

NOUS AVONS UNE SEULE PLANÈTE !

Le réchauffement climatique sera plus fort que prévu. Les citoyens vont marcher pour le climat et pour demander aux dirigeants d'agir.

+ 6 à 7 °C

Mardi, une centaine de chercheurs français qui travaillent sur le réchauffement climatique ont annoncé que la montée des températures sera plus grave que prévue. Ils expliquent que les progrès de la science vont très vite. Cela leur permet de mieux comprendre ce qui va se passer et quels seront les résultats sur nos vies. Pour eux, si nous continuons à consommer toujours plus, en utilisant du pétrole, du charbon... la hausse de la température pourrait être de 7 °C en 2100. Ce serait une catastrophe pour l'avenir de l'humanité. Ils rappellent qu'il faut agir tout de suite et changer vraiment nos habitudes de vies.

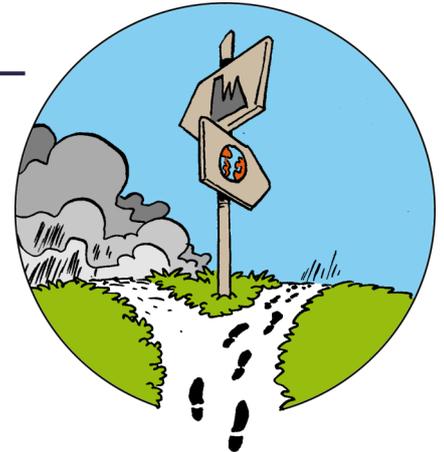
POUR NOTRE FUTUR

La forêt d'Amazonie brûle, les glaces fondent, les incendies sont

de plus en plus nombreux, les pluies et les vents violents aussi... Partout dans le monde, des citoyens s'en inquiètent. Vendredi, à l'appel des jeunes, 4 500 marches sont organisées, dans 120 pays. Un record ! Ils expliquent qu'ils ont peur pour leur futur et qu'ils agissent puisque les adultes ne le font pas.

SEMAINE D' ACTIONS

Samedi, ce sont tous les citoyens, seuls ou en famille, qui sont appelés à descendre dans les rues. Associations, syndicats, élus... souhaitent construire une société plus juste, plus respectueuse de l'environnement mais qui n'oublierait pas les plus pauvres. Des actions seront organisées, comme ramasser les déchets en marchant, mais aussi éteindre les lumières des



magasins la nuit...

URGENCE CLIMATIQUE

L'objectif des marches est d'encourager les dirigeants du monde à agir, en montrant que les citoyens sont prêts. Lundi, l'Organisation des Nations Unies organise une rencontre sur l'urgence climatique. Les associations demandent au président Macron de prendre des engagements forts, comme réduire de 65 % les gaz à effet de serre d'ici à 2030... Et surtout, qu'il agisse vraiment.

DEVOIR TOUT PAYER PAR CARTE !



La vie quotidienne des demandeurs d'asile va être encore plus difficile.

Les personnes qui fuient des guerres, des violences, la pauvreté... doivent faire une demande à la France pour être accueillies. En attendant de savoir si elles auront le droit ou non à des papiers, elles reçoivent une aide de 6,80 € par jour, pour vivre. À partir du 5 novembre, elles n'auront plus la possibilité d'avoir des pièces ou des billets, pour acheter du pain, un ticket de bus, payer un hébergement d'urgence. Elles recevront une carte et devront payer avec. Si elles l'utilisent plus de 25 fois par mois, elles seront facturées 50 centimes à chaque nouvelle utilisation. Les associations demandent au gouvernement de ne pas mettre en place ce projet qui va beaucoup compliquer la vie des demandeurs d'asile.



Les e-cigarettes inquiètent

Les cigarettes électroniques sont-elles dangereuses ? L'État de New York aux États-Unis et l'Inde ont décidé de les interdire.

L'Organisation Mondiale de la Santé juge qu'elles sont mauvaises pour la santé. Les cigarettes électroniques sont souvent utilisées comme une aide pour arrêter de fumer des cigarettes. Elles paraissent moins dangereuses car, dans les liquides parfumés, il n'y a pas de goudron ou de monoxyde de carbone... responsables de maladies. Mais il y a bien de la nicotine et d'autres produits. Le problème c'est aussi que beaucoup d'adolescents commencent à fumer avec les cigarettes électroniques.



Le patrimoine se visite

Chaque année, 12 millions de personnes participent aux Journées du patrimoine. Cet

événement plaît car il permet de découvrir des bâtiments, des lieux... qui sont parfois fermés au public. Ce week-end, le thème sera les arts et les loisirs : théâtres, opéras, cirques, cinémas, mais aussi stades, piscines... ouvriront leurs portes. C'est aussi la possibilité de visiter l'Élysée, l'Assemblée nationale ou des lieux religieux comme les mosquées pour apprendre à mieux se connaître.

