

## Collège Guillaume de Lorris



38 Rue de St Lazare - 45260 LORRIS

Tél : 02 38 92 41 69

Fax : 02 38 92 38 03

Courriel : ce.0450034t@ac-orleans-tours.fr



Ouverture de la salle Fair-Play : ce lieu de détente et de jeu sera bientôt ouvert les après-midi aux élèves (fonctionnement et règlement en cours d'élaboration)

EN MARS Interventions pour les 4<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> : les questions de justice, les droits et devoirs des mineurs, l'utilisation des médias et réseaux numériques



**ON COMPTE SUR VOUS**

### COLLECTE POUR LES RESTOS DU CŒUR

Organisée par le SLAC et le CVC la semaine du 27/02 au 03/03

☺ GÉNÉROSITÉ - PARTAGE - SOLIDARITÉ ☺

### Notre corps

Dans le corps humain il y a 206 os et 639 muscles dont 570 sont des muscles squelettiques.

Dans le corps il y a un cœur, des poumons, un estomac, du sang, des muscles, de la chair et des veines. Sur le corps il y a des poils et des cheveux. Le corps humain a aussi des yeux, des oreilles...

Klémance



### Mon horoscope humoristique !

- Bélier : réfléchissez avant de répondre aux questions de l'interrogation
- Taureau : arrêtez d'être feignants et révisez vos cours
- Gémeaux : acceptez-vous comme vous êtes
- Cancer : à trop réviser vous allez en perdre votre latin
- Lion : ne miaule pas, rugit pour te faire entendre !
- Vierge : arrête de stresser à chaque interro
- Balance : ayez confiance en vous
- Scorpion : révisez vos cours pour faire des étincelles à l'interrogation
- Sagittaire : arrêtez d'être tête
- Capricorne : n'encornez pas vos camarades !
- Verseau : arrêtez d'être centré sur vous-même et concentrez-vous sur les autres
- Poisson : évitez le self le vendredi

Elentari

### L'ennemi de notre santé et de l'environnement !

Le chewing-gum est souvent consommé dans les lieux publics par exemple au collège, dans la rue. 3/4 des personnes qui consomment des chewing-gums les jettent par terre : cela pollue et c'est sale !

354 millions d'euros sont dépensés en supermarchés chaque année pour des chewing-gums (selon [www.tf1info.fr](http://www.tf1info.fr)), alors que l'on pourrait utiliser cette somme pour d'autres plaisirs (partir en vacances par exemple...) Mâcher du chewing-gum est aussi très mauvais pour votre santé, car il use votre mâchoire, il fait aussi travailler votre organisme inutilement.



Mayron

## Le tabac et les puffs\*, fléaux de vos poumons !

Le tabac et la cigarette électronique sont dangereux pour la santé encore plus pour les moins de 18 ans. En effet ils fragilisent les défenses immunitaires, détériorent les alvéoles pulmonaires, endommagent le cœur et donc augmentent la probabilité d'avoir une crise cardiaque. Cela est aussi interdit dans tous lieux publics.



Ne jamais fumer près des enfants et surtout pas quand on est enceinte !

Ne jamais commencer est le meilleur moyen de ne jamais fumer, car cela est très addictif : si vous fumez une cigarette vous pouvez être en manque et continuer et après c'est très difficile d'arrêter. Heureusement, pour aider les fumeurs à arrêter il y a des gommes et des patchs contenant de la nicotine (le principal composant du tabac).

Saviez-vous qu'il faut 15 ans après l'arrêt du tabagisme pour retrouver la santé d'une personne n'ayant jamais fumé ! Une personne qui fume peut dépenser jusqu'à 3 650 € par an : de quoi se payer de belles vacances !

\* cigarettes électroniques

Mathias

## Le spectre maléfique...

La lumière bleue est une partie du spectre visible de l'arc-en-ciel. Tout se calcule : la température en degré Celsius, même la lumière en longueurs d'ondes et en nanomètres avec un spectromètre ou un multimètre.

L'expression « lumière bleue » est utilisée pour parler des lumières artificielles comme les leds, la lumière de l'éclair lors d'un orage, de certaines éruptions volcaniques, de l'arc électrique, et pour la lumière utilisée en photothérapie pour traiter certaines affections comme la jaunisse ou l'acné.

Il y a de la lumière bleue dans la lumière du jour, en quantité normale et elle diminue au fur et à mesure de la journée.

Mais si on est toujours exposé à la lumière bleue avec par exemple les écrans de télé, les écrans de téléphones, les écrans des ordinateurs ou les lumières artificielles, cela perturbe le rythme circadien (ce sont les rythmes biologiques de notre corps sur 24 heures).



Le soir, tu es fatigué, ton corps arrête de fabriquer de la mélatonine ; tu as des difficultés à te concentrer, ton cerveau et ton corps ne peuvent plus fonctionner correctement et tu perds beaucoup de neurones. Donc ne pas accentuer ces problèmes, il ne faut pas regarder d'écran après le coucher du soleil pour respecter le rythme circadien.

Pour limiter les effets des lumières bleues, tu peux mettre des lunettes ou un filtre sur l'écran et arrêter les écrans au moins 2 heures avant de se coucher.

Romane

Directeur de la publication : Jonathan Peu-Duvallon, Principal du collège Guillaume de Lorris

Rédactrice en chef : Carole Marcadet, Professeure d'Histoire-Géographie-EMC

Rédacteurs : Tristan Chauvet (6<sup>ème</sup>D), Mathias Chobert(6<sup>ème</sup>D), Ana Carolina Fidalgo Leite (3<sup>ème</sup>A), Mayron Gobin (6<sup>ème</sup>B), Klemance Guilloton-Lamblin (6<sup>ème</sup>B), Romane Labrousse (6<sup>ème</sup>D), Lucas Lelièvre (6<sup>ème</sup>D), Elentari Vasseur (6<sup>ème</sup>A)