

MAGMA

N°32 - MAI / JUIN 2016 - ÉDITION CÔTE D'AZUR

LE MAG DES
ETUDIANTS

MAIS PAS QUE...



GUEST : FRED TESTOT • DOSSIER : PROCRASTINER EN PAIX • SPORT : ALEXANDRE CAMARASA, POLOÏSTE OLYMPIQUE
SHOPPING : FAIS PAS TA BEACH ! • CAMPUS : CAP SUR LE DÉVELOPPEMENT DURABLE • WWW.MAGMALEMAG.COM



1 an de forfait offert !*

BOUQUET LIBERTÉ (n.m) :
COMPOSITION DE SERVICES
BANCAIRES À PERSONNALISER.



CAISSE D'ÉPARGNE
COTE D'AZUR



* Offre réservée aux 12/25 ans pour toute souscription d'un Bouquet Liberté. Gratuit pendant 1 an puis 1 euro par mois entre 12 et 17 ans, puis 75% de réduction sur le tarif standard entre 18 et 21 ans et 50% de réduction sur le tarif standard entre 22 et 25 ans. Sous réserve d'acceptation de votre dossier.

Caisse d'Épargne et de Prévoyance Côte d'Azur, société anonyme coopérative à directoire et conseil d'orientation et de surveillance, régie par les articles L.512-85 et suivants du Code monétaire et financier - Capital social 395.033.520 euros - 455, promenade des Angles, 06200 Nice - 384 402 871 RCS NICE - Intermédiaire d'assurance, immatriculé à l'ORIAS sous le n° 07 002 199. Titulaire de la carte professionnelle Transactions sur immeubles et fonds de commerce, sans perception d'effets ou valeurs, n° 10480 délivrée par la Préfecture des Alpes-Maritimes, garantie par la Compagnie Européenne de Garanties et Cautions, 16 rue Hoche, Tour KUPKA B, TSA 39999, 92919 LA DEFENSE Cedex. Crédits photos : © woe - Fotolia.com.



ÉDITO

Il y a quelques mois avait lieu la journée mondiale de la procrastination, c'est-à-dire la tendance à tout remettre au lendemain. Partout, elle était décriée, chacun y allant de son petit guide pour venir à bout de ce fléau. Les entreprises brandissaient le manque de productivité de ses salariés, et la société terminait son opération de culpabilisation collective en nous renvoyant l'image parfaite du jeune cadre dynamique. Et vous, dans tout ça ? Eh bien vous subissez, plus ou moins. Tous les jours, de nouvelles corvées s'accumulent. Déclarer ses impôts, faire le contrôle technique de sa voiture. Le contrôle technique... Ou comment avoir la sensation de laisser votre vie vous échapper. Plus jeunes, vous aspiriez à autre

chose : parcourir le monde, intégrer un groupe de mariachis, passer maître dans l'art du macramé. Des trucs chouettes, quoi. Et aujourd'hui, où sont passés vos rêves d'aventures, votre soif de liberté ? Vos priorités ont été revues, guidées par vos responsabilités d'adulte : trouver une formation ou un emploi, mettre de l'argent de côté, payer votre crédit. Face à cette pression quotidienne, saisissez les occasions de procrastiner, et renouez avec votre intrépidité.

Tenez, avant de retourner à vos petits tracas, plongez-vous donc dans notre dossier sur la procrastination !

Léa Coste
Rédactrice en chef

N°32

LE MAG DES
ETUDIANTS
MAIS PAS QUE...

MAI - JUIN 2016
Édition Côte d'Azur

MAGMA

Guest.....	4
Fred Testot : retour solo	
News.....	8
On sort ! Festival, bar, expo...	
Geek.....	12
Nice, la ville 100% fibre	
Sport.....	16
Alexandre Camarasa, poloïste olympique	
Shopping.....	18
Fais pas ta beach !	
Dossier.....	22
Procrastiner en paix	
Culture.....	28
Ciné, musique, séries, livre, jeu vidéo...	
Campus.....	30
Cap sur le développement durable	
Agenda.....	36
Astro.....	38

