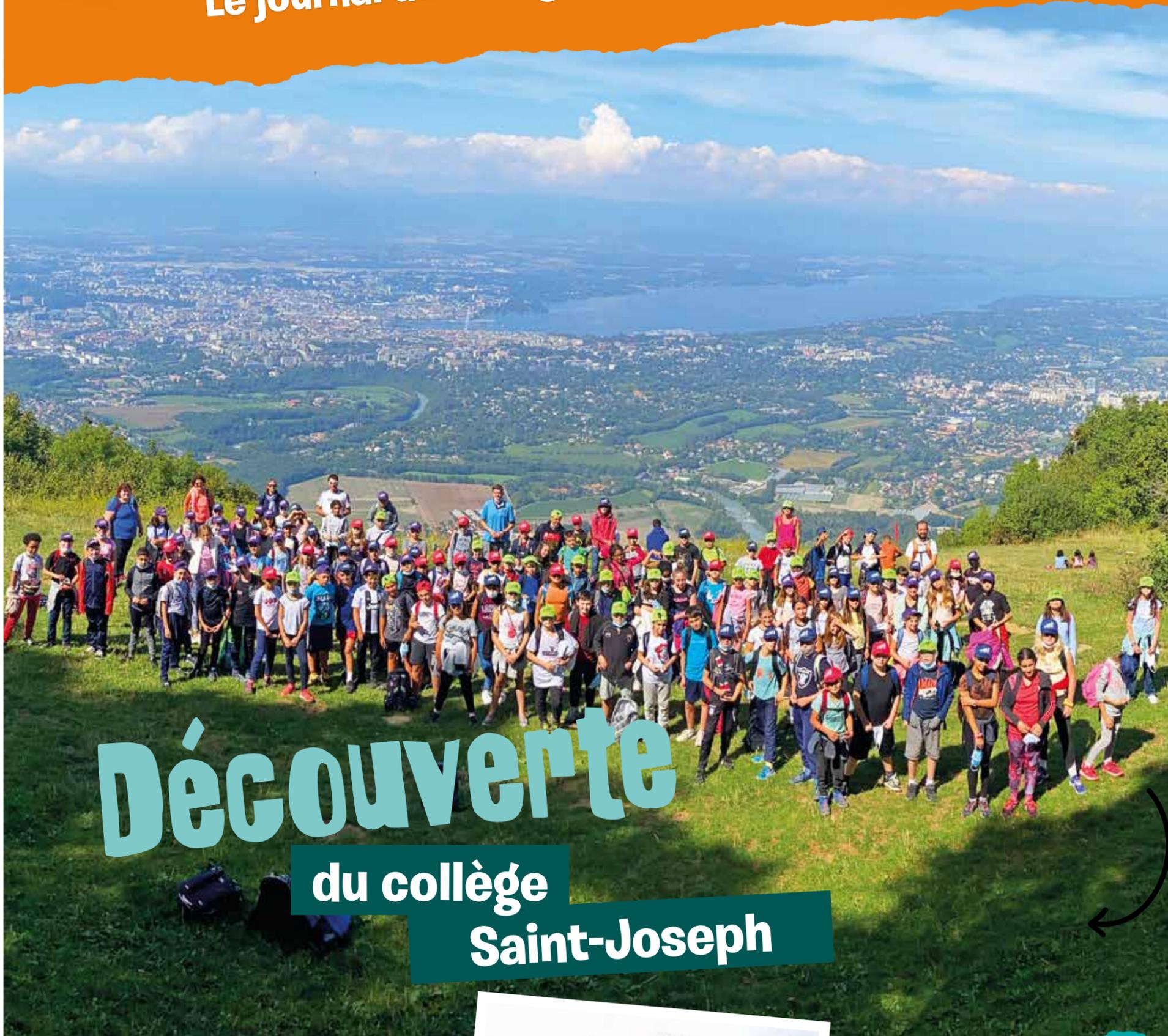


# Ici, ici, c'est St Jo

Le journal du collège Saint-Joseph d'Oyonnax



## Découverte

du collège  
Saint-Joseph

**2** La vie  
du collège

**6** Le sport  
à Saint-Jo



**10** La culture  
et nous

# ça se passe au collège

édito



Chers amis,  
Je me réjouis de la sortie du 1<sup>er</sup> numéro du journal du collège « Ici, ici, c'est St Jo ».  
En effet, dans un contexte sanitaire complexe depuis début septembre, les élèves se sont mobilisés, ont entièrement écrit et réalisé ce premier numéro. Celui-ci reflète la vitalité et l'innovation de notre collège, ainsi que les attentes de nos élèves.  
Je remercie l'APEL Saint-Joseph qui a en partie financé ce projet.  
Bonne lecture à tous.

Sylvain LAULAGNET,  
chef d'établissement

## Notre city stade Comment ça marche ?



### Les horaires

Lundi : 6<sup>e</sup>  
Mardi : 5<sup>e</sup>  
Jeudi : 4<sup>e</sup>  
Vendredi : avant le covid-19 il n'y avait que les filles, mais maintenant, ce sont les troisièmes qui ont pris place.  
Le maximum de personnes dans le city stade est de 10, soit 5 joueurs par équipe.  
Les joueurs décident quel sport ils veulent faire : foot ou basket.