TRANSPORTS EN COMMUN GRATUITS : DU POSITIF !

Aujourd'hui, dans 30 villes en France, les transports en bus ou en tramway sont gratuits. C'est vraiment positif pour les habitants !

PETITES ET GRANDES VILLES

En 2001, Châteauroux (36), 40 000 habitants, est la première ville de France à proposer des bus gratuits. En 2009, Aubagne (13) fait la même chose pour ses 100 000 habitants, puis Dunkerque (59) en 2018 pour ses 200 000 habitants. Des villes de plus en plus grandes mettent en place la gratuité des bus. C'est une réussite : les gens prennent le bus plus que prévu !

PLUS LOIN POUR TOUS

Cela permet à ceux qui n'ont pas de voiture d'aller dans des lieux plus loin de chez eux. Avant, beaucoup de jeunes et de personnes âgées se déplaçaient seulement à pied car, pour eux, c'était trop cher de prendre le bus. Mais ils ne pouvaient pas se déplacer très loin. La ville d'Aubagne s'est rendu compte que, grâce au transport gratuit, des jeunes pouvaient sortir de

leur quartier et connaître d'autres lieux. Certains ont découvert qu'il y avait des villages tout près de chez eux !

PLUS DE RESPECT

Au début, des habitants ont eu peur qu'avec la gratuité les gens se respectent moins, se parlent mal, se bousculent plus dans les transports ou abîment exprès les bus. Mais, au contraire, à Aubagne et à Dunkerque, la gratuité a diminué les problèmes dans les bus. Comme il n'y a plus besoin de payer, la triche n'existe plus et les contrôles de tickets non plus. Les relations entre les passagers et les conducteurs de bus sont plus calmes. En plus, ceux qui veulent casser le matériel sont découragés de le faire en raison du nombre plus important de voyageurs. Ils se sentent un peu « surveillés ».



PLUS ÉCOLOGIQUE

Des experts disent qu'il ne faut pas que la gratuité des bus empêche les gens de marcher ou de rouler à vélo, ce qui est encore plus écologique et meilleur pour la santé ! Mais la gratuité des transports en commun est quand même aussi une façon de limiter la voiture en ville et la pollution.

À PARIS

En 2019, la ville de Paris a réfléchi à l'idée de rendre les transports en commun gratuits. Pour le moment, ce serait compliqué car les bus et les métros sont déjà souvent très très pleins...



BAINS DE FORÊT

Se faire du bien ou se soigner grâce à des balades en forêt ? Oui, c'est possible ! C'est ce que l'on appelle les bains de forêt ou la sylvothérapie.

UNE IDÉE JAPONAISE

Depuis 1982, les bains de forêt font partie de la médecine japonaise. Des études scientifiques réalisées de 2004 à 2012 ont montré que se balader en forêt fait du bien. Les personnes ont moins de problèmes de santé, leur corps est plus fort pour combattre les maladies. Cela grâce aux arbres. Avec le développement des villes, les humains sont moins en lien avec la nature, alors qu'ils y vivent depuis toujours et en ont besoin.

QUE FAIRE ?

Ces « bains » peuvent se faire en forêt ou dans un parc où il y a des plantes. L'idée est de se rapprocher de la nature : la regarder, la sentir, la toucher... Certains guides proposent même de goûter des plantes sauvages. Il faut essayer de « retrouver son âme d'enfant », c'est-à-dire mettre ses problèmes de côté et profiter du moment présent. Les participants en ressortent plus détendus et plus calmes.

[Site d'informations sur les bains de forêt avec un guide](#)

N° 1592
19/09/19

Association Lilavie - 69 rue du Pont de Mayenne - 53000 LAVAL
Tél : 02 43 53 18 34 - Mail : asso.lilavie@orange.fr - Site : www.lilavie.fr



Beau record

Lundi, Sarah Thomas, 37 ans, a traversé la Manche à la nage 4 fois de suite ! Elle est la première personne à le faire. Guérie

d'un cancer du sein il y a un an, cette Américaine a voulu traverser la Manche pour toutes les personnes qui luttent contre la maladie et pour tous ceux qui les soutiennent. Malgré des piqûres de méduse au visage et d'autres blessures, elle a tenu 54 h pour réaliser ce record de 130 km. Un grand bravo à elle !

EN IMAGE



La Coupe du monde de rugby commence ce vendredi, au Japon. Les Français jouent leur 1^{er} match ce samedi à 9 h 15 (heure française), contre l'Argentine.