DIRECTEUR DE PUBLICATION : Julien Fabre (jfabre@sunmade.fr) - RÉDACTRICE EN CHEF : Léa Coste (lcoste@sunmade.fr) SECRÉTAIRE DE RÉDACTION : Natacha Lê-Minh (nleminh@sunmade.fr)
RÉDACTION : 4 rue Rigord - 13007 Marseille Tél. : 04 84 525 593 - ONT PARTICIPÉ À CE NUMÉRO : Charlène Guidarini, Sébastien Roux. ILLUSTRATION COUVERTURE : Mays
GRAPHISME/ILLUSTRATION : Émilie Gaudin (egaudin@sunmade.fr) RÉGIE COMMERCIALE : Directeur commercial : Philippe Grimaldi (06 17 64 17 06 - pgrimaldi@sunmade.fr)
Mickaël Carretier (06 12 15 66 95 - mcarretier@sunmade.fr) DISTRIBUTION & PARTENARIATS : Jane Sampol (06 60 51 16 42 - jsampol@sunmade.fr) MAGMA est une publication
éditée par SUNMADE, EURL au capital de 10 000 euros. RCS Marseille 510 229 172. Siège social et rédaction : 4, rue Rigord 13007 Marseille. Tél. : 04 84 525 595 - DIFFUSION :
SUNMADE. Imprimé en France par Print Concept, Marseille - ©2016 / SUNMADE



FRED TESTOT

RETOUR SOLO

10 ans après son spectacle en duo avec Omar Sy, Fred Testot foule de nouveau les planches des théâtres de France, cette fois seul, ou presque. On le retrouve comme on l'aime : allure décontractée, vanes oscillant entre le trash et l'absurde, et imitations aux petits oignons. Interview relax au Quai du Rire à Marseille.

↳ **Ta carrière à la télévision, au cinéma, et sur le web est bien remplie. Pourquoi avoir décidé de revenir au one man show ?**

Ça m'est venu quand je jouais au théâtre avec Eddie Mitchell, dans *Un singe en hiver*. Renouer avec le public, avec les gens, c'est devenu comme une évidence. J'ai repris des choses que j'avais notées à droite à gauche, puis j'ai bossé avec ma pote Brigitte Tanguy, avec qui j'ai co-écrit le spectacle, et nous voilà aujourd'hui.

↳ **Ton spectacle n'est pas un one man show classique, avec une succession de sketches. Comment s'est-il construit ?**

Je voulais vraiment parler du métier de comédien, à travers des personnages et à travers moi-même, en trouvant un fil conducteur.

Le prétexte de départ c'est l'embrouille avec mon régisseur, perturbé et perturbant, qui a des problèmes personnels. Et bien sûr, le comédien que j'incarne dans le spectacle n'a aucune considération pour les malheurs d'un petit régisseur.

Tout ça est prétexte à rigoler et à ramener tout à moi : moi le comédien, l'artiste fragile et torturé. L'idée c'est d'interpeler les gens, les émouvoir, les faire rigoler, puis repartir sur un truc complètement absurde, être très sérieux, puis plus du tout. Les montagnes russes, quoi. Le tout sans coupure.

↳ **Il existe vraiment ce régisseur ?**

Vous le saurez en venant voir le spectacle ! C'est pour ça que ça s'appelle « Presque seul », et que sur l'affiche il y a une petite main posée sur mon épaule.

« Presque seul » parce qu'avant j'étais deux dans l'humour. « Presque seul » parce qu'il y a peut-être quelqu'un d'autre avec moi sur scène, et « Presque seul » parce que je ne suis pas vraiment tout seul dans ma tête.

↳ **Que dirait Tata Suzanne de ce spectacle ?**

Elle dirait aussi qu'elle est contente de retrouver une de ses cousines ! Y a plein de dédicaces en fait, même si évidemment, l'idée n'est pas de reprendre un truc que j'ai déjà fait. Mais j'ai gardé ce qui me fait rire, comme les accents du Nord, de la Corse...



↘ Parmi tes multiples casquettes, tu es aussi à l'origine de la plateforme Dim Sum Academy, qui déniche des nouveaux talents de l'humour. Pourquoi cette démarche ?

Je voulais fédérer un groupe de gens, avoir un espace qui réunit ceux qui démarrent et ceux qui sont confirmés. On essaye de faire des sketches ensemble, on écrit, on réalise, on joue dedans.

La première année on l'a fait avec l'aide de Dailymotion, la deuxième année avec celle de Canal et l'année prochaine on ne sait pas encore : c'est un appel à qui voudra travailler avec nous !

↘ D'ailleurs, je suis tombée sur Paroles et Bouteille, les petits sketches que tu fais avec Jonathan Lambert pour la Dim Sum Academy. Je me demandais : combien de kilos de drogue sont nécessaires par épisode ?

Justement, pas de drogues, c'est ça qui est grave ! Oui bon voilà, c'est aussi expérimental... Effectivement Paroles et bouteille c'est un gros délire.