### Il est interdit de :

- Se bagarrer
- S'insulter (en cas de défaite)
- Être plus de dix sur le terrain...

Ce qui est bien, c'est que les élèves peuvent encourager ceux qui sont en train de jouer.

Ambrine Pernet  
et Augustin Chaboud,  
5<sup>è</sup>A

interview



## à la cantine



Personnel de la cantine

### Que sait-on de leur métier ?

La plupart d'entre nous croisons tous les midis le personnel de la cantine. Mais que savons-nous de leur métier et de la façon dont sont préparés les plats ? Pour cela, j'ai interviewé Jérôme Balvay, cuisinier du collège Saint-Joseph.



### Dans votre travail, quelles sont vos activités principales, celles que vous faites le plus souvent ?

**Jérôme Balvay :** Nous préparons les repas en travaillant différents ingrédients: couper la viande, la cuire, faire les sauces, les entrées et desserts, ensuite c'est le nettoyage.

### Travaillez-vous plutôt en équipe ou individuellement ?

Nous travaillons constamment en équipe.

### Prenez-vous des décisions qui engagent des responsabilités ?

Oui, nous choisissons de ne pas proposer aux élèves certains plats.

### Pouvez-vous dire quels sont les avantages et les inconvénients de votre métier ?

Je fais ce qui me passionne, les horaires sont « géniaux ». Je prends plaisir à faire des petits plats qui régaler les autres avec des produits de saison et j'adore le contact humain. Je trouve quand même dommage de ne pas avoir une palette de produits plus large pour différencier les menus.

### Quelles sont les qualités nécessaires pour pouvoir faire ce métier ?

Il faut être ponctuel et assidu, mais aussi avoir de la « bonne humeur » pour pouvoir improviser en cas de problèmes.

### Faut-il une formation pour exercer ce métier ?

Je pense que le minimum est un CAP de cuisine, donc un ou deux ans d'apprentissage (moi j'ai un CAP de pâtisserie).

### Pensez-vous qu'il est mieux d'apprendre ce métier en alternance ?

Oui ! Quand tu apprends en alternance, tu as les différentes techniques et manière de faire de plusieurs chefs.

### Où et comment sont préparés vos plats ?

Nous n'avons pas de cuisine, les plats sont donc conçus dans celle de l'école primaire et maternelle, ici, nous ne faisons que les desserts et réchauffons la nourriture.

EN RÉSUMÉ...

L'équipe de la cantine du collège Saint-Joseph mijote ses plats dans la cuisine de l'école primaire/maternelle. Les cuisiniers n'ont pas une énorme variété de produits à leur disposition, mais ils font de leur mieux pour satisfaire les élèves en mettant toute leur bonne humeur et leur passion.

Yannis Marcaud, 3<sup>è</sup>A

dans  
le monde



## Option Latin Voyage à Rome

Tous les deux ans, en début d'année, un voyage scolaire est organisé à Rome. Il est proposé à tous les 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> ayant choisi l'option latin en 5<sup>e</sup>. Cette expérience incroyable est très attendue et permet aux élèves de se plonger un peu plus dans la ville éternelle, et d'en découvrir tous les aspects, des plus connus... aux plus inattendus.



Ce voyage, au-delà du fait de rater quelques cours, permet aux élèves d'acquérir une réelle culture, notamment dans le domaine architectural de Rome. Le périple est rythmé par des visites improvisées, ou non. En d'autres termes, en une seule journée, il est possible de visiter une dizaine de monuments. Pour autant, cela ne rend en rien le voyage ennuyeux, bien au contraire! Avec deux professeurs d'histoire-géographie et une de français, comme accompagnatrices, les élèves ont souvent le droit à leur lot d'anecdotes et d'explications pour chacun des monuments, ce qui rend les visites d'autant plus intéressantes et amusantes.

D'autre part, qui n'a jamais rêvé de goûter des pâtes et pizzas italiennes? Eh bien croyez-moi, à Rome, vous serez servis! C'est simple, tous les soirs, c'est restaurant pizza ou pâtes. Au choix. Avec tiramisu, glaces en supplément...

Mais attention! Ne pensez pas que ce voyage vous fera prendre du poids, car là-bas, les visites et les trajets... se font à pied. Mais quelle importance? La ville est magnifique et truffée de bâtiments incroyables, plus exaltants les uns que les autres. Il y a toujours quelque chose à voir. Ne dit-on pas que Rome a la folie des grandeurs?

De plus, les deux classes latines de 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> qui participent au voyage, ne représentent qu'un petit groupe d'environ trente personnes. Vous pouvez facilement faire connaissance

et apprendre à vous connaître tout au long du périple. L'esprit de camaraderie est vite présent. En réalité, pendant ces quelques jours, il n'y a plus deux classes de civilisation latine, mais une seule et même classe animée par la même passion! De plus, il est facile et même agréable de circuler dans la ville avec un groupe aussi petit. Je recommande vraiment ce voyage, l'ambiance chaleureuse, les magnifiques monuments, les repas exquis... Tout porte à croire que ce voyage est celui de vos rêves n'est-ce pas? Pour cela, il ne vous reste qu'une seule chose à faire : vous inscrire à la classe de latin!

Inès Bronzina, 3<sup>e</sup>B



on  
ose!



