

# SFX Actu

Le journal du collège de Saint-François-Xavier

## Dossier

Orientation :  
je m'interroge ?

p.4 et 5

2 Tout sur  
la presse  
à SFX

7 On adore :  
Colombine



Nos  
champions  
8



3  
on découvre  
on se bouge  
on s'engage

4-5  
dossier  
L'orientation

6  
on aime  
on rencontre  
on se projette

7  
on adore  
l'actu  
by  
OKAPI  
le monde s'agrandit

8  
snaps  
on s'inspire



## Un journal collégien pour les collégiens

**S**FX Actu est un journal collégien pour les collégiens. Destiné à vous offrir un panorama des sujets qui intéressent les élèves de SFX, il a été conçu tout au long du premier trimestre par une classe de troisième. Ils se sont grandement investis afin de vous offrir une production de qualité.

La classe presse du collège a été proposée aux élèves de 3<sup>e</sup>. En collaboration avec Bayard Service et dirigé par Mme Bidan, professeure d'histoire-géographie et Mme Le Guennec, professeure documentaliste, ce journal s'est conçu et a grandi jusqu'à arriver entre vos mains. Les jeunes journalistes aussi ont grandi, en apprenant les techniques de rédaction de la presse ou encore en reliant ce projet au "Parcours citoyen". Ces élèves ont aiguisé leur esprit et développé leur sens critique, si nécessaire dans le monde actuel.

Ce journal vous apportera des réponses sur de vastes sujets comme l'orientation et des éclairages sur de nombreux thèmes, la boxe thaïe par exemple. Il comporte aussi des sondages, des interviews ainsi qu'une présentation du système des équipes. Nous espérons que vous prendrez du plaisir à lire ce journal !

Bonne lecture à tous !

Clément Bel, élève de 1<sup>re</sup>, équipe journalisme lycée

## Le saviez-vous ?



Par Théodore Léauté  
et Augustin Dugré

### Quand SFX a-t-il été créé ?

- 1) 1592
- 2) 1850
- 3) 1902

### Qui a eu cette initiative ?

- 1) Les révolutionnaires
- 2) Le sous-préfet du Morbihan
- 3) Les jésuites

### Quel a été la fonction de SFX pendant la Guerre 14-18 ?

- 1) Un hôpital
- 2) Un arsenal
- 3) Un logement de l'état-major

### Quel incident a touché SFX en 1949 ?

- 1) Une inondation
- 2) Une tempête
- 3) Un incendie

### Quelle est la nouveauté du lycée depuis 2018 ?

- 1) Le Baccalauréat international
- 2) L'équipe VTT
- 3) Un échange avec le Mexique



Réponses :  
2;3;1;3;1



## Tout sur la presse à SFX !

La presse est nécessaire pour développer notre esprit critique.

Elle occupe donc logiquement une place très importante dans notre établissement. Tour d'horizon...

### L'Aurore, le journal scolaire du lycée

L'équipe journalisme du lycée publie deux à trois fois par an un journal appelé *L'Aurore*. Nous sommes allés à la rencontre de la cheffe d'équipe, Chloé Burel, qui nous a présenté son comité de rédaction et a bien voulu répondre à nos questions. Cette équipe, constituée de neuf lycéens de seconde, terminale et première, est encadrée par Mme Aliperti. Les 1 400 exemplaires du journal du lycée touchent un large public : élèves, parents d'élèves et les professeurs bien sûr.

Dans chaque numéro, les journalistes de *L'Aurore* cherchent l'originalité grâce à de nouveaux sujets et enquêtes autour de l'actualité. Leur travail ne s'arrête pas là, car en plus de créer un journal papier, ils produisent de courtes vidéos qu'ils posteront sur Internet. Patience, la chaîne de cette équipe sera bientôt diffusée.

### Une classe presse dans le collège

Si vous lisez ce journal aujourd'hui, c'est que notre classe de 3<sup>e</sup>4 aura réussi sa mission, celle de publier le premier numéro de SFX actu. Grâce à l'aide de Mme Bidan, notre professeure principale, Mme Le Guennec, professeure documentaliste et M. Le Fellic, journaliste de Bayard Service, notre classe s'est lancée dans l'aventure. Par groupe de deux, nous travaillons sur un sujet qui est donné à chaque groupe.