↘ Tu joues un rôle assez sombre dans le film *Monsieur Cauchemar* de Jean-Pierre Mocky. Et on se souvient de ton rôle dans *l'Emprise* où tu jouais un mari violent. Ça te plaît d'être le méchant ?

On a tourné 3 jours pour le film de Jean-Pierre Mocky, et je ne sais pas si il sortira un jour ! Mais à la limite on s'en fout, parce que c'était tellement génial. Ce qui est super c'est quand on te voit dans un rôle complètement différent, qu'on t'imagine capable de jouer telle ou telle chose.

Pouvoir faire l'idiot et en même temps jouer des trucs horribles.

↘ Que peut-on te souhaiter pour la suite ?

Un bon anniversaire, l'année prochaine ! Non, de continuer la scène encore longtemps, ça m'avait vraiment manqué, et je suis très heureux de faire ça.

Propos recueillis par Léa Coste

LE QUIZ

↳ LA BLAGUE NULLE QUI TE FAIT RIRE ?

C'est deux mecs qui sont à un mariage.
Y en a un qui dit à l'autre « Jean-Pierre,
je te ressers du vin ? » et l'autre répond
« Oui, merci. Mais moi c'est Yves ».
Ça, ça me fait rire. Il s'est trompé de prénom.
Ah, tu m'as dit nulle, elle est nulle.

↳ TON HUMORISTE PRÉFÉRÉ ?

Quand j'étais petit c'était Coluche, Desproges
et Le Luron. Et après le Splendid. Et après
les Inconnus.

↳ LE PIRE COMPLIMENT QU'ON T'A FAIT ?

« C'était bien ton spectacle, mais pourquoi t'as
pas fait la grenouille ? » La grenouille, je la
faisais dans mon précédent spectacle, y a
12 ans...

↳ LE RÔLE QUE TU NE POURRAIS PAS REFUSER ?

L'Emprise, par exemple, je ne pouvais pas
refuser. Pourtant quand j'ai lu le scénario
je me suis dit que je ne pouvais pas le faire,
c'était trop horrible.



PHARRELL Williams
ED Sheeran
NIRVANA
LENNY KRAVITZ
CHRISTINE AND THE QUEENS
THE AVENER
 Slinkin Park
MIKA
SYNAPSON
ADELE
FRERO DELAVEGA
SELENA GOMEZ
Katy Perry
BRUNO MARS
SAM SMITH
FAKEAR
MUSE
GOLDPLAY
CHARLIE PUTH
RADIOHEAD
STIA
 Lilly Wood and The Prick
KAVINSKY
JULIEN DORE
SP!NK
maxoon
U2
PEPPERS RED HOT CHILLIES
DAFT PUNK

Virgin
RADIO
POP ROCK ELECTRO

ON SORT !

« Il met le désir effronté, sur les jeunes lèvres décloes ; il brille,
le sauvage Été, la poitrine pleine de roses. » Ce que Théodore de Banville
essaye de vous dire, c'est : Yay ! C'est bientôt l'été !
Des journées allongées, des terrasses ensoleillées, des soirées bien
arrosées... Mettez-moi un peu d'écran total sur ce joli minois, on sort !



LE FESTIVAL • ANTIBES

LES NUITS CARRÉES

L'été sur la French Riviera ce n'est pas seulement des touristes anglais rouges
comme des écrevisses et des allemands arborant fièrement des chaussettes
dans leurs sandales. Non, c'est aussi des festivals au bord de mer, en mode
pépouze devant des artistes de renommée internationale. Avec les Nuits
Carrées, vous ne serez pas déçus : Chinese Man, Oxmo Puccino, Breakbot et
General Elektrik à 25€ pour les deux soirées, inutile de résister à la tentation !

↘ Les 23 et 24 juin - nuitscarrées.com



LE BAR • TOULON**LE BARATHYM**

Plongez dans un authentique décor vintage des années 30 avec ce pub réunissant la jeunesse toulonnaise. Avec une sélection de 90 bières venant des quatre coins du globe, autant vous dire qu'il va falloir venir pas mal de fois avant de toutes les goûter ! L'aventure continue à l'étage avec Le Labo, un comptoir à shooters et cocktails histoire de s'abreuver dignement (ou pas). Concerts, jam sessions, DJ sets et soirées étudiantes : c'est LE before à ne pas manquer !