Décembre

## Concours de pulls de Noël

Cette année le collège a organisé un concours « pulls de Noël. » L'objectif était de porter le pull le plus original, le plus drôle, ou même le plus moche. On devait porter sur soi un pull de Noël ou des accessoires de Noël toute la journée. Certains profs et éducateurs ont même joué le jeu!

Plusieurs lots étaient à gagner, comme des chocolats et autres friandises.

Le même jour, à la récréation, nous avons participé à une « flashmob » géante, avec tous les élèves.

Valentine Millet, 6<sup>e</sup>A



# ça se passe au collège



## Les collégiens face à la Covid-19

Le 17 Mars 2020, notre président a fait une annonce, et pas des moindres. Il venait d'annoncer le confinement en France, dû à la pandémie de la Covid-19. Si nombreux sont ceux qui ont été amusés par cette annonce, nous, collégiens avons été dévastés.

**C**onfinement était synonyme d'arrêt de la vie sociale, du sport et des études. Les réactions furent toutes différentes. Certaines étaient positives car c'était l'occasion de mettre en suspend les cours et de regarder la Casa de Papel. Pour d'autres, les inconvénients ont pris le dessus. Psychologiquement, le virus a eu un réel impact sur la santé mentale de certains. Le décrochage scolaire a été important. D'après une étude que j'ai menée, 4 élèves sur 10 ont décroché durant le premier confinement. Aujourd'hui, les dégâts de la crise sanitaire ne font qu'augmenter. Il y a plus de restrictions, plus de contraintes, plus de cas Covid, et maintenant, on nous parle de mutation du

virus, malgré la sortie du vaccin qui n'a pas encore convaincu l'opinion publique. Même si le confinement a été moralement compliqué, des points positifs en sont ressortis. En effet, beaucoup de jeunes se sont mis à pratiquer du sport à la maison (environ 1 sur 2) pour entretenir leur corps et leur santé mentale.

Le confinement a également permis à un certain nombre de jeunes de prendre confiance en eux et de s'ouvrir aux autres. L'adolescence est une période de la vie compliquée pour beaucoup, Mais heureusement, nombre de jeunes se sont épanouis.

Maysâ Barni, 3<sup>e</sup>C



## On décode

### Stop au harcèlement !

## "BIEN DANS MON COLLÈGE"

Dispositif de prise en charge des conflits entre élèves

### LES MEMBRES DE L'ÉQUIPE

Mme EGRAZ Mme LOPES M. ROCHAIX Mme AUGÉ Mme BEVAND	Mme BEAUDET Mme CHAMOT Mme MONIER M. RODDE
--	---

### SITUATIONS TRAITÉES

Moqueries - Insultes  
Intimidations - Pressions  
Harcèlement  
Dans la vraie vie et en ligne

Pour solliciter une intervention, merci de prendre contact avec l'un des membres de l'équipe

**De quoi parle-t-on quand on évoque le harcèlement ? C'est le fait de harceler autrui par des agissements répétés, ayant pour objet ou pour effet une dégradation des conditions de travail susceptible de porter atteinte à ses droits et à sa dignité, d'altérer sa santé physique ou mentale.**

**L**e collège peut soit vous rendre heureux, soit vous donner la boule au ventre, lorsque vous arrivez en début d'année. Pour certains, c'est le début de l'adolescence, mais pour d'autres, le début des ennuis et des problèmes...

**Le harcèlement est un grand mot. Pourquoi ?**

Le harcèlement regroupe une multitude de choses qui peuvent être dangereuses. Cela commence par des moqueries, puis cela se poursuit par des insultes, des intimidations, de la pression... Jusqu'à en venir au harcèlement proprement dit.

Voilà pourquoi le harcèlement est un grand mot.

Les personnes qui subissent ce harcèlement ont peur d'en parler, car les harceleurs peuvent les menacer violemment. En effet, certains élèves n'ont aucune pitié pour les personnes qui souffrent.

Dans notre collège Saint-Joseph une équipe d'enseignants a été formée pour pouvoir subvenir au besoin des élèves qui subissent des moqueries, des insultes, des intimidations et des pressions.

Malak Iakhsim 5<sup>e</sup>B



## À quoi sert un séjour d'intégration ?

Il sert à rencontrer de nouvelles personnes et à se faire des amis. On a appris à vivre ensemble et à mieux connaître les professeurs. Cela nous a aussi permis d'être plus autonomes, car on est sans nos parents et on est plus organisés. On peut découvrir une nouvelle région, de nouveaux paysages, et apprendre de nouvelles choses dans les différentes activités.

Clémence, Noémie, Célia, Luisa, Faustine, 6<sup>B</sup>



# Voyage d'intégration des sixièmes



## Yvoire

On a débuté notre séjour à Yvoire dans un village très sympa, à côté du lac Léman. Les élèves de notre classe ont pu acheter des souvenirs et visiter le village, tout en faisant un jeu. Cela nous a permis de nous faire des amis. C'était trop cool et fun !

Lucy, Elisa, Célya, Inès

## Bellevaux

Les cent vingt élèves de sixièmes et six adultes sont partis en voyage d'intégration, du 9 au 11 septembre 2020.

