

**MINISTÈRE DE L'ÉCOLOGIE, DE L'ÉNERGIE, DU DÉVELOPPEMENT
DURABLE ET DE LA MER**
en charge des technologies vertes et des négociations sur le climat

EXAMEN DU BEPECASER

Session 2011

Admissibilité

DOSSIER

SOMMAIRE

Titres des textes	Numéros des textes
Menace sur la biodiversité	1
Agir contre l'illettrisme	2
La prolifération des algues, un danger pour le littoral	3
Peut-on tromper le cerveau pour la bonne cause?	4
La culture tout le monde peut-il réellement en profiter?	5
Lutte contre la surpêche	6
Lecture numérique	7
Protection de la biodiversité	8
La colocation séduit de plus en plus les seniors	9
L'impact des « notes »	10
Les vraies causes du décrochage scolaire	11
Des jeux vidéo pour changer de boulot	12
Pourquoi les allergies explosent-elles ?	13
Consommation énergétique d'Internet	14
Exposition aux rayons ultraviolets	15
Prise universelle pour les voitures électriques	16
De plus en plus de jeunes accros aux jeux en ligne	17
L'avenir du papier	18
Dépendance à l'alcool	19
Quand un stylo aide à guérir	20
Les vélos électriques décollent	21
Relation de confiance pour les services de proximité	22
L'urbanisme à la française	23
La sécurité routière argument ou alibi	24
Le trafic très prospère des espèces menacées	25
Marcher : priorité aux piétons	26
Mourir pour un oubli de ceinture de sécurité	27
Bien conduire à tout âge	28
Les « bienfaits » de l'alcool	29
Drogés aux jeux virtuels	30

1

MENACE SUR LA BIODIVERSITÉ

Interview de Robert BARBAULT

Comment définit-on la biodiversité ?

R.B : C'est le tissu vivant de la planète. Il comprend des millions d'espèces qui connaissent une grande variabilité génétique. C'est le phénomène de la vie dans son ensemble, qui dure depuis 4 milliards d'années ! Il regroupe des espèces visibles, celles qu'on s'efforce de protéger, qu'on appelle la biodiversité remarquable. Mais il y a aussi tout le reste, ce qu'on appelle la biodiversité ordinaire : virus, micro-organismes... La biodiversité se caractérise aussi par les liens entre les espèces : chacune a besoin de se nourrir, en prélevant sur d'autres espèces. De plus, tous les organismes vivants sont liés par des relations de parenté : humains et chimpanzés ont un ancêtre commun qui vivait il y a 7 millions d'années.

En quoi la biodiversité est-elle menacée ?

R.B : L'homme transforme les milieux naturels en occupant de l'espace, en modifiant les paysages, en surexploitant les milieux, en surconsommant. Résultat : le tissu vivant est en train de se démailler. Prenons l'exemple des milieux marins : les grands prédateurs, comme les requins, ont perdu de 95 à 98 % de leurs effectifs. Les écosystèmes s'en trouvent déséquilibrés : on assiste ainsi à une prolifération des méduses, qui ne sont plus mangées par ces prédateurs.

L'homme a donc un peu joué au surhomme...

R.B : Il oublie parfois qu'il fait partie lui aussi de la biodiversité. Depuis des millénaires, il a dû lutter pour vivre. Il a coopéré avec les plantes et les animaux, inventant l'agriculture. Il a prospéré. La croissance a été exponentielle : aveuglé, l'humain croyait le monde infini. La pression sur les milieux a augmenté. Le phénomène s'est accéléré... et a dérapé.

Quelles menaces le réchauffement fait-il peser sur la biodiversité?

R.B. Il se surajoute au reste. Tout s'en trouve bouleversé. Une étude conduite pour le ministère de l'Ecologie révèle ainsi que les oiseaux ont tendance à se déplacer vers le nord. Dans le même temps, leur reproduction commence plus tôt dans l'année. C'est là un signal d'alarme : la planète connaît une grande ébullition, à tous les niveaux.

Le phénomène mondial, ne date pas forcément d'hier

R.B : Les mouvements migratoires d'Homo sapiens ont en effet commencé dès la plus haute antiquité. Certaines îles méditerranéennes ont ainsi été occupées au néolithique par des populations peut-être venues du Proche-Orient. « Celles-ci ont amené avec elles des espèces prolifiques et envahissantes : animaux domestiqués (cochons, chèvres...), rats », raconte R.B. L'écosystème en a été bouleversé : les populations de vertébrés endémiques (propres à un territoire), différentes d'une île à l'autre, ont ainsi disparu. La même faune s'est installée partout, entraînant une modification irréversible de la biodiversité.

Comment voyez-vous la situation évoluer?

R.B. On assiste actuellement à une amplification et à une accélération des déséquilibres. Les changements qui se faisaient auparavant sur des centaines d'années se mesurent aujourd'hui en années. Certaines espèces vont pouvoir s'adapter, d'autres pas. Mais ces ajustements risquent de prendre du temps.

D'une manière générale, êtes-vous optimiste pour l'avenir?

R.B. : Oui, quand je vois se développer le concept d'écocitoyenneté et sa mise en oeuvre. Sur le terrain des ONG, de simples particuliers font bouger les choses. La situation est de plus en plus prise au sérieux par les politiques. Un pays ne peut pas agir seul. Mais j'ai foi en la capacité de l'homme à relever le défi.

2

AGIR CONTRE L'ILLETTRISME

S'il n'existe pas de statistiques concernant l'analphabétisme, l'illettrisme lui, est très étudié.

- 9 % des personnes de 18 à 65 ans ayant été scolarisées en France sont illettrées, leur langue maternelle est le français. Cela représente 3 millions de personnes.
- Seulement 10 % des illettrés habitent les quartiers dits sensibles, la plupart vivent dans les zones rurales.
- Plus de 57 % des illettrés ont un emploi.
- 74 % d'entre eux utilisaient exclusivement le français à la maison à l'âge de 5 ans.

Les bons mots

On parle d'*illettrisme* pour les personnes qui ont été scolarisées en France et qui n'ont pas acquis une maîtrise suffisante de la lecture, de l'écriture, du calcul pour être autonomes dans les situations simples de la vie courante. On parle d'*analphabétisme* pour les personnes qui n'ont jamais été scolarisées.

Un problème largement répandu

Combien sont-ils, en France, à ne pas pouvoir lire un plan de ville, faire une liste de courses, déchiffrer et comprendre un texte simple, poser une addition ? Il existe peu de statistiques. 9 millions d'adultes en Europe selon l'Unesco qui met en garde : « *Contrairement à l'idée reçue qui voudrait qu'en Europe seuls certains groupes minoritaires soient affectés, on constate que l'analphabétisme est un problème largement répandu* ». Mais dans cette estimation se mêlent toutes sortes de niveaux. Il y a ceux qui ont été scolarisés dans leur pays et qui, pour des raisons psychologiques ou matérielles, n'ont pas enregistré les règles de la lecture (on parle alors d'illettrés), et ceux qui n'ont jamais été en contact avec l'écrit.

Aujourd'hui, les lois d'entrée en France se font de plus en plus sélectives. Mais on lit l'histoire du monde dans ces vagues de populations qui cherchent à sauver leur vie et nourrir leur famille.

Dès lors, comment se débrouiller pour apprendre une langue à des gens de cultures si diverses, dont les vies forcément chaotiques ont parfois laissé des traces cruelles ? Peu de manuels.

Professionnels ou bénévoles ?

Reste pour les associations à se débrouiller, au milieu d'un « empilement de dispositifs qui brouillent la visibilité », signale un professionnel de la réinsertion. Il y a les organismes de formation animés par des professionnels et des associations qui ont largement recours aux bénévoles. Gina, la soixantaine, dégage du temps pour aider une association de son quartier dans le 10^e arrondissement de Paris.

« *Pour moi c'est une affaire de voisinage, les filles qui viennent dans mes cours, je les croise chez les commerçants, elles font partie du quartier. On sort pour apprendre le plan du métro ou voir une expo. J'aide à l'intégration. Je glane aussi des méthodes de lecture via Internet* », explique-t-elle.

Car on n'apprend pas à lire à 40 ans comme à 6 ans. A l'âge adulte, le parcours est semé d'embûches et de découragements. Il y a la vie à gagner, les enfants dont il faut s'occuper, le logement éloigné des centres de formation.

« *je devrais réviser plus à la maison mais il y a toujours quelque chose de plus urgent à faire* », explique une jeune veuve qui vit seule avec ses quatre enfants. D'autres pays, comme la Hollande, sont plus organisés. Chaque étranger analphabète est pris en charge pour une formation à la langue, à la culture, aux lois et aux valeurs du pays accueillant. La France, elle, est la championne européenne de l'illettrisme, un terme inventé dans les années 80 pour désigner ceux qui, malgré une scolarisation, ne savent ni lire ni écrire.

Une question de vie ou de mort

« *Les enquêtes internationales confirment régulièrement le niveau médiocre des élèves français par rapport à ceux des pays économiquement comparables, alors même que le budget de l'Education nationale reste, proportionnellement au nombre d'habitants, l'un des plus élevés du monde* », alerte Luc Ferry dans un livre "Combattre l'illettrisme". Il y a du travail pour toutes les bonnes volontés; pour aider les enfants à ne pas perdre leurs acquis, pour aider les adultes à s'intégrer. « On n'imagine pas les trésors d'ingéniosité qu'une personne ayant des difficultés à lire et à écrire doit développer pour contourner les obstacles dressés par une société où la culture de l'écrit, de l'information et de la communication prédomine », explique le directeur du Secours Catholique.

3

LA PROLIFÉRATION DES ALGUES, UN DANGER POUR LE LITTORAL

Les algues peuvent-elles tuer? La mort d'un cheval sur le littoral des Côtes-d'Armor, fin juillet, dans une zone où prolifèrent des algues vertes et où plusieurs incidents ont déjà eu lieu, a ramené le projecteur sur le phénomène des marées vertes, sensible depuis les années 1970 dans plusieurs régions du monde, notamment en Bretagne. Les effets sanitaires de ces algues font encore l'objet de débats animés entre spécialistes.

La fameuse laitue de mer, ou ulve, a besoin de soleil, mais aussi de deux nutriments : le phosphore et l'azote. Ce dernier se trouve au coeur du problème et avec lui la question de l'agriculture intensive et de la surfertilisation des sols, les pluies printanières transportent ces nutriments azotés vers les zones littorales. La Bretagne est particulièrement touchée, à cause de sa forte concentration de zones agricoles. Il y a eu une telle concentration de bétail que la terre et l'eau se trouvent chargées en nitrates à un taux bien supérieur à ce qu'elles peuvent supporter explique Jean-François Piquot, porte-parole de l'association Eau et rivières de Bretagne.

En elles-mêmes, les algues vertes ne sont pas novices. Mais elles s'échouent sur les plages et commencent à s'y décomposer, formant une croûte blanchâtre sous laquelle l'hydrogène sulfuré (ou sulfure d'hydrogène) qu'elles dégagent est emprisonné. Dès qu'il y a rupture de la croûte, ce gaz nauséabond — mortel en cas de fortes inhalations — est libéré.

Pour lutter contre la prolifération d'algues vertes, « l'idéal serait de changer les pratiques agricoles, estime Jean-François Piquot. *Notamment en évitant la concentration des terres destinées aux bétails* ». Ce qui a déjà été fait dans certaines zones proches des points de captage d'eau potable.

En attendant, les algues sont ramassées, mais cela a un coût. Pour la commune d'Hillion, il s'est élevé en 2008 à 100 000 euros, auxquels se sont ajoutés 400 000 euros apportés par le conseil général des Côtes d'Armor.

Pour les recycler, l'épandage à base uniquement d'algues est une solution. Mais, peu informés, les agriculteurs ajoutent en général aux engrais habituels, ne faisant ainsi qu'augmenter la quantité d'azote (une tonne d'algues en contient 1,2 kg).

L'ulve n'est pas la seule à provoquer des dégâts : *Ostreopsis ovata* sévit actuellement sur la côte d'Azur. Cette algue, invisible à l'oeil nu, vit fixée sur les grandes algues. « *Elle se retrouve parfois dans l'air, déplacée par les embruns de la mer et peut entraîner, par son inhalation, des troubles respiratoires, de la fièvre, une toux ou encore un rhume* », explique Rodolphe Lemée, chercheur à la station marine de Villefranche-sur-Mer (Alpes-Maritimes). Les symptômes diminuent en général en un jour ou deux, sans complications. Cette fois, c'est le réchauffement climatique qui est en cause. D'origine tropicale, cette espèce est présente en Méditerranée depuis la fin des années 1990.

L'inquiétude plane quant à l'arrivée en Europe d'une micro-algue bien plus toxique « *gambierdiscus toxicus* ». Celle-ci pose depuis des années un énorme problème sanitaire sous les tropiques. Certains poissons infectés par cette algue sont susceptibles de provoquer un empoisonnement chez l'homme et sont donc interdits à la consommation. L'intoxication se manifeste par une démangeaison féroce. Le réchauffement climatique est, encore une fois, la cause la plus plausible de cette migration.

4

PEUT-ON TROMPER LE CERVEAU POUR LA BONNE CAUSE?

les fumeurs et les gros mangeurs à réduire leur consommation, ou pour limiter les intoxications domestiques grâce à un marquage plus efficace des produits ménagers : en France comme à l'étranger, cette approche est désormais considérée comme prometteuse. « *Les sciences du cerveau ne constituent pas une recette miracle garantissant l'impact optimal d'une campagne, mais elles sont devenues une méthodologie complémentaire aux outils classiques utilisés en communication* », précise Olivier Oullier, Maître de conférences en neurosciences.

Rappelant que le secteur privé, lui aussi, suit de très près les avancées des neurosciences cognitives, ce chercheur a opté pour le pragmatisme. « *Si de nouvelles techniques permettent d'améliorer l'efficacité des messages publicitaires, il n'y a pas de raison pour qu'elles ne soient pas mises également au service des campagnes de santé publique* », insiste-t-il. Pas de raison, par exemple, que les résultats des neurosciences soient utilisés par l'industrie agroalimentaire sans que les campagnes de prévention. Les sciences du cerveau peuvent-elles contribuer à améliorer les campagnes de prévention contre le tabagisme, l'obésité, et autres problèmes sanitaires d'importance ? Depuis que les autorités canadiennes, au tournant du millénaire, se sont appuyées sur une étude par imagerie cérébrale pour tester l'efficacité des images chocs imposées sur les paquets de cigarettes, la question intéresse de plus en plus les politiques.