↘ www.barathym.net

**L'EXPO** • NICE**GOOAL !**

Tête plongeante, coup-franc pleine lucarne, retournée acrobatique : tous ces gestes font partie de la beauté du football ! À l'occasion de l'UEFA Euro 2016, le Musée National du Sport de Nice vous invite à venir (re)découvrir cette riche galaxie du football européen. Ses origines, ses joueurs atypiques et ses matchs de légende. Un rendez-vous incontournable pour tous les amoureux du ballon rond !

↘ Jusqu'au 18 septembre
www.museedusport.fr

LES SPECTACLES • TOULON**HORS LES MURS**

Se retrouver autour d'un apéro, partager un moment de détente au coeur des places du centre ville toulonnais : ça c'est l'été ! Et pour l'occasion, le Liberté, scène nationale de Toulon, organise durant tout le mois de juin des animations culturelles et gratuites en plein air. Avec comme point d'ancrage la Méditerranée, on redécouvre les charmes de la ville à travers le regard des artistes. Cinéma en plein air, arts de la rue, musique (à noter : le concert de Boreal Wood le 8)... Il y en aura pour tous les goûts !

↘ Du 2 au 30 juin - www.theatre-liberte.fr



ATTENTION TALENTS !!!



CLEARY

C'est un ovni musical venu tout droit d'Aix-en-Provence qui débarque dans nos oreilles. Avec son EP « Tokyo », Yann Cleary dévoile son univers pop riche et déjanté après cinq années passées au Japon. Porté par une voix mélodique, les instruments traditionnels se mêlent à des sons de jeux vidéo. Une ballade mélodique qui vaut le détour.



LES ZIRIS

Les deux DJs marseillais composent leurs propres sons à l'abri des regards pour ensuite les diffuser uniquement en live. Sur fond d'électro, leur musique nous entraîne dans un rythme effréné où notre corps devient totalement incontrôlable. Avec un nouveau projet live audio/visuel, ne perdons pas de vue la folie de ces deux compères.



LOHEEM

Il suffit parfois d'une rencontre pour créer quelque chose de simple et beau. Le duo avignonnais Loheem en est la preuve vivante. Avec une pop spontanée et délicate, symbolisée par leur titre *Colorfield*, leur musique se vit plus qu'elle ne s'écoute. Un EP digital devrait bientôt être disponible, suivi de près par un album. Frais et dansant, une formule parfaite pour les beaux jours.



CANNES, SAINT-TROP' ET SAINTE-MAXIME : TRIPLE RATION DE FROZEN YOGURT !

Demandez à un Aixois où trouver le meilleur yaourt glacé et il vous répondra sans hésiter : chez California Bliss ! Que les estivaliers de la Côte d'Azur se rassurent, ils pourront eux aussi succomber à une multitude de délices glacés.

Saint-Tropez. Plage de Manoah Beach. 15h. Alors que vous lézardez au soleil, vous l'apercevez au loin : le triporteur California Bliss. Son chariot regorge de Bliss Pop. Comment résister à ce yaourt enrobé de chocolat, avec des éclats de noisettes, de vermicelles chocolat ou pistache ? L'heure du goûter a sonné. À quelques mètres de là, dans la cabane California Bliss et au restaurant de la plage, des dilemmes cornéliens : yaourt nature, mangue ou citron ? Fruits frais, coulis ou noisettes caramélisées ? Vous avez jusqu'en septembre pour décider. Au même moment sur la croisette, la plage de l'InterContinental Carlton fait le bonheur des vacanciers soucieux de leur ligne. Des créations de desserts rafraichissants, confectionnés à partir de yaourt 0% et de lait écrémé, que demander de plus ? Du côté de Sainte-Maxime, les estivaliers se pressent devant le restaurant l'Amiral et sur la plage Havana. Bliss Gourmets, Bliss Pops, Bliss Cups : à vos marques, prêt ? Dégustez !

À l'InterContinental Carlton Cannes d'avril à septembre
À Saint-Tropez sur la plage de Manoah Beach de juin à septembre
Au Port de Sainte-Maxime au restaurant l'Amiral et sur la plage Havana,
de mai à septembre

↳ www.california-bliss.com

CALIFORNIA BLISS
EST. 2013. ON THE BEACH

LES CLÉS DE LA CITÉ (U)

Besoin d'une chambre en Cité U ?
Step by step, on vous donne la marche à suivre.



