls of a Modern Myth

The idea that love is the cure for all wounds and deep-rooted problems lies at the heart of one of the most enduring myths in modern relationships: the “I Can Fix Him” mindset.

This belief describes a situation where someone in a romantic or close personal relationship firmly believes they can change, improve, or “fix” another person struggling with unresolved emotional issues or personal challenges. Often, this mindset takes root when one partner sees untapped potential in the other and envisions helping them achieve a “better” version of themselves.

But where does this term come from? While the concept itself is nothing new under the sun, the phrase has a more modern origin, largely tied to internet culture. Indeed, it all started in the early 2020s as a series of memes on online platforms such as X and TikTok. People used this phrase to mock individuals who believe they can change their romantic partner or close friends for the better, often using an exaggerated tone to ridicule these unrealistic expectations shaped by various factors.

Let’s start with the most obvious one : media. For centuries, stories have depicted a character—often a woman—believing she can “redeem” a flawed individual. While back then, these tales frequently ended in tragedy, modern movies and books have given the whole idea a more romantic and achievable twist. From the classic *Pride and Prejudice* (1813), where Lizzy’s love transforms the proud and aloof Mr. Darcy, to the magical *Enchanted* (2007), where Giselle shows us that true love conquers all, we have seen how, with some effort, one can change even the most cynical minds for the better.

However, movies and books are not the only sources of this delusion; society and socialization have also played their own part in it.

Socialization is the ongoing process through which individuals learn the norms and values of the society in which they live, enabling them to be accepted by it. Since childhood, we’re taught to be considerate, empathetic and ready to help our peers should they be in difficulty. While developing these admirable qualities is essential, taking it too far, it can lead to the urge to become someone’s “savior”

or “hero”. The intentions behind this are not inherently bad as, most of the time, they stem from genuine empathy or past experiences in childhood.

Additionally, society envisions couples as growing together and bringing out the best in each other. While this conception of love stirs the hearts of many, it’s important to remember that it’s NOT our duty to “change for the better” or “improve” our partner. Other factors could be explored to explain this common mindset, which studies have shown to be more often adopted by women, as they are raised to be nurturing and motherly. Nevertheless, I’d like to move on to the heart of the matter: the reality behind the myth.

Although the “I can fix him” mindset is occasionally verified by the experiences of others around us, most of the time, adopting a “savior-saved” dynamic in a relationship leads to its own downfall. Not to sound fatalistic, truly, as it is entirely possible to break free from this mentality. However, the emotional exhaustion caused by such an unhealthy dynamic often leads to other issues that harm the relationship as a whole, such as communication breakdown, intimacy

erosion, and resentment. Indeed, when confronting reality, we realize that people can’t change simply because we love them or try our hardest to help them. In the end, change—and most importantly, the will to change—comes from within the individual, especially if the other person doesn’t want help or feels the

need “to fix” something within themselves. One partner may feel like a “project” or unloved for who they are, while the other loses themselves or has unmet emotional needs. Ultimately, both are trapped.

So, as advice, DON’T enter into relationships with the conviction that you’ll be able to “fix” something in your partner that bothers you. In the end you can only inspire them.

To end this article, here are some wise words from the moving *Me Before You* (2016): “You can’t change who people are...you love them.”

“While the concept itself is nothing new under the sun, the phrase has a more modern origin, largely tied to internet culture”

NOUR JOUNI, LI FRANCFORT



Jeunes ruraux et fiers de l'être

crédit : Laurine Varnier

On a tous appris ce qu'était la « diagonale du vide » en cours de géographie : un grand espace qui traverse la France des Ardennes jusque dans les Landes, en passant par la région Centre. La diagonale serait un territoire inhabité et éloigné de toute civilisation. Rien à voir — vous pouvez circuler. Rassurez-vous, camarades ruraux qui lisez ces lignes, on n'apprend plus aux écoliers ce qu'est la diagonale du vide dans les écoles françaises !

En plus d'être inexact, ce terme urbano-centré réduit les univers dans lesquels nous avons grandi à ... du vide. Parler de territoire peu densément peuplé (avec moins de 30 habitants au km²) semble plus adapté à la réalité et plus neutre. 40 % du territoire français a une faible densité et 4 millions d'habitants y vivent. Mais ces espaces ne sont pas des territoires uniformes, nos régions ont chacune leurs traditions et leurs histoires.

Chérissons ces spécificités et cultivons cette fierté rurale non pas par opposition aux villes, mais pour elle-même. Soyons fiers d'habiter ou d'avoir habité ces territoires.