Dans le détail, certes, on est encore loin de comprendre comment fonctionne cette fabuleuse boîte noire qu'est notre cerveau, et plus encore de saisir les rouages de la pensée humaine. Par petites touches, les neurosciences n'en permettent pas moins de mieux décrypter le comportement humain. Notamment depuis l'avènement de l'imagerie par résonance magnétique fonctionnelle (IRMf) : une technique d'exploration cérébrale qui visualise avec une grande précision, en temps quasi-réel, les zones du cortex en activité. Et permet donc de mieux estimer, au fil des expériences, le rôle joué par les émotions dans les processus d'attention, de mémorisation et de prise de décision du consommateur ou du citoyen.

Utiliser ces enseignements pour influencer contre l'obésité n'essaient également d'en tirer parti.

Facteur de risque majeur de plusieurs maladies graves et chroniques, l'obésité, selon les estimations actuelles, concerne en France un adulte sur six. Des multiples travaux menés pour comprendre son étiologie, il ressort que cette pathologie résulte de l'interaction de facteurs sociaux, psychologiques, génétiques, physiologiques et cérébraux. C'est sur cette dernière composante que les données des neurosciences peuvent apporter leur éclairage.

En Grande-Bretagne, une équipe de l'université de Cambridge s'est ainsi penchée sur ce mécanisme bien connu des publicitaires, selon lequel la prise d'aliments est déclenchée non seulement par la faim, mais aussi par la vue de la nourriture. L'IRMf l'a confirmé plus le mets présenté semble appétissant, plus il exerce d'effets « positifs » sur le cerveau.

A l'université d'Oxford, des chercheurs ont montré que lorsque nous mangeons, l'activité était plus élevée dans les aires cérébrales impliquées dans le plaisir si cette ingestion était accompagnée d'une mention positive. Pour donner envie de se resservir, accoler à un breuvage les termes « saveur délicieuse » sera donc plus efficace que la simple description « bouillon de légumes ». Un constat exploité depuis longtemps par les industriels, et qui, désormais validé par la science, pourrait inspirer les pouvoirs publics.

« *Pour mieux prévenir l'obésité, on pourrait par exemple imposer une présentation publicitaire « neutre » pour les aliments les plus caloriques, suggère M. Oullier. Ou encore parler en termes appétissants des fruits et légumes, afin de mieux convaincre les consommateurs d'en manger cinq par jour* ».

L'idée semble faire son chemin dans son rapport parlementaire sur l'obésité présenté le 30 septembre 2008, la députée Valérie Boyer (Bouche du Rhône) a proposé, pour la première fois en France, de tenir compte des apports des sciences du cerveau dans la définition des stratégies de détection et de lutte contre le surpoids.

Catherine VINCENT

5 LA CULTURE TOUT LE MONDE PEUT-IL RÉELLEMENT EN PROFITER?

Depuis plus de trente ans, les mesures se succèdent pour tenter d'élargir l'accès aux équipements et aux biens culturels. D'après une enquête réalisée en 2008 et parue en octobre 2009, c'est pourtant un échec. Les lieux de culture restent le monopole des plus aisés et des plus diplômés. Une histoire de coût ? Pas si simple. En effet, malgré le prix de la place de cinéma, les salles font le plein. A contrario, les musées sont gratuits pour les moins de 24 ans ainsi que le premier dimanche de chaque mois pour tous les publics, les bibliothèques sont libres d'accès, certains spectacles baissent leur tarif et plus de 12 millions de personnes ont participé à la 26^e édition des Journées européennes du patrimoine. Et ceux qui en profitent le plus toujours les mêmes, un public déjà conquis.

Un quart des Français ne se rend jamais dans un établissement culturel. Pourquoi ? Parce que l'offre culturelle locale est souvent pauvre ou désuète, parce que l'information sur les spectacles, les expositions, les concerts est insuffisante, parce que les lieux de culture sont trop éloignés. Dans la plupart des zones rurales, les habitants doivent en effet compter plus d'une heure de route pour se rendre dans un musée ou un théâtre. Autant dire qu'ils doivent être particulièrement motivés !

« Le frein est surtout d'ordre psychologique », assure Eléonore de Lacharrière, déléguée générale de la Fondation culture et diversité, dont le rôle est justement de mettre les pratiques culturelles à la portée d'un large public. « Nombreux sont ceux qui s'autocensurent et qui ont le sentiment de ne pas maîtriser les codes sociaux et culturels pour se sentir à l'aise dans les musées, au théâtre... ». Certains se demandent même s'ils ont le droit d'y aller. Autre frein : le manque de connaissances pour apprécier une oeuvre, quelle qu'elle soit.

« L'accès à la culture ne peut se faire sans apprentissage, explique la déléguée générale. Il faut pouvoir remettre une oeuvre dans son contexte artistique pour la comprendre et l'apprécier ».

Des associations, mettent en place une pédagogie et des actions de sensibilisation culturelles qui s'adressent aux jeunes. Elles invitent ce public à la découverte des arts comme, par exemple, le théâtre. Elles organisent alors des rencontres avec les auteurs, la visite des lieux, des discussions autour de la pièce... bref, elles donnent les clés pour une meilleure compréhension.

Ces clés permettent alors à chacun de développer sa propre opinion et de se sentir légitime d'aimer ou de ne pas aimer. « L'éducation artistique et culturelle des individus participe à leur épanouissement personnel », confirme Eléonore de Lacharrière, qui observe des transformations chez les jeunes. « Ils prennent confiance en eux. Ils découvrent un moyen d'expression et de créativité. Certains décident même de faire carrière dans la culture ».

La culture, ce sont aussi des repères et des valeurs que l'on partage avec les autres. C'est un outil de cohésion sociale. Et Internet, installé aujourd'hui dans la plupart des maisons, pourrait avoir son rôle à jouer. C'est en effet ce qui ressort de l'enquête de 2008. Internet « bouscule les choix » et met certaines pratiques culturelles à la portée de tous.

Cécile MARGAIN — C'Clair ! - février/mars 2010

6

LUTTE CONTRE LA SURPÊCHE

« La pêche, c'est comme la cueillette. On ne peut pas accroître la « productivité » de la mer. On peut toujours pêcher plus, mais cela épuise littéralement la mer.

Or, pour sauver ses ressources, nous avons tous un rôle à jouer.

Il faut déjà diversifier nos achats. Trop d'entre nous n'achètent que du saumon, du cabillaud et des crevettes alors qu'il y a tant d'autres espèces délicieuses à consommer.

Ensuite, nous devons choisir du poisson « bien pêché ». C'est surveiller la présence de labels et se renseigner; comment est-il pêché par exemple ? Une pêche à la ligne (pour le bar ou le lieu jaune) garantit le plus souvent des pratiques respectueuses de l'environnement.

Ou alors, où est-il pêché ? Est-ce la saison pour tel ou tel poisson ? Une bonne solution est de privilégier les poissons issus de pêches locales en phase avec la saisonnalité ».

La mer est en danger et la pêche aussi. Les réserves marines s'épuisent et pas qu'un peu ! 88 % des stocks de poissons pêchés en Europe, et 75 % dans le monde, sont surexploités ou en passe de l'être, c'est-à-dire qu'on prélève plus que la mer ne peut reproduire.

Heureusement, des solutions existent. Il suffit de modifier les pratiques et, là, nous avons tous un rôle à jouer ! Il faut agir en choisissant le « bon » poisson, celui qui préserve la pêche de demain. Alors, quelle espèce acheter ? Quel label repérer ? Faut-il privilégier l'élevage ?...

Pour être sûr que, demain, la mer nous donnera encore plein de bonnes choses à déguster, et qu'elle fera vivre les centaines de millions de personnes qui dépendent d'elle, la pêche doit devenir raisonnable. Cela ne signifie pas arrêter totalement de pêcher — même si pour certaines espèces il faut un moratoire — mais cela implique que les pêcheurs limitent leurs prises et respectent des zones de pêche. Il leur faut aussi être très attentif aux périodes de reproduction et à la taille des poissons pour les laisser devenir adultes et se reproduire avant d'être attrapés. Pêcher responsable, c'est également adopter des techniques plus sélectives pour ne prélever que ce que le pêcheur pourra vendre. Enfin, c'est faire attention à ne pas détruire l'environnement, lieu de vie et de croissance des poissons de demain.

Certaines pêcheries font déjà de la pêche responsable. Un organisme international indépendant (le Marine Stewardship Council) a décidé de les distinguer. Depuis dix ans, le label MSC assure que les produits sont issus d'une pêche durable. Depuis la pêche proprement dite (le lieu, la date, les méthodes...) jusqu'à la livraison au magasin, le MSC garantit que le produit ne participe pas aux problèmes écologiques et sociaux créés par la surpêche.

L'aquaculture peut être une solution pour alléger l'exploitation de la mer, tout en fournissant des produits de qualité dans nos assiettes. Si les conditions d'élevage de certaines fermes aquacoles n'étaient parfois pas irréprochables, les pratiques changent. Pas de prélèvement des alevins dans la mer, cycle fermé de l'eau, usage minimum de produits sanitaires... L'aquaculture « écologique » se développe : il faut l'encourager.

L'élevage peut être une solution de remplacement à la pêche. Il faut simplement s'assurer que les produits sont issus d'une production maîtrisée, ayant un minimum d'impact sur l'environnement.

J'y crois — Carrefour mag

7

LECTURE NUMÉRIQUE

« Ces dernières années, j'ai eu la désagréable impression que quelqu'un, ou quelque chose, bricolait mon cerveau, en reconnectait les circuits neuronaux, reprogrammait ma mémoire. Je ne pense plus de la même façon qu'avant. Auparavant, me plonger dans un livre ou un long article ne me posait aucun problème. (...) Désormais, ma concentration commence à s'effiloche au bout de deux ou trois pages. (...) Mon esprit attend désormais les informations de la façon dont le Net les distribue comme un flux de particules s'écoulant rapidement ». En écrivant ces lignes, l'essayiste et blogueur américain Nicholas Carr a déclenché un immense débat, qui n'en finit pas de rebondir sur la Toile et à la une des magazines. Son article s'inspirait de son expérience personnelle de lecteur, pourtant averti, à l'ère de la révolution numérique. Peut-on généraliser cette expérience ? Sommes-nous en train de devenir des obèses mentaux, gavés d'informations, au sens où notre cerveau serait en train de subir les mêmes effets que nos corps déformés par la surconsommation et la malbouffe ? On objectera qu'à chaque révolution technologique ressurgissent les mêmes questions : avant Internet, l'invention de l'écriture avait, déjà, soulevé les craintes des penseurs.

C'est un fait : lorsque nous sommes connectés au Web, nous lisons. Mais de quelle lecture s'agit-il ? Certainement pas de celle entendue comme exercice spirituel préparant à la méditation, telle que Sénèque la décrit dans la Lettre 84 à Lucillius, où il conseille de recopier sur des tablettes des extraits des textes lus, de les classer, de bien les digérer, afin de les faire passer « dans notre intelligence, non dans notre mémoire ». Il ne s'agit pas non plus d'une simple consultation comme sur un écran de distributeur d'argent pour contrôler des opérations, mais d'une lecture d'un genre nouveau, qu'Alain Giffard nomme « lecture numérique ». Votre lecture se fait alors avec un temps plus long consacré à la navigation, à la lecture « en diagonale », non linéaire, à base de liens hypertextes, plus sélective et parfois en interaction avec d'autres lecteurs. Une lecture qui est aujourd'hui assistée par de nombreux petits logiciels, filtres ou agrégateurs de nouvelles. Une lecture où vous pouvez mettre en commun vos marque-pages et vos notes.

Or, chacun d'entre nous en a fait le constat : entre les mails, les alertes et, pour certains, le relevé de nos fils RSS* et des messages sur les sites de partages sociaux, nous sommes bel et bien entrés dans l'ère de la distraction perpétuelle. La lecture ayant une influence déterminante sur les structures d'activité dans notre cerveau, on ne peut alors s'empêcher de se demander est-ce grave, docteur ? « Plus que tout autre organe, le cerveau est conçu pour évoluer en fonction de l'expérience — une fonctionnalité appelée la neuroplasticité », rappelle Roland Jouvent, qui dirige le Centre émotion du CNRS**. De même qu'il s'est adapté à l'arrivée de la radio, du cinéma, de la télévision, il se modifie sous l'effet de nos pratiques de lecture en ligne. On sait généralement que les capacités d'apprentissage sont spectaculaires chez l'enfant, mais elles peuvent l'être tout autant chez l'adulte. En ce qui concerne Internet, une étude pilotée en 2008 par Gary Small, de l'université de Californie, démontre que la lecture et la navigation sur le Web utilisent le même mode de mémorisation et stimulent les mêmes centres d'activité du cerveau. Mais la recherche sur Internet stimule également des secteurs liés à la prise de décision et au raisonnement complexe. Ce qui constitue à la fois une bonne et une mauvaise nouvelle : avec l'âge, surfer sur la Toile vous aidera à entretenir et à aiguiser vos capacités cognitives, un peu comme les mots croisés. D'un autre côté, les multiples prises de décision que ce surf implique consommeront une partie de votre énergie mentale.

Sophie LHERM — Télérama — 22 juillet 2010

* RSS (flux de contenus gratuits en provenance de site Internet)

** CNRS Centre National de la Recherche Scientifique

8

PROTECTION DE LA BIODIVERSITÉ

C'est le tableau le plus exhaustif de l'état de la biodiversité planétaire, brossé tous les quatre ans par l'Union internationale pour la conservation de la nature (UICN), et il n'est pas brillant. Son édition 2009, publiée jeudi 2 juillet, confirme l'effondrement du nombre des espèces à un rythme cent à mille fois plus rapide que lors des grands épisodes d'extinction du passé. « *Nous ne pouvons que constater que la communauté internationale, qui, en 2002, s'était fixé pour objectif de freiner cette tendance d'ici 2010, a échoué* », note Jean-Christophe Vié, l'auteur principal du rapport.