On a fait des activités en plein air, la cani-rando par exemple : nous sommes allés sur le Mont Salève, nous avons visité Yvoire et nous avons fait une balade autour du lac. Nous avons aussi profité des activités intérieures : le loto, des activités dans les salles de classe et un documentaire que nous avons regardé.

Le séjour d'intégration consiste à se faire des amis, à mieux se connaître... Et à connaître les professeurs.

Nous nous sommes tous très bien amusés pendant ce voyage.

Lily, Rose, Jade, Tessa, Chloé



## Les soirées à Bellevaux

Au cours du voyage à Bellevaux, nous avons participé à deux soirées : le premier soir, nous avons regardé un documentaire sur les insectes avec Madame Verne, et ensuite, nous avons répondu aux questions à propos du film. C'était très intéressant.

La deuxième soirée, on a joué au Bingo. On avait des lots à gagner : jeux de société, ballons... C'était très amusant ! Nous avons passé de très bonnes soirées et avons fait de superbes rencontres.

Camille, Alissa, Lou, Victoria

## Le mont Salève

Au début du troisième jour, nous avons pris le car des « Moineaux ». Après une heure de route, nous sommes arrivés au pied du mont Salève, juste à côté de la station du téléphérique, vers la ville de Genève, en Suisse.

Nous avons pris le téléphérique pour atteindre le sommet. La vue était superbe de là-haut, et les parapentistes étaient nombreux. Le jeu d'orientation était à la fois sportif et instructif, et les prix à gagner étaient funs.

### Témoignages

« Nous pensons que beaucoup d'élèves ont bien aimé le téléphérique et les activités au sommet. Les récompenses étaient bien. »

« J'aurais préféré gagner le jeu » (Thomas, Kevin et Hugo).

« Moi, j'ai gagné ! » (Éloi)

Thomas, Kevin, Hugo, Éloi



### Carte d'identité

Nom : mont Salève  
Hauteur : 1 379 m  
Surnom : Balcon de Genève  
Accès : par la route ou le téléphérique.

# Dossier sport



## L'Oyo Classe rugby à l'honneur

L'Oyo classe rugby a été créée en 2014 par le collège Saint-Joseph, et regroupe les collégiens de la 6<sup>e</sup> à la 3<sup>e</sup> des collèges Saint-Joseph et Ampère. Les entraînements se déroulent le lundi et le vendredi de 15 h 25 à 17 h 30. Un bus nous conduit au stade de Marchon. Nous faisons des ateliers pour développer notre maîtrise du rugby. Les entraînements sont encadrés par des jeunes du club Oyonnax rugby. Nous sommes environ une soixantaine de joueurs.

Il y a des groupes par catégories et un groupe de filles. Les entraînements sont sérieux, parfois durs quand nous faisons du physique. En revanche, quand nous faisons des ateliers, ce n'est pas dur. Des compétitions sont disputées. J'ai choisi la section rugby car je fais du rugby en club à Oyonnax rugby depuis l'âge de 6 ans et je veux devenir rugbyman professionnel.

Alexis Mastronardi, 6<sup>e</sup>A



### Interviews



## L'ovalie au cœur

**Cédric ROUBIN :**  
professeur d'EPS au collège Saint-Joseph et entraîneur en U18 féminin à l'OYONNAX RUGBY.

### Pourquoi le rugby et pas un autre sport ?

J'ai commencé par le judo que j'ai pratiqué 22 ans... je suis ceinture noire 2<sup>e</sup> Dan et j'ai mon brevet d'État qui m'a permis d'enseigner ce sport. Je suis venu au rugby en arrivant à Oyonnax il y a dix ans et le côté collectif m'a tout de suite plu. C'est grâce aux copains que j'y ai pris goût.

### Depuis combien de temps enseignes-tu le rugby ?

Ça fait dix ans que j'entraîne des U14 aux U17 masculins... Et aujourd'hui en U18 féminin.

### Pourquoi es-tu entraîneur en équipe féminine et pas en équipe masculine ?

Les présidents m'ont demandé de mener ce projet au sein du club... j'ai accepté car j'aime relever des défis et pour permettre aux filles qui ont commencé en section au sein du collège de poursuivre l'aventure avec le club. C'est un challenge de développer la pratique du rugby féminin, car il leur est laissé très peu de place dans le sport en général, et tout particulièrement au rugby.

### Quels sont les points positifs et négatifs de la section sportive, plus précisément rugby dans notre collège ?

Les points positifs sont la relation entre le collège et le club, les aménagements des emplois du temps qui permettent deux entraînements par semaine dans l'après-midi, la présence d'entraîneurs et de structures professionnelles auprès des collégiens, le fait d'avoir une section mixte... Et le voyage en Afrique du Sud.

Les points négatifs : il y a des jeunes de niveaux différents (pas forcément des rugbymen). Nous perdons du temps avec les déplacements vers le stade. De plus, toutes les filles ne sont pas prêtes à intégrer le club.

### Combien de temps en plus te prend ton rôle d'entraîneur, est-ce que cela joue sur ta vie de famille ?

Deux heures d'entraînement par jour plus les compétitions le week-end... Auxquelles s'ajoutent les réunions avec le staff, la préparation des entraînements, les séances vidéos à préparer, les liens avec les autres clubs, les stages pendant les vacances... Et sûrement d'autres éléments qui s'ajoutent et que j'oublie... Donc oui, je suis moins présent à la maison, mais ma femme est compréhensive et mes enfants viennent souvent me rendre visite sur les terrains.