De nouveaux habitants viennent habiter nos territoires et qu'ils en soient les bienvenus. Des campagnes de marketing territorial sont menées depuis plusieurs années à destination de potentiels nouveaux habitants pour promouvoir nos espaces. Bien que ces campagnes permettent de ne plus présenter nos territoires ruraux sous un angle misérabiliste comme ce fut le cas ces vingt dernières années, elles n'en tombent pas moins dans une vision romantique de la ruralité. Cet écueil décrit des campagnes dans lesquelles l'on mènerait une vie au ralenti en écoutant les oiseaux chanter et où chacun serait pétri de bonnes attentions (quel enfer). Cette vision idéaliste, fautive et dépolitisée invisibilise les véritables problématiques de nos territoires, car ce récit n'est pas celui de celles et ceux qui y vivent. Encore une fois, le récit produit sur les campagnes est confisqué aux ruraux, faisant d'eux une « classe objet », au sens Bourdieusien, où les acteurs seraient privés de leur propre définition.

Ainsi, nous avons besoin de faire entendre nos voix de jeunes ruraux pour orienter les politiques publiques dans une perspective d'aménagement de nos territoires.

Nous aimons les régions d'où nous venons et nous sommes conscients de leurs difficultés spécifiques : chômage, éloignement des services publics, déserts médicaux et psychiques, suicides des agriculteurs, isolement, mobilité... Ces sujets spécifiques à nos territoires nécessitent des politiques d'aménagement ambitieuses et pensées à moyen et long terme. Les habitants de ces territoires payent des impôts et contribuent à la création de richesse nationale, il est

donc normal qu'ils puissent bénéficier de services publics de qualité égale aux espaces urbains et à proximité de leur lieu d'habitation. Nos territoires ne sont pas que des lieux de repos où l'on vit le week-end ou pendant les vacances : ce sont des lieux de vie.

Si une grande partie d'entre nous hésite à revenir sur le territoire qui l'a vu grandir, c'est aussi pour des raisons professionnelles. C'est un fait : les espaces urbains concentrent plus d'emplois qualifiés que les zones rurales (Roullier, 2011). Mais nos territoires ne sont pas condamnés à l'inertie.

Comme le dit la sociologue et philosophe Dominique Méda : « Si on veut changer le monde, il faut faire de la politique ».

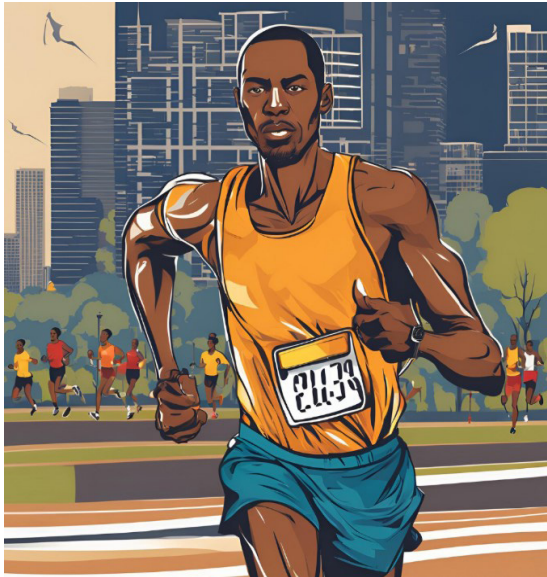
La gauche a un rôle de premier plan à jouer dans les problématiques rurales. Si le vote RN, aux variables multiples et complexes, s'est installé chez une partie de l'électorat rural, cette situation n'est pas définitive. Ne nous résignons pas face au flot de nouvelles toujours plus abracadabrantesque. Pour une reconquête politique de nos campagnes, intégrons dans nos luttes intersectionnelles les inégalités territoriales. N'ayons pas peur, à gauche, de nous réapproprier nos langues régionales et nos traditions locales qui durant trop longtemps ont été invisibilisées. Il est temps de se réapproprier le récit de nos ruralités, qui trop longtemps nous a été confisqué pour faire entendre nos voix de jeunes ruraux. Ne tombons pas dans l'écueil de l'anti-citadisme, la France est riche de ses territoires ruraux comme urbains, maillages essentiels de son histoire et de celle de demain.