Le diagnostic de l'UICN se fonde sur l'observation de 45 000 espèces animales et végétales, réunies sur une « liste rouge » qui, au fil des ans, s'est imposée comme une référence. C'est un petit échantillon : les experts estiment qu'il existe 15 millions d'espèces, dont 1,8 million seulement ont été décrites. Mais « à chaque fois que nous menons des enquêtes plus poussées sur une espèce spécifique, la tendance globale se confirme », explique Sébastien Moncorps, du comité français de l'UICN.

Sur 45 000 espèces, 16 928 sont menacées d'extinction, soit un oiseau sur huit, un mammifère sur quatre et un amphibien sur trois. Derrière ces tendances globales, le rapport s'attarde sur le sort des espèces menacées utilisées par l'homme pour son alimentation ou pour la médecine traditionnelle. Pour conclure à une situation encore plus critique « 36 % des mammifères consommés par les hommes sont en danger, contre 21 % en moyenne », souligne M. Vié, en pointant la menace que cela constitue pour la sécurité alimentaire.

Les auteurs du rapport ont par ailleurs essayé d'évaluer l'impact futur du changement climatique. Si la plupart des espèces de la liste rouge sont sensibles au réchauffement, un plus grand nombre d'espèces, aujourd'hui considérées en bon état de conservation, seront, selon eux, gravement touchées par la transformation de leur environnement. « *L'étendue des espèces sensibles a de quoi faire frémir* » observe M. Vié. Aujourd'hui, la destruction des habitats liée à la poussée urbaine et à l'intensification de l'agriculture, la surexploitation et la présence d'espèces invasives restent les principales causes de l'érosion de la biodiversité.

Dans ce panorama, l'UICN trouve cependant une raison d'espérer. Les actions de protection se multiplient au niveau local. En quelques années, elles ont, par exemple, permis à l'éléphant d'Afrique, au bison d'Europe, au zèbre de montagne, au cheval de Prjevalski, au rhinocéros unicolore d'Inde ou au tamarin lion noir du Brésil de sortir de la spirale du déclin. « C'est bien, mais pour éviter la crise d'extinction, il faut aller plus loin et plus vite », conclut l'organisation.

Laurence CAMEL — Le Monde — 2 juillet 2009

9

LA COLOCATION SÉDUIT DE PLUS EN PLUS LES SÉNIORS

Venu du nord de l'Europe, le partage d'un appartement entre seniors commence à se développer en France, notamment par l'intermédiaire d'associations ou de sites Internet. Antidote à la solitude, réponse à la baisse du pouvoir d'achat, alternative à la maison de retraite, cette formule a de nombreux atouts.

A 69 ans, Christine Baumelle, présidente de l'association « la Trame », une structure qui oeuvre à briser la solitude des aînés est une ardente militante de la colocation pour les papys et les mamys-boomers. Psychosociologue à la retraite, elle a lancé, en juin 2007, des « unités de vie collective de 4 à 8 personnes ». Pour aider les candidats à se rencontrer, l'association dispose d'un site Internet et organise des « rendez-vous de la colocation », dans différentes villes de France.

« Il faut du temps pour démarrer, admet la sexagénaire. La colocation entre seniors n'a rien à voir avec celle entre étudiants. Les retraités qui se lancent dans l'aventure doivent être prêts à lâcher leur logement, se séparer d'une partie de leurs meubles, et à faire maison commune après des années de vie en solo et des habitudes bien ancrées ».

Le choix des colocataires est plus délicat, car les projets s'inscrivent sur le long terme. C'est pourquoi Mme Baumelle, qui va partager sa villa près de Vannes avec deux autres personnes à partir de septembre, n'hésite pas à « prêter » pendant quelques jours son domicile à des groupes de futurs colocataires, afin qu'ils testent la vie en commun.

Le concept en est encore à ses débuts, mais Pierre Lelal, qui vient de créer « Partage-senior.net », y croit. Pour cet enseignant en activité, qui revendique plus de 1 000 contacts, la montée en puissance du papy-boom ouvre de belles perspectives. « *La France compte à ce jour plus de 13 millions de personnes âgées de plus de 60 ans dont un quart vivent seules suite à un divorce, au décès du conjoint ou à l'éloignement de la cellule familiale. Cette tendance va croître, avec de plus en plus de « jeunes vieux » en bonne santé qui espèrent bien profiter de l'allongement de l'espérance de vie* ». Dix projets seraient en gestation en métropole, quinze en outre-mer et une dizaine à l'étranger. « *On peut tout imaginer. C'est un peu sans fin. On m'a même demandé « Pourquoi ne montez-vous pas un projet de vie sur un voilier pour des seniors qui ont envie de faire le tour du monde ? ».* »

Pour l'instant, les colocations qui fonctionnent sont sur un mode plus classique. Leurs membres sont souvent des femmes, autour de 65 ans, partageant une grande maison. « *Les hommes s'y intéressent quand ils sont malades*, plaisante Mme Baumelle. *Et ils ont encore tellement tendance à se faire servir ! Le bon équilibre ?* « Un cocon mixte d'au moins quatre personnes. A deux, les gens ont tendance à reproduire un fonctionnement de couple, à partir de quatre ou cinq, une ambiance s'installe et les colocataires se sentent plus libres », explique la psychosociologue.

Plus qu'une question d'âge ou de sexe, le vivre-ensemble est de toute façon plutôt une affaire de personnalité. « *Les colocataires doivent être des gens ouverts, bien équilibrés, capables de prendre des risques et tenant compte des réactions et des besoins des autres* », poursuit la présidente de « La trame ». « *Beaucoup de qualités, reconnaît-elle mais quand ça fonctionne bien, la colocation est le meilleur antidépresseur du monde* ».

Catherine ROLLOT — Le Monde — 12 août 2009

10

L'IMPACT DES « NOTES »

« Tu as eu des notes aujourd'hui ? ». Chaque soir ou presque, des millions de parents posent cette question rituelle à leurs enfants. Les résultats n'étant pas toujours ceux espérés ou attendus, les retrouvailles de fin de journée tournent court.

Depuis une dizaine d'années, toutes les enquêtes d'opinion menées sur le sujet pointent l'évaluation comme première source de conflit entre les ados et leurs parents. Le sondage réalisé par CSA au printemps 2009 pour l'Association de parents d'élèves de l'enseignement libre (APEL) indique que 52 % des parents se déclarent stressés par la réussite scolaire de leur enfant. A leur décharge, ces parents soucieux demeurent lucides quant à l'omniprésence, voire l'omnipotence des notes dans leur relation filiale. 75 % affirment, en effet, y accorder une trop grande importance, et 60 % reconnaissent qu'elles influencent leurs comportements concernant les autorisations de sorties, l'argent de poche, etc. Mais cette prise de conscience a ses limites.

Une majorité d'entre eux (68 %) estiment aussi que les notes donnent une appréciation juste du niveau scolaire et du travail de l'enfant. Et 66 % ne souhaitent pas qu'on les supprime ni qu'on les remplace ! Pourquoi ce paradoxe ? « La focalisation sur les notes, c'est culturel chez nous. Les parents eux-mêmes ont subi cette dictature du résultat et, pourtant, ils font rejaillir ce stress sur la génération suivante. Il serait nécessaire de modifier notre système d'évaluation qui sanctionne ce qui n'est pas acquis quand d'autres pays s'intéressent à la progression du jeune. Mais y toucher est de l'ordre de l'identité sociale, donc difficile à mener à bien », explique Edith Tartar Goddet, psychosociologue. Pour la pédopsychiatre Gisèle George, la note catalyse aussi les angoisses de l'ensemble de la famille. « Bien sûr, l'intérêt croissant porté aux enfants depuis une trentaine d'années, l'inquiétude légitime des parents vis-à-vis de l'avenir expliquent l'importance prise par la scolarité. Mais toutes ces discussions qui tournent sans cesse autour des notes et pourrissent la vie, n'est-ce pas un moyen de canaliser les craintes des parents, qui vivent la crise identitaire du milieu de vie, comme celles des ados qui sont dans une phase de profond remaniement intérieur et extérieur ? ».

Si la pression n'a jamais été aussi forte sur la question scolaire, jamais non plus la notion de réussite n'a été si prégnante dans la relation à son enfant. Se sentant implicitement responsable de son épanouissement personnel et de sa réussite sociale, les parents mettent la barre de plus en plus haut. Exigent de lui, comme le fera plus tard le monde de l'entreprise, des résultats performants, une « pole position » permanente. « Les parents sont malgré eux pris dans le tourbillon du « toujours plus », déplore le psychiatre Patrice Huerre. « Une moyenne de 12 ou de 13 dans une matière au collège est jugée comme insuffisante. Il faut 15, et pourquoi pas 18. Ce constat se superpose sur un contexte plus général : notre société privilégie le « combien tu gagnes ? » au « qui tu es ? ». Soit l'avoir par rapport à l'être. Du coup, les notes ne sont plus une évaluation objective à un instant « T », mais un classement via lequel on attribue une valeur à l'individu. L'ado n'est plus reconnu comme un sujet humain se posant des questions singulières, mais comme un fournisseur de résultats ». D'où la fréquente confusion entre l'ado et sa note.

Ce recentrage permanent sur les résultats est source d'autres malentendus. Suivre au quotidien l'évolution des notes peut donner l'impression — notamment quand le père et la mère sont accaparés par leur activité professionnelle — de suivre au plus près la scolarité. De mauvaises notes, le plus souvent attribuées à de la paresse, peuvent cacher d'autres difficultés d'apprentissage ou un mal-être. De même, il n'est pas rare qu'un excellent élève dissimule ses doutes et son stress de « faire toujours mieux » derrière ses bonnes moyennes.

Car certains ados ont du mal à supporter le jugement par les notes. Ils vivent mal la pression permanente, source de stress et de difficultés comportementales pouvant mener jusqu'à la phobie scolaire. Lorsque l'évaluation chiffrée ne reflète pas l'investissement fourni, des sentiments d'injustice et de découragement pressent alors le pas sur la motivation. Et si les attentes parentales sont inatteignables, elles inhiberont le jeune dans sa démarche d'apprentissage. « A une période où les ados sont très sensibles et vulnérables, où ils doivent construire une nouvelle image d'eux-mêmes, les regards encourageants et positifs des adultes sont essentiels. A contrario, l'accent porté exclusivement sur ce qui n'est pas réussi les fait douter, éteint leur curiosité au lieu de les stimuler », constate Gisèle George.

11

LES VRAIES CAUSES DU DÉCROCHAGE SCOLAIRE

Selon un baromètre réalisé en septembre 2009 pour la deuxième journée du « Refus de l'échec scolaire », plus de 15 % des enfants déclarent s'ennuyer souvent à l'école, voire tout le temps, et ils sont 20 % à ne pas comprendre ce que l'on attend d'eux — une incompréhension qui se traduit, pour plus d'un tiers d'entre eux, par une faible participation. Ennui, ignorance, passivité..., autant de signes avant-coureurs d'un échec scolaire annoncé. Chaque année, environ 150 000 élèves quittent le système éducatif sans diplôme. Ce phénomène est devenu un véritable casse-tête politique, notamment depuis la loi de 1989, qui doit conduire 100 % des jeunes à une qualification. Pourtant, la notion d'échec scolaire n'est pas nouvelle. Elle apparaît dans les années 60 avec la scolarisation obligatoire pour tous jusqu'à 16 ans. Inévitablement, cette démocratisation s'est accompagnée de sorties prématurées du système. Depuis quarante-cinq ans, les progrès ont cependant été spectaculaires : la proportion de jeunes sans qualification est passée de près de 40 % en 1965 à moins de 10 % en 2001. En revanche, leur situation s'est fortement dégradée, les diplômes étant devenus un sésame indispensable pour accéder à l'emploi. Le regard de la société a lui aussi changé. Aucun élève ne peut plus justifier ses mauvaises notes en arguant qu'il n'est pas fait pour les études. Désormais, l'échec scolaire est vécu comme une tragédie personnelle.

L'image du cancre continue de coller à la peau des mauvais élèves, bien que l'échec scolaire n'ait pas grand-chose à voir avec la paresse. « Tous les enfants, même les plus réfractaires au système, rêvent d'avoir de bonnes notes », affirme le docteur Olivier Revol, pédopsychiatre.

« Avec la création du collège unique, on est passé de l'idéal de l'élitisme républicain à celui de l'égalité des chances. Aujourd'hui, comme tous les élèves sont considérés comme égaux, ils ne peuvent attribuer leurs échecs qu'à eux-mêmes. C'est très culpabilisant », explique François Dubet, sociologue, professeur à l'université de Bordeaux. Depuis trente ans, le collège unique a montré ses limites sans jamais faire l'objet d'une véritable réforme. « Enseigner le même programme de la même manière à tous enfonce dans l'échec un certain type d'élèves. A cela s'ajoute un système d'évaluation qui ne les encourage pas dans l'effort quand leur niveau est faible », déplore Rebecca Duvillié, psychologue, ancienne institutrice. Pour François Dubet, ce paradoxe d'une école démocratique génératrice d'inégalités est typiquement français. « L'élève n'est pas considéré comme un individu à part entière. C'est une norme très fortement intériorisée par la plupart des professeurs qui font avancer leur classe comme un peloton de cyclistes, sans proposer de solution aux moins bons ». L'incapacité à gérer l'hétérogénéité des élèves est le principal échec du collège. « On pourrait y remédier en donnant, par exemple, des exercices différents selon le niveau des élèves », propose le sociologue, conscient du surplus de travail pour les professeurs. Pratiquée par certains, la pédagogie différenciée semble en effet difficile à appliquer dans des classes qui comptent en moyenne 24 élèves. Au final, le collège peine à délivrer une culture commune aux écoliers, qui sont de plus en plus nombreux à se démotiver. « Ils sont convaincus que ce qu'ils apprennent à l'école est totalement inutile, sans lien avec leur vie », poursuit le spécialiste de l'illettrisme. Leur désenchantement s'exprime par un discrédit particulièrement virulent contre les matières trop « intellectuelles ».

Il est bien loin le temps où l'école était la seule ouverture sur le monde. Nourris au biberon d'Internet et des nouvelles technologies, les collégiens d'aujourd'hui sont de grands consommateurs d'outils nomades, à commencer par le téléphone portable. Selon un sondage Ipsos publié en février 2009, 95 % des jeunes de 15 ans, et près de 80% des 13-14 ans, possèdent leur propre mobile. Selon un autre sondage Ipsos de décembre 2009, la quasi-totalité des enfants de 12-17 ans (99 %) déclare jouer aux jeux vidéo. Les collégiens sont particulièrement accros: près de la moitié d'entre eux jouent au moins une fois par jour. Première victime de cet engouement numérique, la lecture : seul un tiers des élèves interrogés dit lire régulièrement. Aujourd'hui, c'est dans la rue ou dans les transports en commun que les enfants révisent, à l'aide de leurs lecteurs MP3 ou de leurs smart phones.