**Emma BRAULT :**  
élève de 3<sup>e</sup> au collège Saint-Joseph, joueuse en U18 féminin et en Minimes à l'OYONNAX RUGBY

### Depuis combien de temps fais-tu du rugby ?

J'en fais depuis cinq ans.

### Pourquoi es-tu venue à Oyonnax ? Es-tu contente de cette décision ?

Je suis venue à Oyonnax principalement pour le rugby et je suis très contente d'avoir pris cette décision.

### Est-ce que l'intégration n'est pas trop difficile, du fait que tu sois souvent avec les garçons de l'internat ?

L'intégration n'a pas du tout été compliquée, que ce soit au rugby ou au collège. Tout le monde est super gentil et ils m'ont tout de suite très bien intégrée.

### Est-ce que le fait d'alterner entre les Minimes et les Cadettes et que tu sois l'une des plus jeunes en U18 féminin est difficile ?

Non, ce n'est pas forcément très dur d'alterner entre les Minimes et les Cadettes. Après, ce n'est pas le même niveau car les Cadettes sont plus grandes, donc c'est plus dur, mais c'est toujours un grand plaisir de jouer avec les deux équipes. Ce n'est pas difficile d'être la plus jeune du groupe féminin car les filles sont vraiment super. Elles m'ont très bien intégrée dans l'équipe et, malgré le fait que je sois la plus jeune, je me trouve au niveau.

**Sacha LONCHAMPT :**  
élève de 3<sup>e</sup> au collège Saint-Joseph et joueur en Gadets Gaudermen à l'OYONNAX RUGBY.

### Depuis combien de temps fais-tu du rugby ?

J'en fais depuis maintenant cinq ans.

### Avant, tu faisais du football, pourquoi être passé au rugby ?

C'est mon père qui m'a permis d'essayer le rugby. Pendant deux ans, j'ai pratiqué à la fois le foot et le rugby. Ma mère m'a demandé de choisir entre les deux. Le choix était vraiment dur à faire. J'ai donc décidé de jouer cela à pile ou face.

### Pourquoi es-tu venu à Oyonnax ? Es-tu content de cette décision ?

Je suis venu à Oyonnax pour relever un challenge sportif et perfectionner mon niveau, avec des perspectives de carrière. Oui, je suis très content, tant du côté sportif que du côté social, même si le contexte sanitaire nous restreint la pratique et ne nous permet pas de continuer le championnat.

on se bouge

sp<sup>o</sup>rt

## La Boxe thaïlandaise



La boxe thaïlandaise, ou Muay Thaï, est un sport de combat qui se pratique avec les pieds et les poings.

La Team Lakhdar\* est un club de boxe thaï situé à Oyonnax. Le coach Hamoudi est prêt à vous accueillir dans sa nouvelle salle de sport, un lieu convivial. Je pratique la Boxe thaï depuis quatre ans, je peux donc vous assurer que c'est une super salle de boxe. Beaucoup de gens, en entendant le mot « boxe », pensent automatiquement à un sport violent. Détrompez-vous : nous ne sommes pas au niveau de MMA où tous les coups sont permis, mais bien d'un petit club qui enseigne l'art de la boxe thaï dans le respect et la joie de vivre.

Des combats sont prévus au cours de l'année pour les compétiteurs. Il y a autant de filles que de garçons. Pour ceux qui recherchent le renforcement musculaire et le cardio, vous êtes également au bon endroit.

J'ai interrogé une compétitrice âgée de 15 ans, Ilona Barone, sur ce qu'elle pensait de son parcours dans la Team Lakhdar. Il n'y a que du positif. Dès son arrivée dans le club, elle a été très bien accueillie, et s'y est tout de suite sentie en sécurité. C'est comme une deuxième famille : des liens de cohésion se créent entre tous. C'est une excellente team avec de la discipline et de l'entraide. Les entraînements réguliers et intensifs s'adaptent à tous niveaux et nous poussent au plus haut.

J'en pratique toujours actuellement. Les entraînements sont assez variés. Un jour, on fait de la corde à sauter ou on va courir aux alentours de la salle, un autre, on fait du CrossFit dans la salle elle-même.

Les combats se font naturellement lors des entraînements entre filles ou entre garçons. On peut même choisir des combats mixtes.

Il y a plusieurs équipements à avoir comme des protège-tibias, des bandes, des gants de boxe, un casque, une corde. Le reste, la salle s'en occupe.

Many Barone, 3<sup>e</sup>A

\*Team Lakhdar, allée des fleurs, sur la route de Dortan, à côté du centre commercial où il y a Casa et Gifi, au-dessus de ColorMarket.

C'est comme une deuxième famille

## La gymnastique artistique masculine (GAM)

Après une énième fermeture des salles de sport, les sportifs sont, encore une fois, contraints d'arrêter leur activité. Les gymnastes, attristés en font partie. Mathéo de Barros, gymnaste, nous parle de son sport et de son histoire dans celui-ci.



La gymnastique artistique masculine (GAM) est une discipline consistant à enchaîner des mouvements acrobatiques sur six agrès différents : le sol, le cheval d'arçons, les anneaux, le saut de cheval, les barres parallèles et la barre fixe.