LAURINE VARNIER, L3 LISS

“ Nos campagnes ont été vidées de leurs services publics, elles ont aussi été vidées d'une partie de leur jeunesse. Bien sûr, il y a ceux qui restent mais leur voix est marginalisée dans notre société ”

Quand la Vitesse Repousse les Limites de la Performance

crédit : Canva Intelligence Artificielle



L'art de grignoter des centièmes de seconde

La Formule 1 est l'épitomé de la vitesse contrôlée. Chaque détail compte, des pneus au volant, en passant par les moteurs hybrides. Prenons l'exemple de Red Bull et de Max Verstappen en 2023 : leur monoplace RB19 a dominé grâce à une maîtrise inégalée de l'aérodynamique et des simulations numériques. Ces dernières permettent de prédire le comportement du véhicule avec une précision quasi-scientifique.

Mais la performance ne s'arrête pas au garage. Sur la piste, la stratégie est cruciale. Les pneus, par exemple, sont surveillés en temps réel pour optimiser leur durée de vie. Et que dire des arrêts aux stands ? En 2021, l'écurie Red Bull a réalisé un changement de pneus en 1,82 seconde, un exploit digne d'un ballet parfaitement orchestré. Les circuits eux-mêmes deviennent des laboratoires à ciel ouvert. Le tracé du Grand Prix de Monza, par exemple, est optimisé pour maximiser les vitesses de pointe. Les écuries modifient les ailerons pour réduire la traînée aérodynamique, et les pilotes flirtent avec les 360 km/h sur certaines lignes droites.

“

La course à pied illustre à quel point la science peut transformer un sport ancestral.

”

La révolution technologique sous vos pieds

Dans un tout autre registre, la course à pied illustre à quel point la science peut transformer un sport ancestral. Le 12 octobre 2019, à Vienne, Eliud Kipchoge réalise l'impensable : courir un marathon en 1h 59min 40s. Mais attention, ce record n'est pas homologué. Pourquoi ? L'exploit a été réalisé dans des conditions optimales : un parcours plat, des lièvres parfaitement coordonnés et, surtout, des chaussures révolutionnaires. Les *Nike Vaporfly*, avec leur plaque en carbone et leur mousse à retour d'énergie, ont bouleversé le sport puisque leur semelle en fibre de carbone agit comme un ressort, augmentant l'efficacité énergétique de chaque foulée.

La science s'invite aussi dans l'entraînement. La préparation des

De la Formule 1 aux marathons en passant par les jeux vidéo, la vitesse est omniprésente. Si les records tombent, ce n'est pas un hasard, la science et la technologie redéfinissent les limites du possible. Aujourd'hui, nous explorons trois domaines où vitesse et précision se mêlent pour repousser les frontières de la performance : la Formule 1, la course à pied et les jeux vidéo. Attachez vos ceintures (ou vos lacets), c'est parti !

athlètes est devenue une affaire de données. Des capteurs analysent chaque foulée, permettant de corriger les déséquilibres avant qu'ils ne causent des blessures. L'hydratation est calibrée au millilitre près, et la nutrition devient une véritable science.

Et le mental ? Des recherches montrent que la perception de la douleur peut être modulée par des techniques de visualisation. Alors, si un jour vous pensez être à bout de souffle à 2 km de chez vous, dites-vous que votre cerveau a encore des réserves.

Quand la vitesse des réflexes entre en jeu

Les jeux vidéo, eux aussi, redéfinissent la notion de vitesse. Ici, pas de moteur ni de chaussures, mais des doigts et des neurones qui rivalisent d'agilité. Les e-athlètes professionnels, comme ceux de *League of Legends* ou *Counter-Strike*, affichent des temps de réaction stupéfiants, moins de 200 millisecondes, soit le temps d'un battement de cils. Pour atteindre ce niveau, les joueurs s'entraînent plusieurs heures par jour avec des équipements ultra-performants comme

des écrans à faible latence, des claviers mécaniques réactifs, et même des fauteuils qui optimisent leur posture.

La technologie intervient aussi dans les compétitions. Les algorithmes surveillent les moindres mouvements des joueurs pour détecter toute forme de triche. Et