### Découvrir et lire la presse au CDI

Vous êtes passionnés par l'actualité, les sciences, l'histoire, l'économie... Alors, il faut aller au plus vite au CDI du collège ou du lycée où vous trouverez une quarantaine d'abonnements qui nourriront votre curiosité.

Et rendez-vous en mars 2021 pour la semaine de la presse !

Alexandre Morel et Grégoire Marouse

L'équipe de rédaction en plein travail au CDI.



# on découvre



## Le nouveau théâtre de SFX

### En 2021, tous en scène !

**Vous aurez des gradins, comme au Palais des arts de Vannes.**

**L**e Théâtre est en rénovation car "il n'était plus aux normes". Il était donc temps pour l'établissement de faire les travaux d'aménagement pour "l'accessibilité et la sécurité", nous expliquent Alexys et Lucie, de la Fondation Saint-François Xavier. Ils coordonnent et animent la communication autour de la rénovation du Théâtre. Les travaux vont permettre d'améliorer grandement la qualité de l'accueil des élèves et du public. Le Théâtre n'a jamais accueilli de "star" ! Cependant, "plusieurs élèves ayant joué sur la scène du Théâtre de SFX sont devenus des professionnels dans le monde du spectacle par la suite". On peut

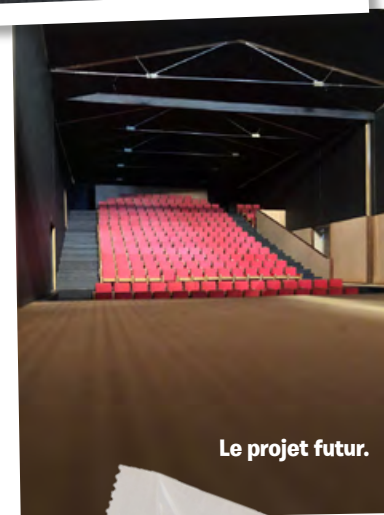
Les travaux vont durer jusqu'à la fin de l'année.



citer Patrice Kerbrat, Claude-Michel Schönberg, Volker Schlöndorff, François-Xavier Hoffmann, Rodolphe Poulain, et bien d'autres ! La rénovation du Théâtre est une "refonte en profondeur de toute l'aile du bâtiment", souligne Alexys et Lucie. La salle et la scène vont être complètement modifiées et le préau va devenir "un grand hall d'accueil". Dans la salle, vous aurez des gradins, comme au Palais des arts de Vannes.

Les travaux actuels vont s'étendre jusqu'en décembre 2021.

Auzias Milin et Eliot Marrec



Le projet futur.

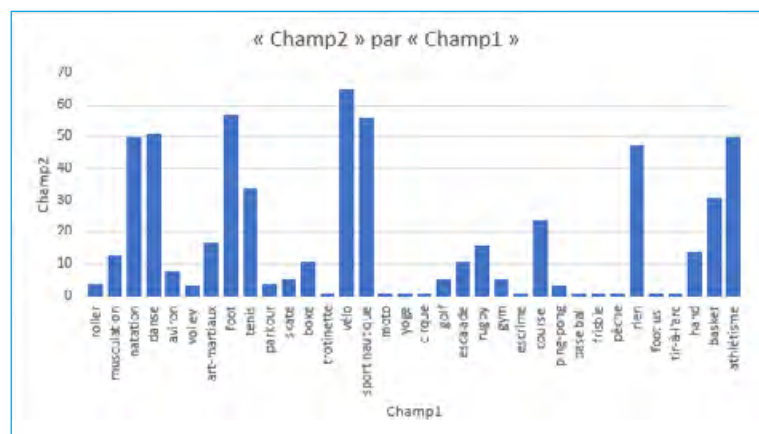
# on se bouge



## Zoom sur le sport au collège

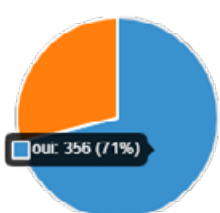


Par Emmanuel de Maillé et Martin Mennesson

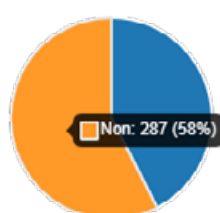


D'après le sondage effectué auprès de 499 élèves du collège, nous constatons que seulement un dixième d'entre eux ne pratiquent pas de sport en dehors de l'établissement.

