

# LE PETIT MONDE DE DURUY

Fresque réalisée par les élèves en arts  
plastiques - 05/2011



Juin 2011

## REJOIGNEZ LE CLUB JOURNAL DU LYCÉE À LA RENTRÉE !

Une équipe de joyeux lurons s'est réunie cette année au CDI pour lancer le journal du lycée et tester une maquette. Intéressés par la pratique journalistique, désireux d'échanger, de s'exprimer et de créer, **Baptiste, Théo, Marin et Alexandre** vous présentent le fruit de leur travail préparatoire et des exemples d'articles rédigés dans l'année.

Au sujet de la ligne éditoriale, ils ont préféré se centrer sur les infos du lycée ou des alentours. Le nom du journal quant à lui est à l'image du groupe : humoristique et humble ! Le « petit monde de Duruy » rappelle le « grand » Monde de la presse nationale sans le « sérieux » du journal.

Il est temps de recruter **d'autres forces vives** pour alimenter les pages et inventez les rubriques...pages locales, culture, page sons (pour compiler et explorer un genre musical), pages créations (nouvelles, poésies, arts) ... plein de choses sont possibles ! Les reportages audiovisuels pourront être mis en ligne sur le site de l'établissement.

**Nous recrutons des dessinateurs, journalistes en presse écrite, en presse audiovisuelle, humoristes, chanteurs., scientifiques, littéraires..tous les créatifs sont les bienvenus !**

VOUS ÊTES DÉBUTANTS ? N'AYEZ  
CRAINTE, LES OUTILS ET MÉTHODES  
VOUS SERONT PROPOSÉS.

**RDV À LA PROCHAINE RÉUNION DE  
LA RENTRÉE POUR PARLER DE  
L'ORGANISATION !  
GUETTEZ LES AFFICHES**

**Sommaire...**

**En vacances.**

**En attendant ,**

**On vous  
souhaite la  
réussite  
aux  
examens !**

**et de  
bonnes  
vacances !**

Responsable  
publication :  
Mme Herbo

## Mont de Marsan

### L'Oasis Snack a fermé ses portes !

La veille, les habitués clients sont venus en nombre pour leur dernier kebab sur le pont. Il y a quatre ans, le couple Cauchon a racheté le kiosque dans un sale état. Après de nombreux travaux (pour des raisons d'hygiène), ils ont ouvert le snack. Énormément fréquenté par les lycéens de Duruy et de Despiou en tant que deuxième cantine, l'Oasis a fait recette. La mairie, qui veut réaménager le pont Halimi, a demandé aux occupants du kebab de quitter les lieux et de trouver un autre local. Mais le couple Cauchon s'est

lancé dans une bataille juridique qui n'a pas abouti. La mairie ne s'est pas sentie coupable et a considéré que le couple avait eu suffisamment de temps pour chercher un nouveau local, temps qu'ils ont plutôt consacré à la protestation. Finalement le couple a

perdu la bataille au grand regret des lycéens qui avaient été signataires d'une pétition.

Le déménagement des locaux fait par la mairie a commencé le mercredi 12 janvier et s'est achevé le samedi 15 janvier 2011. Les lycéens privés de la sympathie des gérants sont quand même partis manger 30 mètres plus loin à la Sandwicherie Montoise, avec un petit pincement au cœur ! Ils ont finalement retrouvé leur appétit pour aller déguster un kebab pour le même prix.

Baptiste Ducout

source :

*Sud ouest 10 janv et 13 janv 2011*



*Certains lycéens regrettent*

*leur « oasis » ...*

**Soit mais... le kebab est-il un plat équilibré ?**

Le point de vue d'un professeur de svt... **A lire en page 4**

...Tout est une question d'équilibre...



Vous êtes nombreux à vous restaurer à la cantine et c'est tant mieux !

**Dans notre prochain numéro, nous irons rencontrer Nicolas, le chef cuisinier du lycée pour vous révéler les coulisses des repas complets et variés.**

## Interview sans « langues de bois »

### Entrevue avec Lucile Dubeau et Eloïse Salles (1L1).

Nous avons rencontré un groupe original participant au Festival des Lycéens 2011.

*Les autres membres du groupe : Audrey Dupouy, Marine Dupouy, Elodie Croutz et Emilie Giancarli.*

#### Quel est le projet que vous allez présenter au Festival ?

Nous allons mettre en scène diverses expressions courantes de la langue française sous forme d'images et de photos.

#### Pouvez-vous préciser ?

Par exemple, nous allons illustrer des expressions, au premier degré, « Il pleut des cordes » ou « donner sa langue au chat », ce sont des images riches à mettre en scène !



#### Qu'est ce qui vous a poussé à vous inscrire au Festival ?

Nous avons eu le déclic lorsque nous sommes passées devant une affiche présentant le Festival des Lycéens au CDI

#### Avez-vous des attentes à propos du Festival ?

Oui, nous souhaitons découvrir d'autres projets lycéens mais aussi faire partager l'utilisation de la langue française sous une autre forme que celle que nous voyons en classe et profiter de cette expérience unique avant de ne plus être lycéennes.