L'ensemble des mouvements et des enchaînements possibles sur chaque agrès est dirigé par un code de pointage. Trouvant ses racines à l'Antiquité, la gymnastique est une discipline olympique depuis 1896.

Il existe plusieurs types : gymnastique artistique, gymnastique rythmique, trampoline, gymnastique acrobatique, gymnastique aérobic et tumbling. Les stéréotypes sur la gymnastique sont nombreux. « C'est un sport de filles », « C'est un sport de faibles ». Mais c'est tout le contraire. Ce sport est fait aussi bien pour les femmes que pour les hommes. En outre, la gymnastique masculine est de plus en plus populaire.

J'ai commencé la gymnastique à 6 ans car ma sœur en faisait. Ce sport m'a tout de suite plu. J'ai ensuite intégré un groupe compétition et fait mes premiers pas dans les concours. Ce n'est pas facile lorsqu'on est petit de réussir à gérer son stress, rester concentré...

Dans ce sport, on a toujours envie d'aller plus loin, de réussir de nouveaux éléments. Mais ce n'est pas toujours facile. Entre les douleurs, les blessures, les coups de mou. Il faut aussi réussir à allier l'école et le sport. Lorsqu'on s'entraîne du lundi au samedi, ce n'est pas simple!

Ce sport est ma passion. Les sensations, l'adrénaline, le stress, la fierté (lorsqu'on réussit de nouveaux éléments ou lorsqu'on monte sur le podium), sont vraiment des sentiments uniques.

Pour résumer, je dirais que la gymnastique est un sport complet dans lequel tout le monde peut prendre plaisir, quel que soit son âge ou son niveau. C'est aussi une belle école de vie : on apprend à gérer son stress, à se surpasser, à ne jamais baisser les bras, même si c'est parfois compliqué!

Mathéo de Barros, 4<sup>e</sup>B



MonMog

## La danse

De par sa définition, la danse est le fait de mouvoir le corps humain avec une suite de mouvements ordonnés, souvent rythmés par de la musique. Mais c'est bien plus que cela. C'est un art pour lequel on se passionne. Il existe de nombreux types de danses. Chaque style permet d'exprimer ses idées, ses émotions, une histoire...

Les premières indications de la danse datent de la préhistoire, où celle-ci était plus cérémonielle et rituelle pour conjurer des sorts, plaire aux dieux... Elle a évolué tout au long de l'histoire et continue son chemin. De nombreux pays possèdent leurs propres danses traditionnelles.

La danse est un sport exigeant, qui demande de la concentration, le sens du rythme et une certaine condition physique. Que ce soit la danse classique, le modern jazz, le Hip hop, la danse de salon ou même la danse folk, c'est un réel plaisir de danser et de se vider la tête.

Comme le disait Marie-Claude Pietragalla : « *Danser, c'est s'interroger, aller au plus profond de soi.* »

Faustine Reveaux, 6°C

Danser, c'est  
s'interroger, aller  
au plus profond  
de soi



## Le judo



Le judo est un sport de saisie qui se pratique avec un kimono. L'objectif est de faire tomber son partenaire sur le dos, dans un cadre établi sur le tatami, et en respectant des règles de saisie du Judogi (Kumi-Kata). La base du judo repose sur le respect du code moral : modestie, politesse, sincérité, amitié, contrôle de soi, courage, respect et honneur. Pour marquer un « ippon », il faut maintenir l'adversaire au sol pendant 20 secondes, 15 secondes pour un Waza-ari, et 10 secondes pour un Yuko.

Thomas Dupont, 6'B



# Le sais-tu ?

## De combien d'os est constitué le corps ?

À l'âge adulte, le squelette est composé de 206 os qui sont constants. Parmi eux, 60 sont pour les membres supérieurs et 60 pour les membres inférieurs.

## Combien de muscles comporte le corps ?

Il y a plus de 600 muscles différents dans le corps humain. Le nombre exact est difficile à déterminer. Certains muscles sont composés de plusieurs sous-ensembles.

## Ce que tu ne sais pas sur le corps humain :

- 1) Notre odeur est unique, au même titre que nos empreintes digitales.
- 2) Nos yeux voient à l'envers, c'est notre cerveau qui fait le reste.
- 3) Pour vider notre corps de la totalité du sang, il faudrait que 1,2 million de moustiques nous piquent en même temps.
- 4) Les doigts sont contrôlés par des tendons et n'ont donc pas de muscles.

Laura Nabot, 4<sup>e</sup>D



# L'ACTU



ITALIE  
Naples

## Le vaccin de l'espoir

C'est une course de vitesse. Et ce personnel médical italien, que l'on voit en train de préparer des doses d'injections, y participe. Vacciner une large part de la population, en commençant par les plus vulnérables, représente un espoir, mais aussi un défi colossal. Critiquée pour sa lenteur, la France promet d'accélérer la cadence. Mais il faudra encore patienter avant d'espérer reprendre une vie normale.