Êtes-vous dans un club ?



Faites-vous de la compétition ?



Oui en bleu - Non en orange

# on s'engage



## Les équipes, vous connaissez ?

**Rencontre avec Mme Baranger, CPE du lycée et coordinatrice des équipes.**

**L**e système des équipes a été créé à SFX par le père Amet en 1950. Ce projet original n'existe que dans deux lycées en France : Saint François-Xavier et Saint-Joseph à Reims. Il consiste à proposer aux lycéens des activités variées de type sportif, culturel, caritatif, artistique...

Une équipe est constituée d'élèves de seconde, première et terminale. Un "chef d'équipe" est responsable de la cohésion et du bon fonctionnement de l'équipe. C'est un élève de terminale nommé(e) par la coordinatrice des équipes et la vie scolaire du lycée sur lettre de motivation. Le moniteur d'équipe est l'adulte qui encadre l'activité. Il apporte la technicité et accompagne les élèves dans leurs projets d'année. Les heures d'équipes ont lieu le mardi ou le jeudi de 14h25 à 16h45 et font partie de l'emploi du temps de l'élève. Le jour où les élèves n'ont pas d'activité, le temps est dédié au travail scolaire et l'entraide scolaire pour les élèves.



Mme Baranger, CPE des terminales et classes prépa, responsable des équipes.

### Prise d'initiative

"Grâce à ce système, nous cherchons à développer l'esprit d'équipe mais aussi l'autonomie et la responsabilité chez les élèves. C'est aussi, pour l'équipe éducative, l'occasion de découvrir les multiples talents de nos jeunes et leur faire acquérir des compétences qui ne sont pas évaluées dans le cadre scolaire mais qui sont si importantes pour leur avenir", détaille Mme Baranger.

Les élèves sont évalués deux fois par an par le moniteur de l'équipe sur des compétences telles que la motivation, la prise d'initiative, l'entraide... Le système des équipes, proposé par deux lycées en France, est une expérience unique et privilégiée. Ces activités permettent de rencontrer

et de passer de bons moments avec des personnes autres, et nos amis les plus proches.

Paul Marcesche, Malo Caudal

**Grâce à ce système, nous cherchons à développer l'esprit d'équipe mais aussi l'autonomie et la responsabilité chez les élèves.**



# Dossier on s'interroge



## L'orientation scolaire



Interview

### Les bonnes questions à se poser

Rencontre avec Mme Busnouf, responsable du Bureau d'information et d'orientation (BIO).

Comment intervenez-vous auprès des élèves de 3<sup>e</sup>?

J'interviens dans les classes pour présenter les différentes filières au lycée.

Quelles sont les questions que les élèves vous posent le plus souvent?

*"Je ne sais pas ce que je veux faire plus tard, comment s'orienter?"*: Cette question arrive très souvent. Il faut se demander quelles sont tes passions, tes centres d'intérêt, tes passe-temps. Quel est le métier que tu rêvais de faire quand tu étais enfant?

As-tu fait des stages? Dans ton entourage, y a-t-il des métiers qui t'intéressent? Qu'est-ce qui te rend heureux, joyeux... Qu'est-ce qui te donne envie de te lever le matin?

*"Je suis intéressé par plusieurs domaines, comment choisir?"*: Quels sont les points communs entre les deux? Par exemple un élève intéressé par la chimie et la cuisine peut s'orienter vers la cuisine moléculaire. Faire des stages est un très bon moyen pour connaître les avantages et inconvénients du métier.