12

DES JEUX VIDÉO POUR CHANGER DE BOULOT

Starbank a été conçu par BNP Paribas pour former de nouvelles recrues à ses métiers. C'est un *serious game*, un jeu sérieux, un drôle d'oxymore qui séduit de nombreuses entreprises et institutions.

« Le serious game utilise les technologies du jeu vidéo comme les animations en trois dimensions, l'intelligence artificielle, etc. C'est un jeu, car il associe des règles et un espace de liberté, mais il a pour but la formation », explique Sébastien Beck, dirigeant de Daesign, un éditeur de jeux... Le serious game a d'abord investi le champ militaire. En 2002, en pleine guerre contre l'Irak, l'armée américaine lance *America's Army*, un jeu de tir tactique pour redorer son blason. Pari réussi. En sept ans, 8,5 millions d'internautes y ont fait leurs armes. A mille lieues de cet outil de propagande, le serious game tente aussi de sensibiliser à des causes humanitaires et environnementales. Dans *Food Force*, les enfants doivent acheminer de la nourriture aux habitants d'une île sinistrée. Dans *Clim City*, les internautes doivent mettre en place un plan pour éviter le réchauffement climatique. Et dans *Foldit*, ils doivent manipuler et reconfigurer des protéines, tâche ludique qui permet de faire progresser la recherche...

De leur côté, les entreprises ont vite compris l'intérêt qu'elles pouvaient tirer des serious games. « Il y a encore cinq ans, les jeux étaient perçus comme un loisir pour ados attardés, raconte Sébastien Beck. Depuis, la Wii a conquis les familles, et les tabous sur les jeux vidéo sont tombés ». D'après Héléne Michel, enseignant-chercheur à l'ESC Chambéry, plus d'un tiers des entreprises du CAC 40 y recourt pour former ses salariés. Aucun secteur n'y échappe. Parfois, les logiciels s'apparentent à des simulateurs. Capteurs de mouvements sur la tête et joystick en main, des caristes apprennent ainsi à manier un pont pivotant. L'avantage? Moins dangereux à manipuler qu'un pont réel, il évite la casse dans un secteur où le 0 faute est de mise. Pour les mêmes raisons, les agents SNCF apprennent à gérer les incendies et la panique des voyageurs par écran interposé.

Les serious games ne se bornent pas aux métiers à risques. Les employés se forment désormais par ce biais au management, à l'entretien d'évaluation, à l'accueil des handicapés, à la vente... Le salarié se retrouve dans la peau d'un avatar. Il s'entraîne à recevoir des clients et à leur proposer des produits. Ou à répondre aux questions de son supérieur, générées par la machine. Dans *Hair Be 12*, les coiffeurs apprennent à gérer un salon, de l'accueil des clients à la mise en place des produits et à la tenue des comptes. « Immérgé dans un espace virtuel, le joueur ressent des émotions, mémorise mieux et reste plus longtemps concentré », souligne Julian Alvarez, auteur d'une thèse sur le sujet. Les acquis sont-ils transférables dans la réalité? « Nous n'avons pas assez de recul, estime Héléne Michel. Mais nous savons que le « joueur » assimile mieux les compétences (gérer un budget par exemple) que les connaissances ».

L'étape suivante ? Utiliser ces jeux pour le recrutement, notamment en interne. « Dans le cadre des formations, les supérieurs peuvent repérer les bons éléments en vue d'une progression dans l'entreprise », souligne Yves Dambach. Des expériences à plus grande échelle commencent à voir le jour. Ainsi, l'enseigne Auchan va bientôt tester un jeu scénarisé, *Misivias*, afin de repérer les meilleurs managers chez ses cadres. Point fort, grâce à l'immersion dans un univers virtuel, le candidat ne calculera pas forcément ses réponses en fonction des attentes supposées du supérieur, comme il peut facilement le faire dans les questionnaires classiques. Le cabinet d'évaluation de compétences Arnava utilise déjà des serious games afin de détecter des potentiels dans des grandes entreprises comme EDF ou Orange. « Les cadres se retrouvent patrons d'usines et doivent répondre à des mails pour gérer des urgences », explique Cédric Ohanessian, directeur des opérations.

Les pistes pour le recrutement n'ont pas toutes été explorées. Ainsi, la présélection de candidats grâce à ces jeux paraît plus efficace que le tri automatique des CV par mot-clé.

13

POURQUOI LES ALLERGIES EXPLOSENT-ELLES ?

Un Français sur trois en souffre, soit trois fois plus qu'il y a trente ans. En 2015, une personne sur deux sera concernée. Mais qu'est-ce qui nous fait éternuer ?

Notre corps a pourtant les moyens d'éviter ces désagréments. Sa botte secrète : une petite population de lymphocytes, appelés lymphocytes T régulateurs (Treg). Leur rôle a bouleversé la compréhension des allergies. « En freinant l'activité des autres lymphocytes, ils empêchent notre corps de s'immuniser contre les molécules inoffensives de notre environnement », explique Jean-François Nicolas. Ils évitent à notre système immunitaire de s'emballer pour rien. Chez les allergiques, cette fonction inhibitrice ferait défaut. Premiers suspects nos gènes. A ce jour, les chercheurs ont identifié 60 gènes impliqués dans l'allergie. Ces gènes auraient-ils pu, en trente ans, muter et engendrer des dysfonctionnements du système immunitaire ? « C'est impossible dans un laps de temps aussi court, assure le Pr Jean-Paul Dessaint, directeur du laboratoire d'immunologie au CHRU de Lille. Une telle dérive génétique demanderait des milliers d'années ».

Les gènes étant hors de cause dans cette explosion, les chercheurs examinent la transformation de notre environnement et de notre mode de vie. « Les enquêtes mettent en évidence un gradient décroissant nord-sud de la maladie allergique », constate le Pr Nicolas. Même au sein de l'Europe, entre est et ouest, le risque de souffrir de rhinite allergique passe de 3 à 48 %. Conclusion l'allergie serait une maladie des pays riches et industrialisés. En même temps que le progrès et le confort, le mode de vie à l'occidentale a apporté son lot de nouveaux allergènes. « Ce n'est pas tant la quantité de pollen qui a augmenté que leur variété », souligne David Bernard, directeur de l'unité d'immuno-allergie de l'institut Pasteur. Avec l'aménagement du territoire et l'urbanisme, de nouvelles espèces végétales d'ornement se sont incrustées dans le paysage. C'est le cas du cyprès très prisé en Méditerranée malgré son pouvoir allergisant aussi élevé que le bouleau et les graminées. Et l'évolution du climat n'arrange rien : à Lyon et Montpellier, selon le Réseau national de surveillance des allergies (RNSA), la saison des pollens débiterait avec dix-huit jours d'avance par rapport aux années 90. Même topo chez les animaux. En plus du chat et du chien, notre système immunitaire doit composer avec les nouveaux animaux de compagnie.

Le progrès a aussi apporté de nouveaux allergènes jusque dans notre assiette. Dès les premiers mois de la vie, les petits pots apportent des aliments jusque-là inconnus du système immunitaire des nourrissons : « On y trouve des graines de moutarde ou de l'arachide, que l'on ne donnerait pas spontanément à un enfant, constate David Bernard. On a diversifié la nourriture avant 6 mois alors que le système immunitaire du bébé n'est pas encore mature ». Chez l'adulte, les aliments exotiques ont colonisé les assiettes. Sur 30 cas d'allergies aux fruits en 2008, 17 étaient liés à des fruits exotiques. Les produits chimiques aussi : colorants, antioxydants, émulsifiants, révélateurs de goût, stabilisants et autres additifs sont responsables de 4,3 % des allergies alimentaires selon le Cercle d'investigations cliniques et biologiques en allergologie alimentaire. « Nous faisons une consommation chronique de produits chimiques, résume le Pr Nicolas. Nous en mangeons, en étalons sur la peau et en respirons ». Pour expliquer le boom des allergies, la pollution de l'air a longtemps été montrée du doigt. Elle n'en serait en fait que le facteur aggravant.

L'évolution de notre environnement n'explique pas à lui seul le boom des allergies. Le XX^e siècle a apporté la généralisation de la vaccination, des antibiotiques et de l'hygiène. Si de telles avancées font descendre en flèche la mortalité, elles ont aussi aseptisé notre environnement. Résultat : notre système immunitaire est débarrassé des infections et des parasites les plus courants. Désœuvré, il lutte contre ce qui lui tombe sous la main : les molécules de notre environnement qu'il tolérait jusque-là. « Notre système immunitaire n'a pas été fait pour vivre au XXI^e siècle, explique Jean-François Nicolas. Pour survivre aux grandes pandémies qui ont décimé la population, l'homme s'est forgé un système immunitaire extrêmement puissant qui n'a aujourd'hui plus grand chose à faire. Les progrès de la médecine et de l'hygiène ont été si rapides qu'il n'a pas eu le temps de s'adapter. »

En un petit clic pour effectuer une recherche sur Google, vous consommez autant qu'une ampoule pendant une heure. Une requête sur Internet fait en effet intervenir une cascade d'appareils électriques, depuis votre PC jusqu'aux serveurs de Google, réunis par milliers dans d'immenses hangars, « les data centers », où se traitent les données par milliards de milliards d'octets. « La bulle Internet a généré la fabrication de millions de serveurs », expose Adrien Porcheron, directeur général de Dotgreen, une jeune PMI qui aide les entreprises à réduire la facture énergétique de leur informatique.

Il existerait environ 45 millions de serveurs dans le monde. A eux seuls les grands « data centers » ont doublé leur consommation électrique de 2000 à 2005. Rien qu'en Europe de l'Ouest, la facture énergétique de l'ensemble de ces « fermes » de serveurs aurait atteint 4,9 milliards d'euros, selon le cabinet IDC. « *L'anecdote sur la voracité énergétique d'une recherche sur Google relève de la légende urbaine* », sourit Adrien Porcheron qui la reprend néanmoins sur son site, « *car il est très difficile de calculer l'énergie utilisée par un consommateur sur des équipements partagés par des milliers de personnes* ». On sait, en revanche, qu'aux Etats-Unis « les centres de données consomment 3 % de l'électricité du pays », constatait le mois dernier Steven Chu, le ministre américain de l'Énergie. D'ici à deux ans, les data centers américains émettront autant de CO² que les avions aux Etats-Unis.

En France, un rapport établi par Michel Petit, remis en septembre 2009 à Christine Lagarde s'inquiétait « *du modèle de croissance non durable des centres de données* ». Dans nombre d'entre eux, pour un kilowatt (kw) dépensé pour un serveur, un autre kw est nécessaire pour en dissiper la chaleur. Le sujet est tellement préoccupant que les régulateurs de la planète pourraient dans les prochaines années obliger industriels et clients à réduire leur consommation électrique.

L'industrie informatique n'a pas attendu la récente prise de conscience des politiques pour faire de l'énergie une priorité. Le portefeuille a pesé davantage que les préoccupations écologiques. Un bémol pourtant : selon un sondage mené par le consortium The Green Grid créé par les géants Microsoft, IBM, Google, Intel, Son ou encore AT & T, 72 % des entreprises interrogées n'ont aucune stratégie pour réduire l'appétit électrique de leurs centres de données.

Google, qui possède plus d'un million de serveurs dans le monde, travaille depuis dix ans à réduire sa facture énergétique et donne même des conseils sur la manière de concevoir des data centers plus économes. Nos fermes de serveurs consomment « *cinq fois moins d'énergie que des centres de calcul conventionnels* », assurait fin 2008 Urs Hölzle, vice-président de Google chargé de l'exploitation.

Les pistes pour verdir les data centers ne manquent pas. Les spécialistes estiment qu'un tiers de l'électricité consommée par un serveur est gaspillée avant d'atteindre les machines elles-mêmes, notamment pour convertir le courant alternatif du réseau en courant continu.

Davantage que la climatisation, « *faire tourner les serveurs 24 heures sur 24* » génère du gaspillage, note Anaïs Fourest, de la société EcoAct, qui vend conseils en efficacité énergétique et bilans carbone. « *Les data centers sont conçus pour les pointes car on ne sait jamais à l'avance quelle sera la demande*, complète Bad Wurtz, PDG de la société américaine Power Assure. *A 3 heures du matin, seuls quelques étudiants regardent leur compte bancaire mais les serveurs tournent à plein régime*. Des serveurs qui s'allumeraient en fonction de la demande généreraient, rien qu'aux Etats-Unis, 25 milliards de dollars d'économie. Les fabricants de matériels informatiques, de logiciels et les cabinets de conseil ont compris l'enjeu économique du *green business*. Car les technologies de l'information ne sont pas près d'arrêter leur course.

15

EXPOSITION AUX RAYONS ULTRAVIOLETS

Le Centre international de recherche sur le cancer (CIRC) et l'agence cancer de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) ont confirmé, sans aucune ambiguïté, le lien existant entre cancer et expositions aux rayons ultraviolets, qu'ils soient naturels ou, plus encore, artificiels.

La complication la moins grave est le vieillissement cutané, mais le risque majeur est celui de favoriser le développement de cancers cutanés, en particuliers des mélanomes, qui laissent encore désarmés dermatologues et cancérologues. Certes, certains sujets, à phototype clair, les blonds et les roux, sont plus exposés que d'autres, mais personne n'est réellement à l'abri et force est de constater que le nombre de cancers cutanés double tous les dix ans. La France n'est pas la seule concernée ; en Angleterre, une étude a révélé qu'au Royaume-Uni un pourcentage très important de femmes chez lesquelles un mélanome a été diagnostiqué avait suivi des séances de bronzage en cabine.

Nous avons tous un capital soleil, qui varie avec chaque individu mais qu'il ne faut pas dilapider car on ne peut pas le restaurer. Donc, il est entamé lors de chaque exposition dont les effets nocifs s'ajoutent les uns aux autres, quelle que soit la durée des intervalles entre les séances, sans compter qu'ils se surajoutent aux expositions à la lumière solaire naturelle. Or les effets nocifs des rayonnements ne se manifestent que lentement et progressivement, et plus ou moins tardivement selon les individus, en général au bout de plusieurs années voire de dizaines d'années. Il est alors trop tard.