OKAPI  
le monde s'agrandit



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



# Dossier on se cultive



## Les consoles de jeux vidéo

Les jeux vidéo ont été créés dans les années 70 pour pouvoir s'amuser et se divertir. La première console de jeu était la « Odyssey » (créée en 1972 par la société américaine Magnavox). La première console de jeu Nintendo était la « Famicom », lancée au Japon en 1984. À partir de 1994, Sony (Playstation) a lancé sa première console, qui a vu le jour au Japon en 1994 et en Amérique du Nord un an plus tard. Sept ans plus tard, c'est au tour de Xbox (Microsoft) de lancer sa première console aux États-Unis.

Actuellement, sur les consoles de dernière génération, il est aussi possible de jouer avec ses amis en ligne. Quelle que soit la console, différents jeux s'adaptent aux goûts des utilisateurs. Par exemple, des jeux comme Call of Duty ou Battlefield sont des jeux de guerre et de combats, recommandés pour les personnes aimant la guerre. Au contraire, des jeux comme Fifa ou Minecraft offrent un univers plus créatif, et sont recommandés pour un public plus jeune.



## Instagram

Instagram est une application, un réseau social et un service de partage de photos et de vidéos fondé et lancé en octobre 2010 par l'Américain Kevin Systrom et le Brésilien Michel Mike Krieger. Elle nous permet de suivre le quotidien de nos stars préférées, de nos amis... On peut faire des posts ou des stories.

D'ailleurs notre collègue a un compte où il poste régulièrement les actualités faites au sein ou à l'extérieur de l'établissement.

Instagram a plus d'un milliard d'utilisateurs mensuels actifs, et plus de cinq cents millions d'entre eux se connectent tous les jours.

Viktor Fereyd, 5<sup>o</sup>D



## TikTok

Le concept de TikTok est de danser sur une musique. On peut aussi trouver des « scènes » humoristiques ou même des messages pour défendre des causes.

Il est aussi possible de récolter de l'argent. Il suffit d'avoir un certain nombre d'abonnés et de popularité comme Charlidamelio, très connu sur TikTok avec plus de 100 millions d'abonnés, ce qui représente un grand nombre de personnes.

TikTok est une application à télécharger. Il faut aussi obligatoirement créer un compte ou se connecter.

TikTok est non seulement pour les jeunes mais aussi pour les personnes plus âgées.

Manon Guerrin, 5<sup>o</sup>D





## Un jeu

### Rocket League

Rocket League est un jeu vidéo développé en 2015 par Psyonix, puis racheté par EpicGames en 2020. C'est un jeu foot en ligne où les joueurs sont des voitures.

La monnaie du jeu se nomme les « crédits ». C'est avec ça qu'on peut acheter des voitures et les personnaliser.

Il existe des applications sur internet où l'on peut échanger des objets contre des crédits.

Une partie peut durer cinq minutes. S'il y a égalité entre les équipes, il y a prolongation, et la première équipe qui marque le « But en or » gagne la partie.

C'est un jeu en solo mais aussi en équipe. Il y a différents modes de jeu : 1v1, 2v2, 3v3, 4v4, rumble (match où les joueurs ont des pouvoirs), dropshot quand la balle doit rester le plus longtemps possible dans le camp adverse), panier (match de basket).

Dans ces modes de jeu, il y a le mode compétitif en 1v1, 2v2 et 3v3 (il y a des rangs, en passant de bronze, argent, or, platine, diamant, champion, grand champion, super sonic légende), des parties personnalisées (c'est nous qui créons les caractéristiques du match, le temps, la carte, le ballon), des tournois (ils se font en 4 tours en équipe de 3 ; l'élimination est définitive).

Il existe des joueurs professionnels avec leur équipe comme Vitality avec Kaydop, Fery Peak, Alpha, très suivis par les joueurs de Rocket League.

Il existe également une coupe du monde RLCS (Rocket League Championship Series) regroupant tous les joueurs du monde.

Augustin Chaboud, 5<sup>e</sup>D



## les blagues

des collégiens

par Baptiste Marron, 6<sup>e</sup>C

Quelle est la différence entre un prof et un thermomètre ?  
Aucune. On tremble lorsqu'ils marquent « 0 » !



Le prof de Martin demande :  
« Martin, connais-tu la différence entre le soleil et ton devoir de maths ? »  
- Non Monsieur.  
- Et bien, le soleil est un astre... et ton devoir est un désastre !



Au collège, le prof rend les copies et dit à l'un de ses élèves :  
« Allez, mon petit Antoine, avoue que ton père t'a aidé à faire ce devoir. »  
- Pas du tout, M'sieur, je vous le jure...  
- C'est bien vrai, tu es sûr ?  
- Oui, j'en suis sûr. Il l'a fait tout seul. »



## Devinettes

- 1) Quels sont les deux animaux les plus intelligents ?
- 2) Qu'est-ce qui a 123 yeux et 2 dents ?
- 3) Qui est l'ange gardien des rouquins ?
- 4) Dans quel pays ne bronze-t-on pas du nez ?
- 5) Quel est le comble pour un professeur de géographie ?
- 6) Quel est le comble pour un éléphant ?
- 7) Quel est le comble pour un mouton ?

Réponses  
1) Ce sont le cerf et le veau (cerveau).  
2) Un autobus de personnes âgées.  
3) C'est l'ange Oliver (enjoliver), car l'ange Oliver veille sur les roux (roues).  
4) Au Népal.  
5) De perdre le nord.  
6) De n'avoir pas de défense.  
7) D'avoir une faim de loup.