*"J'ai un métier en tête, quels chemins prendre pour y accéder?"*: Si tu es plutôt autonome et travailleur, tu peux te diriger vers les universités. En IUT, BTS et GPEG, les cours sont plus scolaires et tu seras davantage encadré.

*"Comment faire un CV, une lettre de motivation?"*: On peut consulter des sites Internet, mais je propose également des ateliers.

Un dernier conseil?

Ce qu'il faut retenir, c'est que l'on peut faire des études différentes et arriver au même métier à la fin.

### 4 questions essentielles

- ① Qu'est-ce qui me plaît dans la vie?
- ② Quelles sont mes difficultés?
- ③ Ai-je un projet professionnel ou une idée de projet?
- ④ Quels sont mes points forts?

Flore Munch et Jeanne Hédont

Mme Busnouf en plein entretien avec une élève.



### Zoom Les spécialités au lycée

Le nouveau bac général 2019 inclut des spécialités: 12h hebdomadaires pour approfondir des domaines choisis. Notre sondage auprès des lycéens de SFX révèle que leurs choix sont motivés par l'utilité des spécialités pour leurs études supérieures, leur facilité dans la matière et leur goût. Les secondes en majorité pensent privilégier les sciences: maths, physique-chimie et SVT. Les premières ont choisi majoritairement: maths, physique-chimie et histoire-géo/géo-politique. Enfin, on note qu'un quart des terminales a arrêté

la spécialité maths et celle de SVT à cause du niveau trop élevé et des difficultés rencontrées. En revanche, l'option audiovisuel, peu choisie en première, est la plus conservée en terminale.



À SFX:  
78,5 % des lycéens ont pris la spécialité maths  
8 % des lycéens prennent la spécialité cinéma audiovisuel.  
Ils ne sont que 2 % à l'arrêter.

MonMag'

### Savoir+ Impala, une plateforme à découvrir

La plateforme d'orientation Impala, créée en 2016 par Hector Balas et Antoine Guo, aide les jeunes à s'orienter dans leur parcours scolaire et professionnel en proposant différentes activités accompagnatrices en plus du parcours d'orientation collège et lycée. Ainsi, Impala a un objectif clair et ambitieux: placer réellement la question de l'orientation au cœur du système éducatif, pour que rêves d'enfant et réussites scolaires fassent effectivement la route ensemble. Aujourd'hui, 60 000 jeunes suivent les parcours Impala dans 350 établissements dont SFX.

*"La question du choix est au cœur d'Impala, nous pensons que la liberté de choisir permet de responsabiliser et de rendre les êtres humains plus grands."* Impala

Flore Munch et Jeanne Hédont



## Le chiffre

53

C'est le nombre d'intervenants qui seront présents le 6 février au Forum Avenir : un rendez-vous qui permettra aux élèves de découvrir une vingtaine de domaines professionnels.

Renseignements : anciens@s-fx.fr

## La phrase



"Ce n'est pas le vent qui décide de votre destination, c'est l'orientation que vous donnez à votre voile. Le vent est pareil pour tous."

Jim Rohn (entrepreneur américain et écrivain)

## Où s'informer ?

## Un incontournable :

## Le Bureau d'information et d'orientation (BIO)

Mme Busnouf, ancienne professeur d'histoire géographie au lycée et en classe prépa, a toujours été passionnée par l'orientation. Après une formation dans ce domaine, elle devient conseillère en orientation et dirige aujourd'hui le Bureau d'information et d'orientation situé au CDI.

Le BIO est ouvert à tous les élèves les lundi, mardi, jeudi et vendredi. Vous pouvez rencontrer Mme Busnouf en entretien individuel sur les temps de récréation ou sur rendez-vous. Mais vous pouvez également profiter d'un temps de récréation pour consulter la documentation mise à disposition : revues, fascicules, guides de l'Onisep. Des ordinateurs et tablettes sont également à disposition pour la consultation de nombreux sites comme :

**Onisep** : <https://www.onisep.fr/>

**Horizon 21** : <http://www.horizons21.fr/>

**Parcouréo** : <https://www.parcoureo.fr/>

**Idéo** : <https://ideo.bretagne.bzh/>

## Les temps forts de l'orientation à Saint-François Xavier

Les vendredis de l'orientation avec une thématique chaque semaine liées aux études poursuivies : Droit, Lettres, Classes Prépa, l'alternance, l'art, le commerce, BTS/BUT...