L'excès de soleil cause des dommages cutanés dont l'intensité varie selon le type de peau ; le danger est le même dans les cabines de bronzage. Les rayons ultraviolets A (UVA) sont même plus dangereux que les ultraviolets B naturels (UVB) car ils ne donnent pas de coup de soleil.

Pas d'alerte donc, aucun signe visible car il faut avoir absorbé une très grande quantité d'UVA avant d'obtenir le moindre effet stimulant sur la pigmentation. Insidieusement, ces rayons sans effet apparent lors de l'exposition pénètrent profondément dans le derme à travers l'épiderme. Ainsi, avant même qu'un début de bronzage n'apparaisse, il y a déjà des dégâts cellulaires ! Et la pigmentation, si chèrement obtenue, ne protège même pas contre les futures expositions naturelles. L'argument selon lequel le bronzage en cabine prépare la peau au soleil tombe de lui-même.

Enfin, ces bronzages artificiels, n'offrent aucun avantage pour la santé. Les rayons ultraviolets A ne traitent pas la dépression saisonnière, qui relève de la lumineothérapie, sans UV. Ils ne favorisent pas, non plus, la transformation de la vitamine D inactive en vitamine D active, liée aux UVB et très largement assurée par des expositions de quelques minutes dans la journée.

A défaut de supprimer cette pratique et d'en interdire la publicité, les pouvoirs publics ont préféré l'encadrer par une réglementation. L'Académie nationale de médecine lutte depuis des années pour obtenir la reconnaissance de la dangerosité du soleil, naturel et artificiel. Il faut que les usagers des cabines de bronzage et des lampes à bronzer soient prévenus par un affichage visible et lisible, comme c'est le cas sur les paquets de cigarettes, et qu'on les incite à se faire dépister comme le propose tous les ans la journée dépistage anonyme et gratuit des cancers cutanés. Laisser croire que le bronzage en cabine est acceptable sous réserve de l'observance de vagues recommandations, en méconnaissant ses conséquences sur la santé, est très grave.

Professeur Jean CIVATTE et Jacques BAZEX
Dermatologues — membres de l'Académie nationale de médecine

16

PRISE UNIVERSELLE POUR LES VOITURES ÉLECTRIQUES

Ce sera l'une des clés du succès de la voiture électrique. Que ce soit en Asie, au Japon ou aux Etats-Unis, les constructeurs cherchent à faire émerger une norme de recharge unique, pour leurs futurs véhicules « propres », prévus pour le grand public à partir de cette année. Au Japon, quatre constructeurs (Toyota, Nissan, Mitsubishi et Subaru) se sont associés hier avec l'électricien Tepco pour standardiser le mode de recharge de ces modèles.

Objectifs : permettre à la même borne, installée à domicile ou dans des stations-service, de recharger des véhicules de différentes marques, ce qui n'est pas possible pour l'instant. Cette initiative est soutenue par le Japon, qui a prévu un budget de 100 millions d'euros en 2010 pour développer un réseau de recharge dans l'Archipel.

En Europe aussi, les pouvoirs publics poussent à l'harmonisation. « *Il est urgent que nos constructeurs connaissent, de la part de la Commission et de nous-mêmes, le standard sur lequel ils devront se mettre d'accord* », a souligné le mois dernier Christian Estrosi, le ministre de l'industrie. La France essaye de jouer un rôle moteur avec l'Allemagne, à travers un groupe de travail commun. Son ambition est d'aboutir à un standard européen. Dans un premier temps, la définition d'une norme technique d'ici à fin avril devrait retenir trois types de prise, selon PSA Peugeot Citroën. « *Commencera ensuite la bataille pour imposer un seul standard* », poursuit le groupe.

L'enjeu industriel est de taille. Les ventes de véhicules électriques ne pourront en effet décoller que si les consommateurs peuvent les recharger facilement. Or l'Europe n'a pas intérêt à prendre du retard sur ce marché, face à la concurrence américaine, japonaise ou chinoise. La France, qui se veut en pointe, a ainsi prévu d'investir au total 4 milliards d'euros d'ici à 2020, pour installer 4,4 millions de prises de recharge. Autre intérêt pour les constructeurs « *Avec un système unique, nous ne serons pas obligés de développer différents câbles de recharge, ce qui représente une économie de coût* », explique-t-on chez Renault.

Le chemin vers l'uniformisation sera cependant semé d'embûches. Il implique en effet de nombreux acteurs européens (constructeurs, électriciens, fournisseurs de prises et d'infrastructures...) qui tous cherchent à prendre une part du marché de la voiture électrique.

Autre difficulté, selon la puissance délivrée par les bornes et leur niveau de sophistication (capables ou non d'identifier le consommateur ou de communiquer avec le réseau électrique), leurs coûts sont multipliés par 10. « *De 2 000 euros pour les bornes les plus simples à 20 000 euros pour les plus intelligentes* », calcule Sébastien Amichi, du cabinet Roland Berger. Enfin, la technologie choisie pourrait avantager ou pénaliser certains constructeurs. L'Allemagne mise en effet sur des prises délivrant une forte puissance, alors que la France table d'abord sur des prises classiques. « *Si les prises de type allemand s'imposaient à court terme, nous devrions adapter nos véhicules électriques, prévus pour la fin de l'année* » souligne-t-on chez PSA.

Cyrille PLUYETTE — Le Figaro — mars 2010

On connaît l'addiction aux drogues, au tabac, à la nourriture... Les parents désormais ajoutent à cette liste une autre forme de dépendance, celle qui concerne les écrans. Si elle n'est pas vraiment nouvelle, elle est de plus en plus préoccupante, notamment en ce qui concerne les jeux en ligne. « *L'addiction est peu fréquente compte tenu du nombre de jeunes qui jouent* », tente de rassurer le psychiatre Marc Valleur, chef de clinique à l'hôpital Marmottant et responsable de consultation en addictologie.

Il y a quelques années, ses consultations n'avaient trait qu'à la drogue. Désormais, les joueurs poussent la porte. « *Nous en avons reçus près de trois cents* », affirme la psychologue Elizabeth Rossé, qui travaille à son côté. Marc Landré aurait pu être l'un d'eux. Ce jeune homme de 22 ans qui est aujourd'hui employé dans une grande surface raconte très sereinement comment, à l'âge de 12 ans, habitant seul avec son père, il s'est évadé dans les jeux. « *Je passais entre dix-neuf et vingt heures devant mon écran. Les volets de ma chambre sont restés fermés pendant quasiment deux ans. Je n'avais aucune raison de quitter la vie virtuelle, j'avais mes chips, mon coca, mon clavier et mon père ne pouvait rien faire* », explique-t-il. Jusqu'au jour où sa vie a basculé à nouveau : « *On m'a envoyé reprendre mes études dans un pensionnat* ». Il doit alors tout réapprendre ou presque : se lever le matin et se coucher le soir, se laver, manger... Et ça marche. Aujourd'hui il peut se remettre devant un ordinateur « *j'arrive à canaliser mes envies car j'ai appris à redécouvrir la vie* », assure-t-il, tout en ajoutant un peu moqueur : « *cette addiction ne faisait pas de moi un futur meurtrier* ».

Les jeux en ligne s'appuient sur trois mécanismes. Tout d'abord, on se crée un personnage, « *l'avatar, qui est un objet d'identification et que l'on surinvestit souvent*, raconte Elizabeth Rossé. *C'est une quête très narcissique* », ajoute la jeune femme. Deuxième élément clé, cela se passe dans un univers « *persistant où l'action continue quand les joueurs font une pause* ». Ils n'ont dès lors qu'une envie, reprendre le fil de l'histoire. Enfin, ils sont obligés de « *se coordonner car leur personnage adhère à une guildes composée des personnages d'autres joueurs. Mais du coup, cela les force souvent à être présents dans le jeu* ».

Les difficultés commencent en classe de quatrième ou de troisième. Ces adolescents qui plongent, conjuguent souvent des difficultés psychiques, sociales et familiales. Le jeu leur offre une échappatoire. « *Il leur permet de trouver une place au sein du groupe tout en fuyant une réalité qui peut paraître menaçante* », poursuit Elizabeth Rossé. Problème : ils ne savent plus comment en sortir. Pour les psychiatres, la prise en charge passe notamment par la parole « *On va les aider à critiquer ce qui se passe dans le jeu et, comme c'est une fuite, ils vont vite parler de leurs autres difficultés* ». Objectif : « *leur permettre enfin de développer leurs compétences vers la réalité physique* ».

Si les jeunes nécessitant une consultation psychiatrique sont loin d'être la majorité, l'écrivain Anne Calife, qui intervient sur la dépendance aux nouvelles technologies en milieu scolaire, confesse volontiers la difficulté à faire de la prévention. « *Au-delà de la classe de cinquième, le message ne passe plus* », estime-t-elle. Mais comment agir ? « *Attention, rappelle Marc Valleur, il est inutile de chronométrer un jeune devant son ordinateur s'il a par ailleurs une vie sociale normale* ». Reste que tous les intervenants jugent indispensable que les parents fassent preuve d'une certaine autorité. Priorité numéro un : ne pas installer l'ordinateur dans la chambre du jeune. « *Un PC, ça doit être quelque chose de familial. Il faut vraiment que le jeu soit encadré* », insiste Marc Valleur qui, comme tous ceux qui se sont sortis d'une galère, est le premier à prôner la sévérité. « *L'addiction, estime-t-il, c'est la maladie de notre siècle* ».

18

L'AVENIR DU PAPIER

Le papier est mort : on nous l'annonce au moins dix fois par jour. Le Figaro littéraire a voulu en avoir le coeur net. Avec l'institut OpinionWay, il a sondé les Français sur ce thème, à l'appui de deux questions simples. La première : « *Aujourd'hui, sur quel support lisez-vous le plus souvent un livre ?* ». Et la seconde interrogeait les Français sur leur comportement à l'avenir.

Premier constat, flagrant. Non, le papier n'est pas mort, et il semble même qu'aux yeux de l'opinion il a encore un large avenir. Ainsi, plus de neuf Français sur dix lisent aujourd'hui un livre dans sa version classique : le bon vieux papier. Ce chiffre est très important, c'est la première fois qu'un institut de sondage « fige » enfin une image des supports de lecture du public âgé de dix-huit ans et plus. Bien sûr, c'est une pratique qui est amenée à évoluer. D'ailleurs, nous n'avons pas voulu en rester à ce constat actuel et avons posé une seconde question concernant l'avenir. Et c'est le deuxième constat, significatif : un Français sur cinq pense qu'il dévorera un livre autrement que dans sa version papier, en priorité via un e-book (7 %). 2 % pensent qu'ils liront un roman ou un essai sur leur téléphone mobile, et autant par l'écoute d'un CD lu par un comédien. En revanche, il existe une large majorité rétive à toute idée de lire via un écran quel qu'il soit : 77 % des Français s'imaginent dans les années à venir continuer à feuilleter encore des pages et des pages.

Ce sondage casse deux idées reçues : il n'y a presque pas de clivage générationnel. Et dans le domaine de la lecture, les femmes sont plus technophiles que les hommes (15 % contre 8% d'hommes) !

Dernier constat, enfin. Les Français ne pensent pas en termes d'opposition — le papier contre le numérique. Non, on observe, suivant les réponses, que les différents supports cohabiteront sans trop de problème. C'est déjà le cas, aujourd'hui un quart des personnes interrogées affirment qu'en deuxième support ils optent pour une lecture via l'écran d'ordinateur, et qu'ils apprécient d'écouter un roman lu par un comédien et gravé sur un CD.

Si le futur appartient donc aux nouvelles technologies, les maisons d'édition, comme les librairies traditionnelles, peuvent se rassurer. Le papier est loin d'être mort.

Mais comme le souligne Isabelle Laffont, directrice des Editions JC Lattès, la période est floue. Elle ajoute que, pour le moment, il n'existe pas un marché signifiant du livre numérique. Fait symptomatique, obtenir des chiffres de ventes du e-book relève du journalisme d'investigation. Ainsi la version numérique du *Premier Jour* et de *La Première Nuit*, les deux derniers romans de Marc Levy (un succès phénoménal en librairie) a été un flop commercial sous forme numérique. C'est le même constat pour tous les autres auteurs à succès. Cela n'empêche pas une véritable bagarre autour des droits numériques. Ainsi, pour Marc Levy, ce ne sont pas les éditions Robert Laffont — sa maison pour le « papier » - qui les détiennent. Côté « livres lus » (notre sondage montre qu'ils ont un certain avenir), Valérie Lévy-Soussan, directrice d'Audiolib, reconnaît que pour le moment en France, le livre audio ne représente aujourd'hui que 1% du marché, contre 10 % aux Etats-Unis. Mais nous connaissons un fort taux de croissance qui touche toutes les catégories d'âge ». Le niveau des ventes est encore embryonnaire, autour de 4 000 à 5 000 exemplaires (on n'enregistre que des romans ayant dépassé les 100 000 exemplaires en librairie).

Mohammed AÏSSAOUI — Le Figaro — MARS 2010

19

DÉPENDANCE À L'ALCOOL

Pour les deux millions de Français qui consomment trop d'alcool et sont déjà dépendants, le problème n'est pas tant le sevrage que la prévention des rechutes. En témoignent les chiffres après sevrage, au bout d'un an, environ un tiers n'a pas retouché à une goutte d'alcool. Un autre tiers passe par des phases d'abstinence et des périodes de rechutes. Un dernier tiers, enfin, n'a jamais réussi à se passer d'alcool. Pour le Pr. Patrice Couzigou (médecin hépato-gastro-entérologue, CHU de Bordeaux), cela n'a rien de surprenant: « Le problème n'est pas tant d'avoir une vie sans alcool que de trouver un nouvel équilibre dans sa vie, sans alcool. Or ce n'est pas et ce ne sera jamais possible avec une simple prescription médicamenteuse. Il faut remplacer la dépendance à l'alcool, néfaste, par d'autres dépendances plus positives (sport, loisirs musique, etc.) en fonction des centres d'intérêt de chacun. Cela demande une « prise en soins » sur mesure et du temps ». Quant au médicament, il ne peut apporter qu'une aide supplémentaire. Actuellement plusieurs essais thérapeutiques sont en cours en France et aux Etats-Unis, avec une molécule prometteuse, le baclofène, censé réduire l'appétence pour l'alcool, sans être pour autant une solution miracle.