## en Musique

### Nekfeu plus qu'un rappeur

#### Sa vie et sa carrière

Nekfeu, de son vrai nom Ken Samaras, est né le 3 avril 1990 à la Trinité, dans les Alpes-Maritimes. Il est un rappeur mais aussi un auteur-compositeur-interprète. Membre du groupe « S-Crew » en 1995, il appartient au collectif « l'Entourage » et également au collectif « 5 Majeur ». Sorti en 2015, son premier album solo, « Feu », bénéficie d'une ouverture médiatique importante. Il remporte en 2016 la victoire de l'album musique urbaine. Son deuxième album, intitulé « Cyborg » sorti en 2016. Par la suite, en 2019, Nekfeu a sorti son 3<sup>e</sup> album, « Les étoiles Vagabondes ». Au cours de sa carrière, il a vendu plus de 1,5 million d'albums et détient trois disques de diamant pour ses trois albums studios. Nekfeu est un rappeur aimé de tous.

#### Les chansons frappantes

- « On Verra », de l'album « Feu » ;
  - « Elle pleut », de l'album « Les Étoiles Vagabondes » ;
  - « Galatée », de l'album « Cyborg » ;
- Et bien d'autres...

#### Interview de Jeanne Pinson 3<sup>e</sup> B

« J'avais énormément d'a priori sur les rappeurs mais depuis que j'ai découvert Nekfeu et la variété de ses textes, j'ai vu le rap sous un nouveau jour. »  
Comme l'a dit Nekfeu : « Moi j'veux pas être au-dessus, je veux être à la hauteur ».

Elliot Chenaud et Juliette Pellion 3<sup>e</sup> D



**Moi j'veux pas être au-dessus, je veux être à la hauteur**



## Le violon

Le violon est un instrument de musique, les gens qui en pratiquent sont appelés violonistes.

### Qu'est-ce que le violon ?

Le violon est un instrument faisant partie de la famille des cordes frottées. Il est constitué de 71 éléments de bois et comporte également quatre cordes : mi, la, ré, sol.

### Les parties du violon

Il y a les chevilles, le manche, la touche, les filets, la table, les éclisses, le tendeur, le bouton, la mentonnière, les coins, le chevillier, la tête, la volute, le C, le chevalet, le cordier, les ouïes, les éclisses...

### Quelques informations

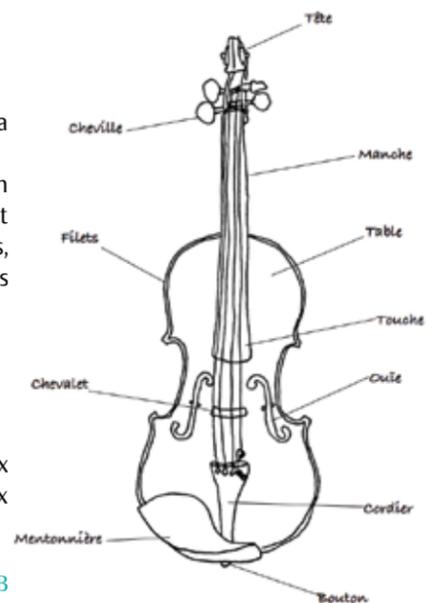
La longueur de coffre du violon varie selon la taille de celui-ci.

Il y a aussi plusieurs sortes de violon : le violon baroque, le violon pavillon et fiddle, qui sont des variantes modernes, et les violons baroques, d'amour et violones, qui sont des variantes historiques.

### Façon de jouer sur un violon

Sur un violon, nous pouvons jouer de deux façons différentes. Avec l'archet et avec l'index (pizzicato).

Irem Altintas, 4<sup>e</sup>B



sur le web  
expriemetoif.fr



Le Ici, ici c'est St Jo est un journal du dispositif *Exprime-toi*, une proposition d'éducation aux médias et à l'information par Bayard Service en partenariat avec les titres de Bayard.



Nous contacter : [contact@expriemetoif.fr](mailto:contact@expriemetoif.fr)

Ici, ici, c'est St Jo  
Le journal du collège Saint-Joseph d'Oyonnax



Collège Saint-Joseph : 12 Rue Jules Michelet, 01100 Oyonnax  
Tél. 04 74 73 59 30 - Mail : [college@saintjoseph-oyonnax.com](mailto:college@saintjoseph-oyonnax.com)  
Facebook : Ensemble Scolaire Saint-Joseph Oyonnax - Instagram : @saintjosephoyonnax  
Rédacteur en chef : Éric Chamboredon et Gregory Rodde  
Directeur de la publication : Sylvain Laulagnet  
Conception et réalisation : Bayard Service Centre - Alpes - Grand Sud Savoie Technolac - CS 20308 - 73377 Le Bourget du Lac Cedex  
bse-centre-alpes@bayard-service.com - [www.bayard-service.com](http://www.bayard-service.com)  
Secrétaire général de rédaction : Jean-Baptiste de Fombelle  
Mise en pages : Sabine Maurel - Fabrication : Caroline Boretti  
Imprimeur : Digitaprint - Photo de couverture : Collège Saint-Joseph  
Crédit photos : Collège Saint-Joseph sauf mention contraire