## Les déplacements sur les salons :

Salon des étudiants, Infosup.

## Le Forum Avenir

Avec les anciens élèves, toutes générations confondues.

Le Forum des métiers en 3<sup>e</sup>.

Vous vous posez des questions sur votre orientation, vous avez un doute sur vos choix ou vous avez besoin d'aide dans vos démarches, alors n'hésitez plus, rendez-vous au BIO.

Paul Marcesche, Malo Caudal et Alexandre Morel



## Les secrets pour trouver un job

## Vous souhaitez trouver un petit boulot ? Voici quelques astuces pour vous y aider.

S'il s'agit d'un job d'été, il est préférable de commencer rapidement ses recherches (dès mars). Pour le trouver, on peut envoyer une lettre/mail à l'employeur ou se déplacer sur les lieux. Sinon, des plateformes de recrutement proposent des regroupements de petites annonces :

Il est possible de s'inscrire sur des sites d'emploi mais il existe aussi des lieux spécialisés dans la recherche de job :

- Le BIJ (Bureau information jeunesse)
- Des forums organisés par les mairies ou des communautés de communes. Il est conseillé d'arriver tôt, afin de montrer votre motivation.

## CV et lettre de motivation, comment les rédiger ?

Certains sites Internet proposent des modèles de lettres de motivation et de CV à personnaliser, comme Canva.com. Essayez de ne pas faire de fautes !

## Entretien d'embauche, ce qu'il faut faire/ne pas faire !

Il est indispensable d'arriver à l'heure, voire 5 minutes en avance en ayant repéré les lieux du rendez-vous, et en tenue adaptée. Lors d'un entretien d'embauche, le but est de montrer votre motivation, votre fiabilité ainsi que votre aptitude pour le travail en question.

Parlez distinctement et évitez les tics nerveux.

Il faut également observer votre interlocuteur pour savoir si ce que vous dites l'intéresse.

Si vous êtes en présence de plusieurs personnes, balayez au maximum votre regard d'une personne à une autre. S'il semble s'ennuyer, il est préférable de conclure rapidement.

Erell Le Bris et Justine Marhadour

Sites à consulter :  
[www.ij-bretagne.com/vannes/](http://www.ij-bretagne.com/vannes/)  
[fr.indeed.com/](http://fr.indeed.com/)

Comment s'orienter après la 3<sup>e</sup> ?

Peut-être que le système scolaire dans lequel vous êtes actuellement ne vous plaît pas à 100 % ? Peut-être que des cours et des approches plus concrets vous correspondraient mieux ? Le bac pro vous préparera plus rapidement à entrer dans la vie active par le biais de stages. Vous pouvez l'obtenir en 3 ou 2 ans après un CAP\* ou un BEP\*. Au cours du cursus vous aborderez un enseignement général, mais aussi

des cours basés sur des techniques professionnelles propres à votre spécialité. Vous pourrez préparer votre bac dans un lycée professionnel ou alors dans un CFA\* ou dans une MFR\*. Vous aurez également la possibilité de préparer votre diplôme en alternance, cela vous permettra d'avoir beaucoup d'expériences professionnelles.

Montaine Evenno et Angèle Boleis



## on aime

### Une nouvelle école ouvre à Rennes

La cuisine a le vent en poupe. Pour preuve, en 2021, la célèbre école de cuisine Ferrandi ouvrira à Rennes. Si vous êtes passionné par la cuisine ou l'hôtellerie et que vous voulez en faire votre métier, pourquoi pas vous lancer.