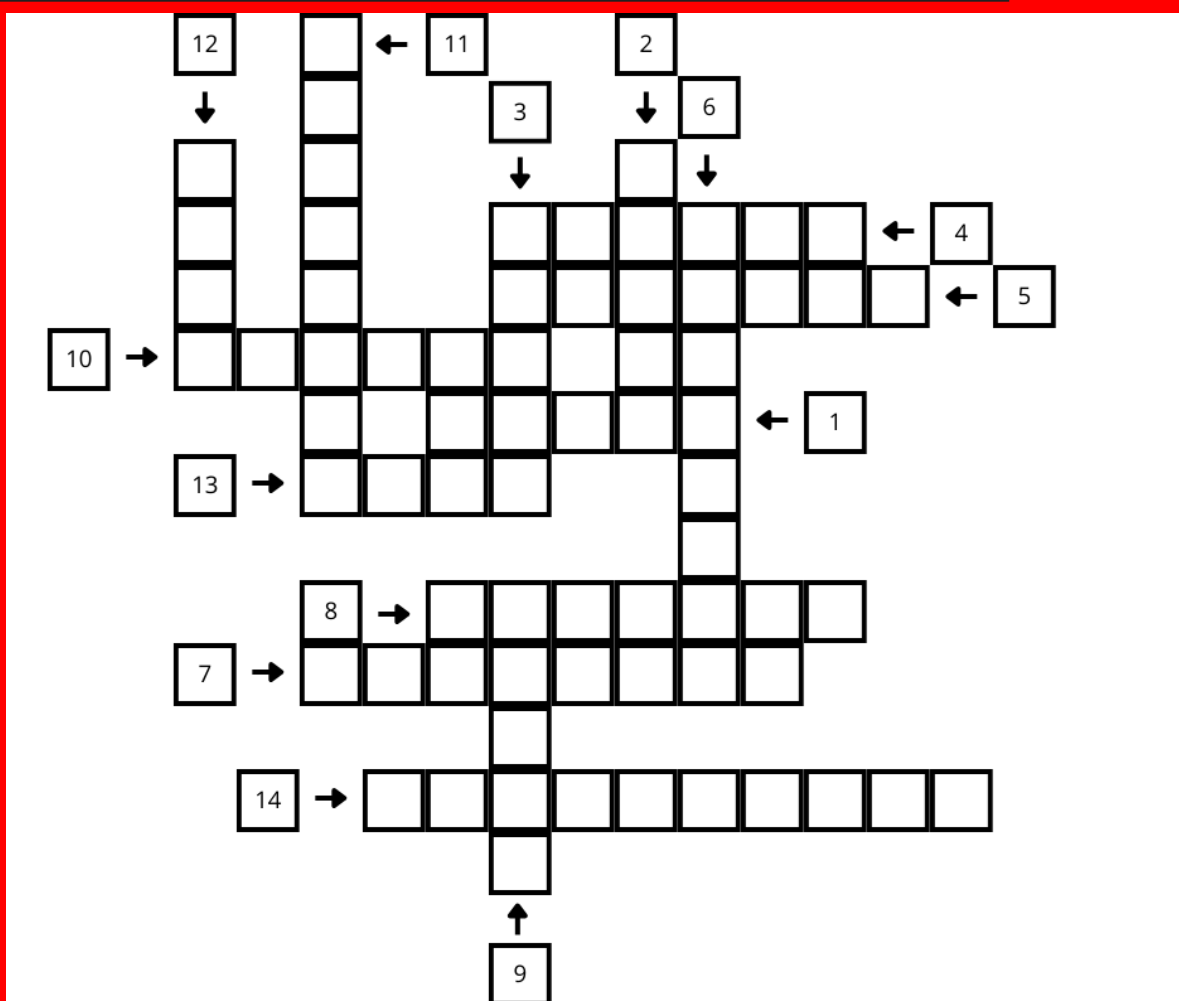
les outils d'analyse vidéo permettent d'optimiser les stratégies, un peu comme en Formule 1. Le but ? Gagner quelques microsecondes qui feront la différence entre victoire et défaite.

En Conclusion

Qu'il s'agisse d'écraser l'accélérateur, de franchir une ligne d'arrivée ou de cliquer plus vite que son adversaire, la vitesse est partout. La science transforme nos sports favoris en véritables spectacles de performance, mais elle nous pousse aussi à réfléchir. Jusqu'où peut-on aller sans trahir l'essence du sport ? Entre fascination et questionnement, une chose est certaine, la course pour la vitesse ne fait que commencer. Alors, à vos chronos !

MATTHIEU VAZ, L3 CCA

PAUSE JEU AVEC LA PLUME



- | | |
|----|---------------------------------------|
| 1 | jus de pomme fermenté |
| 2 | radar sous marin |
| 3 | habitude parfois fâcheuse |
| 4 | défaut visuel de loin |
| 5 | escroquerie |
| 6 | décaissement de la somme due |
| 7 | pause dans le spectacle à l'opéra |
| 8 | presse lue quotidiennement |
| 9 | déchaînement d'un ciel électrique |
| 10 | se dit d'un enfant joli et gracieux |
| 11 | ennemie de la ville |
| 12 | précise la vision de l'appareil photo |
| 13 | célèbre binôme d' "avoir" |
| 14 | lien reposant sur une promesse |