#### Quels sont les moyens techniques mis en place par le Festival afin de présenter au mieux vos réalisations ?

Actuellement, nous ne savons pas trop. Nous avons le choix, entre un emplacement et un système vidéo-projeté et nous hésitons encore un peu.

**Merci de nous avoir accordé cette interview. Et on croise les doigts pour la présentation de votre projet !**

*Les lycéennes de Duruy jouent sur les mots !*

THEO COULOMB et MARIN ENAULT

Avril 2011

Dans notre prochain numéro...

Les interviews d'Alexandre Miotti parti à la rencontre des Muppets et d'élèves ayant participé aux voyages scolaires.

## LE JOURNAL DES LYCÉENS (MAQUETTE)

**LES INFOS DE CE CADRE SERONT PRÉCISÉES À LA RENTRÉE PROCHAINE AVEC LA NOUVELLE ÉQUIPE.**

Adresse activité principale

Téléphone : 00 00 00 00 00  
Télécopie : 00 00 00 00 00  
Messagerie : xyz@example.com

*Votre slogan professionnel*

Retrouvez-nous sur le Web !  
exemple.microsoft.com

**Organisation**

*Cet emplacement convient à un petit paragraphe décrivant votre organisation. Vous pouvez évoquer son but, sa mission, sa date de fondation, et résumer son histoire. Ajoutez éventuellement une courte liste des produits, services ou programmes proposés, ainsi que la zone géographique couverte (par exemple, la région parisienne ou les marchés européens), sans oublier un profil des clients ou membres.*

*Indiquez la personne à contacter pour obtenir de plus amples renseignements sur votre organisation.*



## LE KEBAB C'EST BON... MAIS CÔTÉ CALORIES OÙ EN SOMMES-NOUS ?

*Les données scientifiques et astuces de M.Fayemendy, professeur de SVT.*

### Comment sont réparties les calories d'un kebab ?

- Environ 450 calories (Kcal) pour le pain, environ 150 calories (Kcal) pour la sauce kebab (mayonnaise, sauce blanche, harissa), environ 300 calories (Kcal) pour la viande (mouton), rajoutez à cela 50 calories (Kcal) environ pour les petits légumes (salade, tomate, oignons), si vous souhaitez rajouter des frites, comptez environ 400 calories (Kcal) de Frites (souvent bien grasses car cuites avec une mauvaise friture). Un petit Fanta Orange pour accompagner ? 110 calories (Kcal) la cannette.

Pour le **menu complet**, vous montez donc à environ **1350 calories (Kcal)** en un seul repas ! Quand on sait, que la **moyenne journalière** doit être de **2000 calories (Kcal)**, autant dire que vous venez de manger plus calorique que la moyenne.

**Vous souhaitez garder la ligne et continuer à déguster des kebabs plus équilibrés ?**

### Tout d'abord, préférez une assiette plutôt qu'une formule.

Ainsi, vous pourrez doser vous-même la sauce et le pain. Aussi, vous bénéficierez de plus de viandes et de crudités. La viande, source de protéines, et les légumes, sont eux, recommandés à chaque repas. Vous limiterez ainsi l'apport en matière grasse (lipides).

Si vous n'avez pas le temps ou préférez un kebab à emporter, **optez pour une galette**. Bien moins importantes en calories que le pain kebab qui est de nature grasse (lipides).

**Préférez la sauce blanche ou l'harissa à la mayonnaise et au ketchup.** La recette de la sauce blanche n'est composée d'aucun corps gras traditionnellement (attention cependant aux sauces blanches kebab vendues dans le commerce, bourrées de glucides-sucres-notamment). L'Harissa, bien que faite avec de l'huile, reste un bon compromis. A bannir le ketchup et la mayonnaise dont on n'a plus besoin de présenter la richesse en calorie !

### Accompagnez votre repas d'eau !

C'est une évidence, il est préférable de boire de l'eau plutôt qu'un soda. A défaut, optimisez et prenez un soda light type Coca Zéro, 1 calorie par verre.

Enfin, si vous souhaitez alléger au maximum votre kebab, **ne prenez pas de frites !** C'est gras, bourré de calories, de glucides et de lipides. De plus, le féculent nécessaire à tout repas équilibré est déjà présent en quantité suffisante grâce au pain du Kebab.

Si vous appliquez cette recette pour alléger votre kebab, **vous devriez pouvoir réduire d'environ 700 calories** le nombre initialement prévu, soit vous en sortirez à 700 calories.

Aussi, **préférez le Kebab occasionnellement le midi** afin de faire un repas plus léger le soir. Avec toutes ces astuces, le kebab et ses calories trop importantes ne sont qu'un mauvais souvenir !

**Dégustez, profitez, c'est avant tout ça, manger équilibré en recherchant la variété !**

On peut imaginer que le Kebab Light ne tardera pas à garnir prochainement les menus des meilleurs kebabs de France !