Créées fin XIX<sup>e</sup> siècle, les écoles de cuisines se sont développées partout dans le monde. Elles proposent de plus en plus de formations spécialisées dans l'hôtellerie et la cuisine. Certaines se sont distinguées dont l'école Ferrandi. Créée il y a 100 ans, elle fait partie des meilleures écoles de cuisine et d'hôtellerie de France. Elle a formé plusieurs générations de grands chefs et de grands hôteliers qui ont surpris par leurs créativité et leurs talents. L'école Ferrandi a décidé de s'étendre pour créer un campus à Rennes, terre de chefs renommés et de grands établissements hôteliers. Dès septembre 2021, la partie arts culinaires et entrepreneuriat (cuisine ou pâtisserie) et celle de management hôtelier et restauration, seront sur le nouveau campus situé en plein centre-ville de Rennes. Mais vous pouvez aussi choisir de vous orienter vers un CAP de cuisine en vous adressant à la chambre des métiers de Vannes ou en contactant le lycée d'hôtellerie Yvon Bourges à Dinard.

Arthus Quenet et Timothé Chauvin



En savoir



Chambre des métiers:

<https://www.cma56.bzh/>

Lycées hôteliers:

<http://www.lyceehotelierdinard.fr/>

<https://www.lyceesainteanne.fr/>

École Ferrandi:

<https://www.ferrandi-paris.fr/campus-de-rennes>



## on rencontre

### Militaire: un métier d'engagement

Le capitaine Pierre Baudouin Hogard commande la 4<sup>e</sup> compagnie du 3<sup>e</sup> Rima de Vannes. Il nous parle de son métier.



#### Pourquoi avoir choisi cette carrière de militaire?

J'ai choisi cette profession tout d'abord parce que j'aime mon pays. Dans ce métier, on est amené à faire des sacrifices importants. Il y a également le goût de l'aventure, du voyage. L'inconvénient de ce métier est l'instabilité de vie de famille car on est souvent absent mais les avantages, c'est que nous faisons des choses extraordinaires pour notre pays (voyager, sauver des personnes...). On fait des choses qui ont du sens.

#### Un conseil pour les jeunes qui voudraient faire ce métier?

Je conseillerais aux jeunes, d'abord, de bien réfléchir à ce qu'ils veulent faire et de se donner les moyens, de ne pas se laisser porter par la vie. Il est important de se dire qu'il faut se battre pour arriver à son objectif.

#### Parlez-nous de votre parcours

J'ai commencé par faire une classe préparatoire pour entrer dans une école ingénieur scientifique. Ensuite, je suis allé à Saint-Cyr, l'école des officiers. Une fois que j'ai été en école d'application, je suis parti deux ans en outre-mer puis je suis revenu au régiment de Vannes. Depuis l'année dernière, je commande la 4<sup>e</sup> compagnie du 3<sup>e</sup> Rima.

Propos recueillis par Alwena Quintin et Aurore Talleu

En savoir



[sengager.fr](https://sengager.fr)

## on se projette



### Devenir astronome

L'astronomie a pour objet l'étude du mouvement, de la nature et de l'évolution des corps célestes et de leurs systèmes.

La recherche en astronomie fait appel à de nombreuses disciplines que nous allons découvrir.

Pour exercer un métier en rapport avec l'astronomie, il faut avoir des connaissances dans de nombreux domaines: mathématiques, physique, chimie, informatique. Aussi, après leur doctorat en astronomie, les postdoctorants vont très souvent étudier et travailler à l'étranger avant de trouver un poste en France.

L'astronome, par exemple, étudie le système céleste, l'origine et l'évolution de l'univers. Il peut faire le choix de se spécialiser dans l'astrométrie (position et mouvement des astres), la

mécanique céleste (lois régissant le mouvement des astres) ou l'astrophysique (physique appliquée à l'astronomie). Pour devenir astronome, il faut compter 11 ans d'études au total: cursus de 5 ans minimum, puis 3 ans de doctorat et 3 ans de postdoctorat.

Malgré une sélection sévère, les salaires ne sont pas... astronomiques! Environ 2 100 € brut par mois pour un astronome maître de conférences en début de carrière en observatoire ou à l'université. Un astronome au CNRS, en fin de carrière, gagne environ 4 000 €, tandis que pour un ingénieur débutant, il faut compter environ 1 700 €. Les revenus varient également en fonction des publications scientifiques réalisées.