Un des problèmes posés par l'abus d'alcool, c'est qu'il est trop souvent et trop longtemps occulté. Lorsqu'on s'en inquiète, il est souvent bien tard. On a l'habitude d'évoquer un risque pour la santé au-delà de trois verres standards par jour en moyenne (comme ceux servis dans les bars) pour les hommes ou de deux verres quotidiens pour les femmes — soit 21 verres par semaine pour les hommes et 14 pour les femmes — mais nous ne sommes pas égaux face à la dépendance, certains étant beaucoup plus vulnérables que d'autres. « De plus, ne pas pouvoir s'abstenir de consommer dans certaines circonstances — par exemple, à chaque sortie entre amis — est peut-être déjà un signe de dépendance psychique, même si les quelques deux millions de Français concernés se pensent à l'abri, sous prétexte qu'ils peuvent rester plusieurs jours sans boire quand ils ne sortent pas », insiste le Dr Kiritzé-Topor, médecin alcoologue.

Enfin, il n'y a pas besoin d'être déjà « esclave » de l'alcool pour en payer les conséquences : près d'un décès prématuré sur deux lié à l'alcool touche des consommateurs qui ne sont pas dépendants. Ainsi, pour bien faire, c'est tout le dépistage des personnes à risque qui serait à revoir. Et ce, d'autant que pour les buveurs sans alcoolo-dépendance, un simple entretien (appelé « intervention brève ») permet le retour à une consommation à très faible risque dans plus de 30% des cas...

«Actuellement, sur les 5 millions de Français qui abusent de l'alcool, trop peu sont suivis par un médecin pour ce motif », précise le Dr Kiritzé-Topor. Le sevrage des personnes alcoolo-dépendantes ne pose pas de problème en lui-même, Il repose sur un protocole qui a déjà fait ses preuves 1,5 à 2 litres de boisson par jour (sans alcool, sans sucre et sans caféine). Des benzodiazépines pendant 48 heures à fortes doses, puis diminuées progressivement, sans dépasser dix jours, l'affaire est réglée moins de fatigue et de sautes d'humeur, mais plus d'appétit... du moins, jusqu'aux prochains verres. Car les récives sont très (trop) fréquentes et c'est bien là le problème.

Docteur Nathalie SZAPIRO-MANOUKIAN — Le Figaro — 6 mars 2010

20

QUAND UN STYLO AIDE À GUÉRIR

Véronique est sortie de sa dernière séance de psychothérapie avec un « devoir maison » pour la semaine prochaine en quelques lignes, il lui faudra décrire les dix souvenirs les plus difficiles de sa vie, puis les dix plus agréables ; Daniel à la demande du psychiatre qui le suit pour des problèmes d'anxiété, doit noter à heures régulières comment il se sent. Il a acheté un bipeur qu'il programme chaque matin pour ne pas oublier.

Véronique, Daniel et bien d'autres font partie de ces patients, de plus en plus nombreux, qui ont comme nouveaux alliés thérapeutiques un stylo et un carnet. Après la *talkin cure* si chère à Freud et ses disciples, sommes-nous en train d'inaugurer l'ère de la *writing cure* ? Aucun doute pour Yves-Alexandre Thalmann, psychologue clinicien qui encourage ses patients à écrire à la maison et conçoit lui-même des petits livres d'exercices destinés au grand public. « Désormais, nous sommes dans la psychologie active, avance-t-il avec enthousiasme, et les patients échaudés par des années de divan plus ou moins utiles apprécient beaucoup de participer concrètement à leur guérison »!

Ce léger coup de patte décroché à la science de l'inconscient a de quoi étonner. Freud lui-même ne notait-il pas scrupuleusement ses rêves ? « Oui, reconnaît Thalmann. Mais l'écriture n'était alors qu'un moyen de conserver des souvenirs, alors qu'aujourd'hui nous avons des preuves scientifiques qu'elle aide les patients à changer et à se sentir de mieux en mieux ».

Les recherches scientifiques sur les pouvoirs thérapeutiques de l'écriture ont commencées il y a plus de vingt ans quand James W Pennebaker, professeur de psychologie de l'Université du Texas, a publié les résultats d'une étude étonnante. Il avait demandé à ses étudiants de se séparer en deux groupes. Dans le premier, il était demandé aux élèves d'écrire chaque jour pendant vingt minutes sur les pires événements de leur vie. Pour ceux du deuxième groupe, il fallait écrire pendant le même temps, mais sur des événements plus banals. Six semaines après, tous les étudiants étaient soumis à des tests sanguins. Ceux qui avaient écrit leurs traumatismes affichaient un net renforcement du système immunitaire, dans lequel tous leurs marqueurs étaient améliorés : taux d'anticorps, activités cellulaires, musculaires... et leur bien-être psychique avait sensiblement augmenté, ce qui n'était nullement le cas pour les étudiants de l'autre groupe.

Cette étude a inauguré en Amérique du Nord une suite de recherches qui toutes, les unes après les autres, n'ont fait que confirmer ce que Franz Kafka, Ety Hillesum et de nombreux écrivains savent intuitivement : noter ses pensées ou les événements importants de son existence aide à dépasser les chocs de la vie. Plus, cela aide à évoluer en modifiant ses comportements.

« Les patients qui souffrent d'un manque d'affirmation de soi apprennent à décrypter les circonstances dans lesquelles ils perdent pied, explique Yves-Alexandre Thalmann. Nous leur demandons de noter, tout de suite après une situation anxiogène ce qui s'est passé en eux : je n'ai pas osé dire non quand mon boucher m'a servi un trop gros morceau de viande. J'ai ensuite ressenti de la culpabilité en sortant de la boutique, puis de la colère contre moi... ». Peu à peu, l'écriture permet non seulement d'exprimer les émotions, mais aussi de mieux les distinguer les unes des autres. Prise de recul par rapport à ce qu'on vit, meilleure compréhension des mécanismes intérieurs sont particulièrement bénéfiques dans les cas de dépression. *« Je demande au patient de noter ses pensées quand par exemple un ami ne le prend pas au téléphone et déclenche en lui des sentiments d'abandon : « il n'en a rien à faire de moi », « il m'évite ». Puis, il doit remplacer ces phrases automatiques par des pensées alternatives. « Il est très occupé », ou « il me rappellera quand il aura le temps ». Peu à peu, ce patient apprend à penser autrement ».*

Écrire des lettres de gratitude ou de colère pour dégager les émotions qui encombrant, dialoguer avec des parties de son corps..., autant de bienfaits de l'écriture thérapeutique.

21

LES VÉLOS ÉLECTRIQUES DÉCOLLENT

Avec son enseigne « *Velocito* » implantée depuis 2005 à Paris, Nathalie Martinez fait figure de pionnière du vélo électrique. « *Aujourd'hui, les gens connaissent mieux le produit, explique-t-elle. La plupart savent que c'est un vélo et qu'il faut pédaler pour que le moteur se mette en route* ». Le public a aussi commencé à s'habituer au tarif élevé de ce produit : de 800 à 3 000 euros.

Hausse du prix du pétrole, prise de conscience écologique et progrès des infrastructures cyclables ont accompagné le décollage des ventes. Des primes locales pouvant s'élever jusqu'à 400€ pour un vélo, comme celle accordée à Paris, ont également stimulé les ventes. En revanche, la prime nationale annoncée fin 2009 pour tous les deux-roues électriques se fait toujours attendre.

Il n'empêche : le vélo à assistance électrique s'installe peu à peu comme un véritable moyen de locomotion pour se rendre au travail. Comparé à une moto ou à une voiture, son coût devient alors beaucoup plus acceptable. « *Les vélos destinés à la mobilité (urbains, électriques...) progressent et grappillent des parts de marché aux vélos de sport ou de loisirs, souligne Didier Huré, délégué général du Conseil national des professions du cycle. Ils représentaient 22 % de parts de marché en 2008 contre 17% il y a cinq ans* ».

Désormais, les clients recherchent des vélos assez légers avec une bonne autonomie (une cinquantaine de kilomètres) et une batterie extractible pour la recharger à la maison. La crainte du vol n'est-elle pas rédhibitoire ? « *Nous n'en enregistrons quasiment pas, explique Nathalie Martinez. « Les acheteurs s'équipent tous d'un bon U et le marché de la revente est quasiment inexistant pour l'instant. En revanche, nos clients disposent presque tous d'un local pour ranger leur vélo la nuit* ».

Preuve d'un marché qui décolle, les nouveautés se succèdent. À côté des constructeurs bien implantés sur ce créneau (Giant, Matra, Gitane, Sparta...), les nouveaux venus affluent. En novembre dernier, Peugeot lançait son modèle baptisé A2B Hybrid, tandis qu'au printemps le e-Solex (cyclomoteur électrique) disposera d'un petit frère le : Velosolex, un vélo pliant à assistance électrique.

Si les quadragénaires, hommes et femmes, représentent le gros des acheteurs, le vélo électrique séduit aussi les retraités. « *Ils représentent 70 % de notre clientèle* », souligne Jacky Vernoux, gérant du magasin spécialisé Cycle Elec à Angers. Des acheteurs qui disposent de revenus confortables et n'hésitent pas à déboursier plus de 2000€ pour s'offrir des modèles allemands ou finlandais.

Les cyclomoteurs et scooters électriques n'ont pas de chance de bénéficier de cet engouement. Leurs ventes ne décollent pas au-dessus de quelques centaines d'exemplaires. Il faut dire que ces engins sont chers, bénéficient d'une autonomie limitée et doivent évidemment être assurés, contrairement aux vélos électriques. « *Ils souffrent de la mauvaise réputation des premiers modèles, peu fiables, reconnaît un vendeur de deux-roues électriques. Avec un scooter électrique en panne, on est coincé, tandis qu'avec un vélo électrique il ne reste qu'à pédaler* ».

Jean-Bernard LITZLER — Le Figaro — mars 2019

22

RELATION DE CONFIANCE POUR LES SERVICES DE PROXIMITÉ

Les soldats du feu font l'unanimité : 98 % des personnes interrogées par notre sondage leur font « plutôt confiance ». Ils sont suivis de très près par les médecins (94 %), les pharmaciens (93 %) et les pilotes de Ligne (92 %). A l'autre extrémité de notre Baromètre, les hommes politiques arrivent bons derniers avec un score de 6%, devancés par la publicité (22 %), les grands patrons (28%) et les médias (30 %). Comment peut-on expliquer de tels écarts ? Que disent-ils de l'état de notre société? Car on ne peut vivre sans confiance. Nulle communauté ne peut fonctionner sans un minimum de concorde entre ses membres. Sinon, comment pourrions-nous confier nos enfants à l'Education nationale, notre santé aux médecins ou nos économies à la banque ? La confiance vient se nicher dans nos agissements les plus anodins sans que l'on n'y pense jamais : Acheter un DVD sur Internet, avaler un médicament ou glisser une enveloppe dans une boîte aux lettres. Autant de minuscules contrats virtuels avec notre boulanger, notre pharmacien ou notre postier.

Au quotidien, nous avons besoin de croire en la fiabilité du système, aux recours qu'il offre, en cas de litige ou d'abus, en ses règlements, ses lois, sa justice. Une fois mise à mal en période de crise, comme le montrent les résultats relativement faibles obtenus par les banques (42 %) et les économistes (41 %) dans notre sondage. Alors, quand le monde devient difficile à appréhender, quand on s'interroge sur les valeurs et les repères, est-ce une si grande surprise de voir les pompiers recueillir un taux de confiance qui avoisine les 100 % ? Nul doute qu'ils incarnent par leur courage, leur altruisme, leur dévouement, ces héros dont nous avons tous besoins. 85 % d'entre eux sont des pompiers volontaires qui parviennent à concilier leur vie familiale, professionnelle et leurs interventions en échange d'une modeste rémunération. Comment ne pas leur faire confiance ?

« Les Français sont très attachés à la notion de solidarité, que ce soit dans le domaine de la santé, de l'entraide ou du secours », souligne Jean-Daniel Lévy, directeur de département du pôle opinion, image et stratégies du CSA. « C'est ce qui explique que les mutuelles sont, avec un niveau de confiance de 81 %, mieux placées que les assurances (48 %). Solidaires, les pilotes de ligne le sont aussi à leur manière, puisque leur sort est lié à celui de leurs passagers. Ils ont tout intérêt à mener leur avion à bon port et bénéficient logiquement d'un niveau de confiance élevé (92 %). Presque autant que les médecins et les pharmaciens. Un crédit qu'ils doivent à leur proximité, estime Louis Quéré, sociologue et directeur de recherche au CNRS : « Quand on vous demande si vous avez confiance dans les médecins, vous ne pensez pas en premier lieu à l'institution, mais à votre médecin de famille, celui que vous avez choisi, avec lequel vous avez une expérience et qui vous sait depuis des années. Le contact interpersonnel rassure. Il comporte une dimension affective qui joue sur le niveau de confiance accordé ».

Parmi les professionnels de santé, les pharmaciens talonnent les médecins. Comme pour les généralistes, le niveau de confiance (93 %) est lié à la grande proximité que les Français ont avec cette profession. « Dans une société urbaine et anonyme, le comportement des autres est imprévisible, souligne Louis Quéré. On a davantage besoin de faire confiance, et celle-ci repose en grande partie sur les réseaux de proximité ».

Pour les mêmes raisons, on peut ajouter au médecin de famille et au pharmacien de quartier les artisans..., à condition qu'ils soient au village. Garagistes et professionnels du bâtiment (plombiers, électriciens, etc.), souvent brocardés pour leur devis élastiques, gagnent tous à être connus. Leur taux de confiance grimpe respectivement à 63 % et 78 % dans les communes de moins de 2 000 habitants et, à l'inverse, chutent respectivement à 33 % et 65 % dans l'agglomération parisienne. Quant au maire, homme politique mais surtout élu local, il tire bien son épingle du jeu par rapport au monde politique : 64% en moyenne, et 72% dans les villages. « Dans les petites communes, on peut facilement aller frapper à sa porte, note Jean-Daniel Lévy du CSA. C'est un élu proche des citoyens dont les actions sont visibles concrètement sur le terrain. »

23

L'URBANISME À LA FRANÇAISE

Un gros bourg et des fermes perdues dans le bocage, des murs de granit, des toits d'ardoise, des tas de foin, des vaches. Et pour rejoindre Brest, à quelques kilomètres au sud, une bonne route départementale goudronnée. C'était ça, Gouesnou, pendant des décennies, un paysage quasi immuable. Jean-marc voit le jour dans la ferme de ses parents en 1963. Il a 5 ans lorsqu'un gars de Brest a l'idée bizarre d'installer en plein champ un drôle de magasin en parpaing et en tôle. Quatre ans plus tard, les élus créent un peu plus au nord, à Kergaradec, un prototype, une ZAC, « zone d'aménagement concerté » les hangars y poussent un par un. Un hypermarché s'installe au bout de la nouvelle voie express qui se construit par tronçons entre Brest et Rennes. Puis viennent d'autres magasins, 300 hectares de terre fertile disparaissent sous le bitume des parkings et des rocades. Quelques maisons se retrouvent enclavées çà et là. La départementale devient une belle quatre-voies sur laquelle filent à vive allure R16, 504 et Ami 8. Un quartier chic voit le jour, toujours en pleine nature, qui porte un nom de rêve la Vallée verte...

Ça s'est passé près de chez Jean-Marc, à Brest, mais aussi près de chez nous, près de chez vous, à Marseille, Toulouse, Lyon, Metz ou Lille, puis aux abords des villes moyennes, et désormais des plus petites. Avec un formidable coup d'accélérateur depuis les années 1982-1983 et les lois de décentralisation Defferre. Partout, la même trilogie — infrastructures routières, zones commerciales, lotissements — concourt à l'étalement urbain le plus spectaculaire d'Europe : tous les dix ans, l'équivalent d'un département français disparaît sous le béton, le bitume, les panneaux, la tôle.

Lorsque apparaissent les premiers supermarchés, au début des années 60, la France ne compte que 200 kilomètres d'autoroutes, un morceau de périphérie parisien, aucune autre rocade, pas le moindre rond point., et un architecte-urbaniste visionnaire, Le Corbusier ! Celui-ci a compris très tôt l'hégémonie à venir de la voiture, à laquelle il est favorable. Dès 1933, avec des confrères qu'il a réunis à Athènes, il a imaginé de découper les villes de façon rationnelle, en quatre zones correspondant à quatre « fonctions » la vie, le travail, les loisirs et les infrastructures routières. L'Etat s'empare de l'idée, on entre dans l'ère des « zones », ZUP, ZAC. etc. Et puis il faut « rattraper » l'Allemagne et son insolent réseau d'autoroutes !

L'urbanisme raconte ce que nous sommes. Le Moyen-Age a eu ses villes fortifiées et ses cathédrales, le XIX^e siècle ses boulevards et ses lycées. Nous avons nos hangars commerciaux et nos lotissements. Cette périurbanisation vorace s'opère en silence — les revues d'architecture l'ignorent. Elle a été peu visitée par le roman, le documentaire ou la fiction. En France, il manque un Balzac contemporain pour décrire la comédie urbaine. « La ville n'est pas objet de débat, analyse Annie Fourcaut, historienne de la vie citadine, On débat de l'école, pas de la ville, sans voir que la seconde conditionne la première. Peut-être parce que les Français ne sont pas un peuple urbain. Il a fallu attendre 1931 pour que la population des villes égale celle des campagnes, des décennies après les Anglais et les Allemands ».

Alors, il n'y aurait pas d'autre modèle de vie que celui qui consiste à prendre sa voiture tous les matins pour faire des kilomètres jusqu'à son travail, par les routes saturées et des ronds-points engorgés, pour revenir le soir dans sa maison après être allé faire le plein au centre commercial.

Alors rêvons un instant à ce que pourrait être une « ville passante », comme l'appelle David MANGIN, architecte urbaniste, une ville désintoxiquée de la voiture, désenclavée, oubliée des artères qui segmentent et des zones privatisées et sécurisées, une ville de faubourgs dont les fonctions - habitat, travail, commerces, loisirs — seraient à nouveau mélangées, une ville hybride, métissée, où chacun mettrait un peu du sien... Trop tard ?

Xavier DE JARCY et Vincent REMY — Télérama — 10 février 2010

24

LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE ARGUMENT OU ALIBI

« Malgré la limitation de vitesse, les voitures arrivent souvent très vite, frôlant les enfants » écrit une habitante le 8 janvier 2004. « La sécurité de nos enfants me semble une priorité » renchérit une grand-mère inquiète. En un an, la commune de La Fare-les-Oliviers, a reçu 34 demandes concernant la sécurité routière 17 individuelles, 7 d'une fédération de parents d'élèves, 5 pétitions abondamment signées, 2 demandes d'un conseil syndical, 2 de la DDE, une de la commission d'équipement commercial et une d'une entreprise privée.

La plupart de ces démarches jouent sur le registre émotionnel, en particulier celui des enfants. Un très grand nombre déplore les vitesses excessives.

Le Bulletin d'analyse des accidents corporels et des accidents (BAAC), montre pourtant que sur vingt ans, comme partout en France, les accidents ont diminué de plus de moitié sur la commune.

En outre, tous les contrôles de vitesse effectués par la municipalité attestent qu'elles sont bien respectées, sauf sur un petit chemin rural au sud de la commune.

Il y a donc un décalage important entre l'insécurité réelle et l'insécurité ressentie.

En passant au peigne fin les 34 demandes, les auteurs se rendent compte que la sécurité routière est souvent invoquée de façon sérieuse et argumentée. La Fédération des conseils de parents d'élèves (FCPE), instigatrice de plusieurs lettres et pétitions, agit de façon structurée et méthodique : elle adresse des doubles de ses courriers à toutes les instances concernées, elle accumule les pièces jointes, elle participe au montage de projets. Il est patent qu'elle connaît très bien le contexte institutionnel, le fonctionnement de la municipalité et le territoire.

Mais on voit aussi qu'elle s'exprime avec une certaine emphase. Elle parle, par exemple « d'arène routière ». Elle sert de vecteur et d'exutoire à d'autres demandes. Ainsi, lors d'un comité de quartier qui s'est tenu en présence de plus de 100 personnes, pas moins de 35 interventions ont concerné la sécurité routière. Pour dénoncer pêle-mêle, des incivilités, des nuisances sonores, le stationnement sauvage, le curage et l'entretien des fossés... Autant de thèmes qui ont un rapport indirect avec la « violence routière ». La popularité de ce thème à l'époque dans les médias y serait-elle pour quelque chose ?

En ce qui concerne l'éclairage d'abribus, la question posée est au-delà de la sécurité routière, celle de la sécurité civile. Cet aspect est patent dans la demande du conseil syndical d'un lotissement de quartier. La lettre du Président s'attarde sur les vitesses excessives, surtout celles des deux-roues, et des véhicules venant « de l'extérieur ». En fait, ce quartier, souhaite rester isolé et préserver sa qualité de vie. Il est amusant de noter, par exemple, qu'une fuite d'eau sur une borne à incendie, est décrite comme pouvant menacer la sécurité routière « en cas de formation d'une plaque de gel ». Ce qui, sous le climat local, n'arrive pas tous les jours. Les demandes oscillent ainsi entre arguments et alibis.

En outre, les habitants ne sont pas sans savoir que la responsabilité du maire peut être engagée. Ils le disent à demi-mot. On peut lire sur une pétition du 21 septembre 2003, signée de 72 personnes, après un accident sur la RN 10 : « Les méthodes pour combattre cette violence routière sont actuellement parfaitement connues et vous, élus et décideurs, ne peuvent plus se prévaloir d'une ignorance de ces méthodes pour ne pas agir convenablement et obtenir des résultats ».

Publication « recherches et synthèse »

25

LE TRAFIC TRÈS PROSPÈRE DES ESPÈCES MENACÉES

Le front de lutte est partout. En Espagne, où la garde civile a annoncé, vendredi 9 avril, avoir saisi plus de 2 500 spécimens empaillés ou congelés, parmi lesquels lynx et vautours. En Guyane, où les services des douanes françaises ont découvert, début avril, dissimulés dans des boîtes de pellicules photo, des dizaines de spécimens vivants de petites grenouilles strictement protégées par la Convention sur le commerce international des espèces de faune et de flore sauvages menacées d'extinction (Cites), mais très recherchées pour leurs couleurs et leur venin. A Christchurch Nouvelle-Zélande), où un ressortissant allemand a été condamné début mars à trois mois de prison pour avoir tenté de faire sortir du pays seize geckos, des reptiles protégés, d'une valeur marchande estimée à près de 100 000 euros.

A l'aéroport Paris-Charles-de-Gaulle, en février, les douaniers ont intercepté du lourd : deux pieds, une queue et deux défenses d'éléphant. Ce même mois, une vaste traque internationale coordonnée par Interpol visant le commerce illicite de médicaments traditionnels asiatiques a donné lieu à la saisie de milliers de produits prohibés (os et dents de tigre concassés, musc d'antilope himalayenne, extraits d'écailles de pangolin) d'une valeur de plus de 10 millions d'euros...

Le front de lutte est partout, et ses hérauts de mieux en mieux organisés. Ils ne contrôlent pourtant qu'une infime partie du gigantesque trafic mondial auquel donnent lieu les espèces menacées d'extinction, mortes ou vivantes, et de leurs produits dérivés.

Selon le WWF, le Fonds mondial pour la nature, il s'agirait de la troisième source illicite de revenus, après le trafic d'armes évalué à près de 900 milliards d'euros par an et le trafic de drogue (près de 300 milliards d'euros).

Le montant du trafic est quasiment impossible à évaluer, mais une chose est sûre : il rapporte gros. Au risque de sanctions relativement minimales « De six mois de prison à 9 000 euros d'amende que ce soit pour la cession ou la vente », précise le colonel Thierry Bourret, chef de l'Office central de lutte contre les atteintes à l'environnement et à la santé publique (Oclaesp), unité de la gendarmerie nationale créée il y a six ans pour combattre, notamment, le commerce illicite de la faune et de la flore sauvages, il évoque à propos de ce trafic une véritable « économie souterraine ».

Un collectionneur du dimanche, mafieux pratiquant à grande échelle, le trafic de caviar, d'ivoire ou de civelle (l'alevin de l'anguille, vendu par dizaines de tonnes à l'Asie) passant par la boutique d'aquariophilie ayant pignon sur rue, les acteurs de cette délinquance organisée sont innombrables. Comme le sont les devenir des produits vendus. Animaux de compagnie, de collection, usages alimentaires ou pharmaceutiques... Mais aussi ornements de luxe et bizarreries en tout genre.

« Des milliers de personnes rapportant chacune un ou deux spécimens à leur retour de vacances, cela finit par faire un volume considérable », précise Hubert Géant, directeur de la police à l'Office national de la chasse et de la faune sauvage (ONCFS), où une brigade mobile d'intervention (BMI, en liaison avec les services départementaux, se consacre exclusivement aux espèces protégées par la Cites. A entendre Michel Horn, secrétaire général des douanes de Paris-Charles-de-Gaulle, le trafic « touristique » - le vacancier qui rapporte dans ses bagages, en souvenir, des coraux protégés ramassés sur une plage de Tahiti — serait plutôt en diminution, et les citoyens mieux informés des risques pesant sur la biodiversité.

« De là où nous sommes, nous n'avons cependant qu'une vague appréhension de l'ampleur du trafic », ajoute-t-il. Malgré la vigilance des douaniers et la formation de certains d'entre eux (par exemple pour attraper sans risque un serpent dans une cage), les saisies représentent sans doute une infime partie de ce marché international. Et le trafic illégal des espèces animales et végétales menacées d'extinction, après la destruction de leur habitat naturel, reste la deuxième cause de leur disparition.

26

MARCHER: PRIORITÉ AUX PIÉTONS

Certains flânent ou musardent, d'autres cheminent, vagabondent, trament, lambinent, baguenaudent, lanternent... quelques-uns des multiples verbes qui décrivent l'état du marcheur selon qu'il est pressé ou non, qu'il travaille ou se promène, selon qu'il réfléchit ou ne pense à rien, qu'il est seul ou accompagné... Sans doute parce que la marche est le seul moyen de déplacement naturel, aucun autre mode de transport ne peut revendiquer une telle richesse lexicale.

L'apparition des machines « pour aller plus vite », motorisées ou non, a bousculé sans vergogne la sage lenteur des marcheurs, désormais catégorisés réglementairement en « piétons », comme les fantassins du Moyen-Age.

Pire ! Certains pseudo-pédagogues rêvent d'imposer aux enfants un « permis piéton »...comme si l'on pouvait s'octroyer le droit d'aliéner la liberté fondamentale d'aller à pied. Condamnera-t-on à l'enfermement les recalés du permis ? Il y a urgence à revendiquer la liberté de marcher.

Marcher est bon pour la santé, mais n'est pas une activité aussi sûre qu'elle devrait l'être. Ce problème est en partie imputable aux priorités actuelles de nos sociétés en matière de mobilité, de gestion de la vitesse et d'urbanisme. Marcher implique une faible consommation d'énergie et, conséquence, ne produit aucune émission polluante. En outre, on ne sait atteindre une destination sans un minimum de marche, ne serait-ce qu'à la fin d'un déplacement réalisé par un autre mode de transport. C'est pourquoi, il semble étrange que le mode de déplacement piéton ait fait l'objet de si peu d'attention, tant de la part des décideurs que des ingénieurs ou des chercheurs. Marcher est le moins onéreux des modes de transport, mais les pays occidentaux esquivent les solutions de transport à bas coût, lesquelles ne participent pas à la croissance économique qui semble être la seule grande priorité.

Les rues sont actuellement conçues pour les voitures et les poids lourds : dimensions, espace nécessaire aux mouvements tournants, accélérations permises, réponse aux besoins de vitesse et de capacité, etc. On a oublié que les deux-roues motorisés ont d'autres caractéristiques que les voitures, que les bicyclettes également. Et que dire des piétons...