Andréa Goubin et Gaël Boquien

En savoir



<https://www.phosphore.com/metiers/astronome-ou-astrophysicien/>



on  
adore



## Columbine : “Adieu bientôt”

Columbine est un groupe constitué de huit artistes :

Yro, Chaman, Sully, Lujipeka, Foda €, Lorenzo, Chaps, Veskki et KCIV.

Ce groupe, qui mêle la musique pop rap électro, s'est formé à l'internat du lycée Bréquigny de Rennes en 2010.

Chaps nous a offert une interview.

### Pourquoi ce nom Columbine ?

“Il a plusieurs significations. La contraction de colombe et de “INE”, le nom du bâtiment où nous logions étudiants. Cela évoque aussi la fleur, mais c'est surtout un hommage aux victimes de la fusillade du lycée Columbine aux États-Unis en 1999”. La bande de potes s'est démarquée grâce au titre *Vicomte*, un morceau plein de second degré, puis le groupe a sorti son premier album intitulé *Clubbing for Columbine* sur leur propre label “Columbine2k16” en 2016. Actuellement, ce groupe totalise quatre albums dont deux sont disques d'or et un de platine.

À la sortie du dernier album, *Adieu, au revoir*, en 2019, certains fans pensaient que c'était la fin du groupe.



Malgré des titres assez évocateurs d'une fin comme *Adieu bientôt*, *Testament* ou *Encore*, et *Ce n'est pas grave*, Chaps nous a rassurés sur la poursuite de leur carrière : “Ce n'est pas la fin de notre épopée !” ont déclaré les artistes.

Pour notre plus grand plaisir, le groupe est même revenu en force en fin d'année dernière avec *Buvette Tape n°5* qui est un projet de mixtape mené par Lujipeka et Chaps.

Le groupe Columbine n'a pas dit son dernier mot et nous avons hâte de le retrouver sur scène.

Kyllian Tissier et Tristan Robinet

# ACTUS



FRANCE  
Paris

## #ToujoursCharlie

Le 2 septembre a débuté à Paris le procès historique des attentats de *Charlie Hebdo*. Quatorze personnes (dont trois en fuite) sont jugées pour avoir aidé les terroristes coupables de cette première vague d'attaques islamistes, en janvier 2015. La rédaction du journal satirique avait été décimée. Des policiers et des clients d'un magasin casher, abattus. En tout, 17 victimes et autant de visages... Leur mort avait provoqué une émotion immense et fait descendre dans la rue près de 4 millions de Français.

Textes : Kevin Comby

© APPHOTO/MICHEL EULER/SIPA



Ton appli Exprime-toi® :  
ton passeport de journaliste  
jeune reporter!

Chaque jour,  
l'application  
ZoomZoomOkapi  
propose  
une sélection  
de trois photos  
“mystère”  
à décrypter!

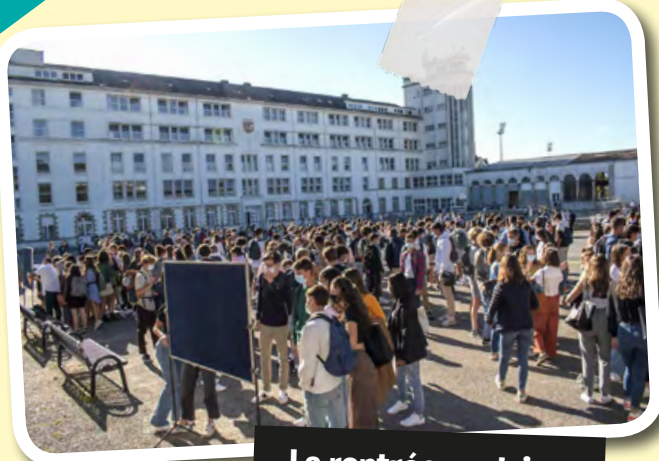


MonMag



# snaps

pris sur le vif



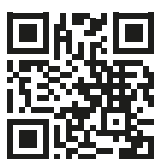
La rentrée scolaire.



Découverte de la classe presse pour les 3<sup>e</sup> 4.



Veillée de Noël au collège.



+ sur le Web



## on s'inspire



### Nos champions

## Marion Declef:

# "La voile, ma passion"



Rencontre avec Marion Declef, élève de Terminale dans notre établissement. Saviez-vous qu'elle a été championne de France en voile en 2019 et vice-championne de France en 2020?



### Vos compétitions ont-elles un impact sur vos notes?

Les compétitions sont regroupées au printemps et en été. Évidemment cela a un impact sur mes notes car j'ai trop peu de temps pour réviser.

### Quel temps accordez-vous à votre passion?

J'ai 6 heures d'entraînement le week-end. Actuellement je navigue sur un nacra15 dans une structure appelée le Clé (Centre labellisé d'entraînement du Morbihan).

### Avez-vous un emploi du temps particulier?

J'ai un emploi du temps normal, mais malheureusement, mon temps libre est restreint car je pratique également la danse deux fois par semaine.

### Souhaitez-vous devenir professionnelle de ce sport?

L'année prochaine, j'aimerais pouvoir intégrer une école d'ingénieur en tant que sportive de haut niveau et aménager mes études pour faire une prépa olympique.

### Comment encourager les jeunes à faire du sport?

Le sport est un moyen de se dépasser, de partager des moments magiques et incroyables avec d'autres sportifs, de se lancer des défis pour atteindre ses objectifs.

Ewen Le Bohec et Mattéo Albugé

## Un champion du monde Vannetais

Saviez-vous qu'un sportif vannetais a été champion du monde de *muay thai*? Eh oui, il s'appelle Xavier Bastard, il est aujourd'hui professeur de sport de combat et de remise en forme à Vannes dans le club Kaeng studio sport.

### Mais au fait, c'est quoi le *muay thai*?

Le *muay thai* est un sport de combat thaïlandais, un mélange de boxe traditionnelle et de krabi krabong (pratique avec des armes). Contrairement à la boxe traditionnelle, on utilise des coups de poing mais également des coups de pied, de genoux, de coudes... Ce sport a des valeurs qu'un *nak muay*

(le boxeur) doit appliquer : maîtrise, courage, moralité, fair play, respect, honneur, loyauté, humilité.

Xavier est athlète de haut niveau depuis 16 ans. Il a reçu plusieurs titres professionnels européens et mondiaux en *muay thai* et K1, un autre type de boxe pied-poing. En juin 2021, il fera ses adieux au ring car il y livrera son dernier combat. "Le sport a toujours eu une place importante dans mon bien-être personnel et ça m'a permis de prendre confiance en moi". Parce que oui, le sport est important pour notre santé physique, mais également pour notre santé mentale car après une séance de sport, nous sommes complètement détendus et sereins.

Tu n'as plus qu'une seule chose à faire maintenant : te mettre au sport et, toi aussi, te surpasser dans ce que tu fais!

Alwena Quintin et Aurore Talieu



**SFX Actu**  
Le journal du collège de Saint-François-Xavier



Collège-lycée Saint-François-Xavier  
3 rue Thiers - 56000 Vannes. Tél. 02 97 47 12 80

Directeur de la publication : Yannick Touzé

Responsables de la rédaction :

Hélène Bidan & Annie Le Guennec

Conception et réalisation :

Bayard Service Centre - Ouest

BP 97 257 - 35 772 Vern-sur-Seiche Cedex

bse-ouest@bayard-service.com - www.bayard-service.com

Secrétaire de rédaction : Bernard Le Fellic - Rédactrice graphique : Nelly Denos

Fabrication : Mélanie Letourneau - Imprimeur : DigitaPrint

Photo de couverture : Arthur Palvadeau et Arthur Vaillant

Crédit photos : Arthur Palvadeau et Arthur Vaillant - collège SFXn sauf mention contraire

**EXPRIME TOI**

Une proposition éducative "d'éducation aux médias et à l'information" de Bayard Service en partenariat avec les titres BAYARD Jeunesse OKAPI et PHOSPHORE.

Nous contacter :  
contact@expriemetoit.fr