Aussi de nombreux usagers de l'espace urbain ne sont pris en compte qu'en second lieu seulement. Pourtant, quelque chose est en train de bouger dans la façon dont les ingénieurs conçoivent traditionnellement les rues, mais rares sont encore les villes dans le monde qui ont élaboré un plan de déplacement piéton. La marche est le plus souvent prise en compte dans les extrémités de trajets effectués par d'autres moyens de déplacement, ou vue comme un loisir seulement, et non tenue pour une part essentielle et nécessaire du système global de transport et de mobilité.

Dans bien des villes européennes, les déplacements à pied sont majoritaires, mais comme ils ne sont pas comptés, le fait n'est pas reconnu. Les planificateurs n'ont pas pris le temps d'inclure les piétons dans leurs réflexions.

Au cours des dernières années, on a beaucoup discoursé sur le trafic apaisé, les zones 30, l'espace partagé, les rues piétonnes ou les secteurs piétonniers, mais c'est une approche limitée. Le concept de piéton, avec son exigence de réseaux couvrant la ville entière — le marcheur vu comme consommateur d'un espace sans rupture — est plus difficile à introduire.

Circuler autrement

27

MOURIR POUR UN OUBLI DE CEINTURE DE SÉCURITÉ

Il aura fallu près de cinquante ans pour que la ceinture de sécurité s'impose définitivement. Au début des années 1960, l'association Prévention Routière commence une longue et rude bataille pour lutter contre les préjugés et les idées reçues sur la ceinture. « Quand on veut fuir un danger, on ne s'attache pas » objectaient les uns « Et si ma voiture prend feu.. », « Et si je tombe à l'eau... » s'interrogeaient les autres ; les pires étant ceux qui prétendaient que l'on attentait aux libertés fondamentales.

S'ensuivront de multiples campagnes pour expliquer, démontrer, prouver aux conducteurs et à leurs passagers que la ceinture peut leur sauver la vie. Parallèlement, la réglementation accompagnera ce patient travail de pédagogie en rendant progressivement obligatoire le port de la ceinture partout et à toutes les places. La dernière obligation date de 1992 et concerne la protection des enfants.

Reste que le travail n'est pas achevé : si le taux des personnes portant la ceinture aux places avant se rapproche désormais des 100 %, cette obligation est beaucoup moins bien respectée à l'arrière, tant pour les adultes que pour les enfants.

Les dispositifs de retenue pour enfants ne cessent de progresser mais pas leur utilisation. Quatre vingt pour cent des enfants ne seraient pas — ou mal — attachés lors des petits trajets.

Un mercredi après-midi de décembre à Paris, à l'approche de Noël, de nombreux parents conduisent leurs enfants au festival du Cirque, qui se tient sur la pelouse de Reuilly, à l'est de la capitale. Surprise, ils sont accueillis par des agents de la préfecture de police et par des enquêteurs de l'association Prévention Routière, questionnaire et stylo à la main. Il s'agit de vérifier combien d'enfants sont à bord, où ils se trouvent installés dans les véhicules et comment leurs parents les ont attachés. L'association, initiatrice de cette étude, veut en avoir le coeur net : les enfants sont-ils vraiment protégés en voiture ?

Le bilan est sévère : sur 350 enfants contrôlés, près d'un sur dix n'est tout simplement pas attaché. Quant aux autres, ils le sont souvent mal. Dans 39 % des situations, les bambins sont mal placés, par exemple à l'avant, alors qu'ils sont encore trop petits. Ils voyagent parfois dans un dispositif inadapté à leur taille : un enfant est retenu par la ceinture, sans rehausseur, comme un adulte, alors qu'il n'a que 9 ans ou, à l'inverse, il est assis dans un rehausseur avec un dossier qui le gêne alors qu'il est déjà grand... Enfin, les ceintures ou les harnais sont fréquemment mal positionnés et on ne compte plus les sangles vrillées ou celles qui passent sous le bras de l'enfant. Il faut ajouter, dans 31,5 % des cas, des harnais ou des ceintures insuffisamment tendus. « Le danger est d'autant plus grand que l'on constate souvent plus d'un défaut par enfant », alerte Christophe Ramond, le responsable des études et recherches de l'association. « Les trajets courts génèrent beaucoup plus d'utilisations incorrectes que les trajets longs ou intermédiaires. De ce point de vue, les erreurs sont dues au comportement des individus et nullement aux dispositifs. Souvent sur ce genre de trajets, comme domicile-école, les parents sont pressés et négligent la qualité de l'installation des enfants », souligne une précédente étude réalisée par l'institut national de recherches sur les transports et leur sécurité. D'où le bien-fondé de campagnes qui s'adressent à la fois aux parents et aux enfants pour qu'ils s'attachent systématiquement en voiture. Le pari est loin d'être gagné, mais l'étude de l'association Prévention Routière montre qu'il est possible de bien faire : 20% des enfants contrôlés sur le chemin du cirque étaient bien placés et correctement attachés.

Circuler autrement

28

BIEN CONDUIRE À TOUS LES ÂGES

En 2008, 3 128 piétons de plus de 65 ans ont été victimes d'accidents de la route (23,5 % des piétons accidentés). Parmi eux, 265 ont été tués (48,4 % des piétons tués). Avec l'âge, leur vitesse de déplacement est plus lente (parfois moins de 1 m/s) et, donc, le temps de traversée de la chaussée augmente. Le dénivelé du trottoir peut devenir un obstacle dont le franchissement devient leur unique préoccupation au détriment de l'observation de la circulation. Souvent conscientes de leur handicap, les personnes âgées redoublent de prudence avant et pendant la traversée et ont de ce fait des comportements hésitants.

Si on voulait éviter des accidents en se fondant sur le critère de la santé, il serait plus juste, bien qu'absurde, d'écarter du volant les personnes qui éclatent de santé ! Car ce sont elles —en clair, les jeunes— qui sont les plus dangereuses. Mais bien sûr la santé n'est pas en cause. La combinaison est celle de l'expérience combinée au respect des règles. Deux atouts qu'ont en main les conducteurs d'un certain âge. C'est en partie grâce à cela que, bien qu'un Français sur six soit âgé de plus de 65 ans, un sur douze seulement est impliqué dans des accidents.

Existe-t-il cependant des risques au volant spécifiquement liés à l'âge ? Oui. Le type d'accident de la route dans lesquels sont classiquement impliqués des conducteurs âgés est symétrique à celui dans lesquels on retrouvera les plus jeunes des facteurs de danger comme la vitesse excessive n'y seront généralement pas mêlés, ni l'alcool (trois fois moins souvent que pour l'ensemble des conducteurs), ni l'usage du téléphone mobile, ni la conduite de nuit. En revanche, dans une situation complexe telle que l'abord d'un rond-point ou l'entrée sur autoroute, un conducteur âgé risque d'hésiter, de peiner à intégrer les multiples signaux qu'il perçoit (d'où viennent les autres véhicules..., à quelle vitesse...) et, dans l'anxiété, de prendre la mauvaise décision au mauvais moment. Autre écueil classique, le fait de tourner à gauche en ayant tenu compte de la circulation qui venait en face de soi, sans, hélas regarder dans le rétroviseur extérieur si un automobiliste ou un motocycliste était en train de doubler. Comment surmonter ces difficultés ? La vue baisse, on est plus vite ébloui, le champ de vision rétrécit, l'ouïe s'émousse, le temps de réaction s'allonge avec l'âge, c'est un fait. Pour autant, précipiter le moment où on arrêterait de conduire aboutirait à perdre bien davantage que le plaisir d'être au volant, sans apporter à la société de bénéfice notable en sécurité routière. Il est bien plus sage de procéder en deux temps continuer de conduire régulièrement tout en réfléchissant aux dispositions à prendre pour préserver son autonomie quand on décidera de renoncer au volant.

Geneviève JURGENSEN — Notre Temps — octobre 2008

29

LES « BIENFAITS » DE L'ALCOOL

Pourquoi l'eau ne suffit-elle pas à l'homme ?

L'alcool a-t-il une fonction dominante qui expliquerait sa longévité dans la plupart des civilisations ?

Il n'existe pas ou très peu de groupes culturels qui n'aient pas conçu des substances pour atteindre des états psychoactifs, qu'on pourrait appeler par facilité « ivresse », ce concept recouvrant toute une palette de modifications de conscience, de la plus ténue jusqu'au délire collectif (...).

Cela signifie-t-il que l'alcool est avant tout consommé pour son effet psychotrope ?

Il a d'autres fonctions. L'alcool est par exemple présent en permanence dans la vie économique ; on trinque pour sceller le pacte de confiance entre deux partenaires. Ce qui a fait le succès de la bouteille de Champagne qui est emmenée partout : dans l'espace comme dans les sous-marins, en tant que signal des moments collectifs marquants, notamment les succès, victoires, les passages d'une année à l'autre, etc. Dans la vie individuelle, l'alcool va aussi participer à tous les événements d'une certaine intensité ; mariages, naissances, anniversaires, succès etc. L'alcool est là quand tout va bien mais aussi quand tout va mal : chagrin d'amour, catastrophe économique... (...).

Y-a-t-il des valeurs liées à l'alcool plus particulièrement ancrées dans nos « inconscients collectifs » ? Si l'on étudie les scènes d'ivresse depuis le XVI^e siècle, on voit que la boisson majeure est le vin, boisson fermentée, traditionnelle autour de la Méditerranée. Il est perçu et représenté comme une valeur positive, comme un produit diététique, revigorant, « réanimant », réchauffant, restaurant. La médecine ancienne recommande du vin avec la salade, décrite comme un aliment froid et humide. A la femme enceinte qui a perdu du sang, on prépare du vin chaud « miellé ». L'idée que l'alcool réchauffe et revigore reste forte. D'où l'expression « A votre santé » alors qu'avec tout ce que nous dit la médecine, on devrait dire « A votre mort prochaine ». Autre valeur qui reste d'actualité depuis le XVIII^e siècle, c'est l'idée du vin « oeuvre d'art », objet d'une dégustation fine et délicate, où seule la métaphore permet de décrire ses sensations. Le boire « oenologique » est d'ailleurs contradictoire avec la notion de psychotrope, puisque pour bien comprendre ce que l'on goûte il faut être en parfaite possession de tous ses sens. Troisième valeur importante du boire collectif ; c'est le moment ambigu de la première euphorie qui joue un rôle majeur dans tous les pots entre copains ou entre collègues, où l'on accepte l'ivresse au risque de se découvrir, de s'exposer, à condition de le faire ensemble. C'est une offre de lien social.

**Véronique NAHOUM-GRAPPE — Recherche et alcoologie, la lettre d'information de l'Ireb
septembre 2007**

30

DROGUÉS AUX JEUX VIRTUELS

Le fait, en France, est sans précédent. Depuis 2005, deux jeunes hommes ont été hospitalisés en service psychiatrique pour avoir abusé des jeux vidéo. L'un âgé de 22 ans, l'autre de 21, tous deux dans un état psychologique et physique désastreux. Au fil des mois, ils se sont progressivement déconnectés de toute vie familiale et sociale et engloutis dans l'univers parallèle d'un « jeu de rôle en ligne massivement multi-joueurs ».

S'achemine-t-on vers l'apparition d'une nouvelle catégorie de drogués aux jeux sur écran, comme d'autres le sont aux jeux d'argent ou de hasard ? On en est loin. Certes, une majorité de jeunes, sur ordinateur ou sur console, goûtent quotidiennement aux joies électroniques. Au grand dam des parents, soucieux de voir cette activité mordre hardiment sur le temps passé à travailler, à lire ou à discuter.

« Les demandes de consultation en addictologie pour usage excessif de jeux vidéo proviennent en général de parents inquiets, observe le psychiatre Marc Valleur, directeur de l'hôpital Marmottan (Paris), un centre de soins pour toxicomanes. Mais, dans la majorité des cas, les joueurs ne sont pas véritablement dépendants ». Il n'empêche. Après s'être inquiétés de la violence inhérente à la plupart des jeux vidéo, les experts s'interrogent désormais sur les risques d'addiction qui leur sont liés.

« Je reçois un nombre croissant de jeunes accros aux jeux vidéo », confirme Michaël Stora, psychologue clinicien et psychanalyste, à l'origine de l'hospitalisation récente des deux jeunes « cyber addicts ». Fondateur de l'Observatoire des mondes numériques en sciences humaines (OMNSH), il classe les joueurs en trois catégories : les occasionnels, les excessifs et les dépendants véritables. Ces derniers — qui se désignent entre eux comme des « no-life » - passent de dix à quinze heures par jour devant leur écran durant des semaines, puis des mois.

Apparue ces dernières années avec le développement des jeux en réseau, cette toxicomanie émergente ne frappe pas au hasard. Touchant en premier lieu les couches sociales moyennes et aisées (celles qui peuvent s'équiper d'un ordinateur et s'abonner à Internet), elle concerne majoritairement les 16-25 ans.

Des garçons, pour l'essentiel. Bien insérés scolairement, parfois même très bons élèves, ils ont été initiés aux jeux très tôt, et en deviennent dépendants lors de phases existentielles difficiles en terminale ou après le bac, moments où les choix peuvent les engager pour le reste de leur vie. Leur situation familiale est souvent difficile, et leur profil psychologique révèle fréquemment, comme dans toutes les toxicomanies, une faible estime de soi. Le traitement passe par une approche psychothérapeutique individuelle ou familiale.

Jouer son rôle de parent

« A un âge où il est parfois difficile d'affronter la vie réelle — et plus encore dans une société offrant des perspectives d'avenir précaires -, l'avatar que lui propose le jeu en réseau constitue pour l'adolescent un refuge idéal », explique Thomas Gaon, psychologue clinicien au Centre littoral de Villeneuve-Saint-Georges (Val-de-Marne). « Les jeux en ligne sont des objets ambivalents qui favorisent dans le même temps la socialisation et la séparation », ajoutent Sylvie Crapeau et Bertrand Seys, psychologues au Groupe des écoles de télécommunications (GET, Paris). Rencontrer l'autre tout en l'évitant : un bon moyen pour contourner ses difficultés relationnelles, corporelles et sexuelles...

Que faire pour que cette attirance ne devienne pas dépendante ? Jouer son rôle de parent, martèlent les psys. « Autrefois, pour soulager leur mal-être, les adolescents cherchaient le conflit. Aujourd'hui, ils s'enferment devant l'écran avec un jeu virtuel » constate M. Stora. Pour éviter que des phases d'abus ne se transforment en addiction, les parents doivent être vigilants, voire autoritaires.

Catherine VINCENT — Le Monde—3 mai 2006