REMP LIS

ton DSE en ligne
jusqu'au 31 mai sur

www.messervices.etudiant.gouv.fr



REÇO IS

ton dossier
par mail



RENVO IE

ton dossier
par courrier

REÇO IS TA RÉPONSE PAR MAIL



LOGEMENT DISPONIBLE

proposition d'accueil
en résidence



ATTENTE DE DÉSISTEMENT

Inscription
sur liste d'attente sur

www.crous-nice.fr



RÉSERVE TON LOGEMENT VIA CITÉ U
paiement du dépôt de garantie sous 10 jours
www.messervices.etudiant.gouv.fr



RENVO IE TON DOSSIER
DE LOCATION

par courrier à la résidence
avec l'acte de caution solidaire



PRENDS RENDEZ-VOUS

pour l'état des lieux
et la remise des clés sur

www.crous-nice.fr



BIENVENUE CHEZ TOI



#PandaEvents
DIFFUSEUR DE MUSIQUE LIVE

MAI

04 > 08 FESTIVAL CROSSOVER CHANTIER 109 // NICE

The Shoes - Recondite - Salut C'est Cool - Infected Mushroom - Robert Hood

27 EN ATTENDANT... LES PLAGES // BORDEAUX

Cassy - Malcolm - Leroy Washington

JUIN

03 > 05 LES PLAGES ÉLECTRONIQUES LISBOA // LISBONNE

Etienne de Crecy - Jimmy Edgar - Danny Daze - Fakear - Bondax - Villanova...

JUILLET

03 CROSSOVER SUMMER & STREET FOOD // MOUJANS SARTOUX

Para for cuva & Senoy - Romare - Dj Oil - Delicieuse Djs...

15 CROSSOVER ROOFTOP PAVILLON GOURMET // POLYGONE RIVIERA

Chez Damiér...

16 VILLA PLAGES ÉLECTRONIQUES // CANNES

Klingande Live - Yall - Mame - David Mears

21 > 23 LES NUITS GUITARES // BEAULIEU-SUR-MER

Thomas Dutronc - Emir Kusturica & The No Smoking Orchestra - Christophe...

30 CROSSOVER SUMMER // VILLEFRANCHE-SUR-MER

Jungle - À me - Abstraxion - Sofian Rouge...

AOÛT

04 > 06 LES PLAGES ÉLECTRONIQUES // CANNES

Dj Snake - Nina Kraviz - Carl Craig - Birdy Nam Nam - Woraks - N'to - Tchami...

09 CROSSOVER SUMMER // CANNES

Poirier - Fat Freddy's Drop

13 CROSSOVER SUMMER // BEAULIEU-SUR-MER

FKJ - Kartell - Cezaire

27 WORLD OF PANDA // LE MAS DES ESCARAVATIERS

Dj Vadim feat. Big Red & guest

SEPTEMBRE

24 CHECK THE RHYME THEATRE DE VERDURE // NICE

Doc Gyneco - Jazzy Bazz...

OCTOBRE

14 > 16 MOGA FESTIVAL // ESSAOURA

Musiques Électroniques & Arts numériques

GEEK

NICE, LA VILLE 100% FIBRE !



Avec plus de 5 millions de clients éligibles à la fibre, Orange est le leader dans le développement du très Haut Débit. D'ici la fin 2016, l'entreprise vise une couverture 100% Fibre à Nice et dans 8 autres grandes villes de France. Mais la fibre, c'est quoi ? Comment en profiter ? Eurêka, on vous explique tout ça !

✳ DE LA FIBRE POUR VOUS CONNECTER !

Technologie de pointe, la fibre FTTH est 30 fois plus rapide que l'ADSL ! Téléchargement, jeux en ligne, lecture de vidéo: rien ne lui échappe, adieu les crises de nerfs devant son ordinateur.

On se calme, on respire et on apprécie la fiabilité du système qui nous permet d'être tous connectés en même temps sans problème de trafic.

Avec l'appui de la Mairie, Nice a été sélectionnée après consultation de la région et du département. Le plan de raccordement prend forme peu à peu dans tous les quartiers de la cité niçoise.

✳ L'INSTALLATION, COMMENT ÇA MARCHE ?

Facile comme bonjour, les clients n'ont rien à faire ! La fibre sera simplement déployée à proximité du domicile, un technicien Orange prendra ensuite le relais pour venir vous l'accorder directement

en apportant, le jour de l'installation, tous les équipements nécessaires. Clients et futurs clients Orange, choisissez l'option Livebox Fibre, et profitez de la meilleure connexion au même prix que votre abonnement ADSL.

✳ ON EN FAIT QUOI DE CETTE FIBRE ?

Étendard de la dernière génération Internet, la fibre vous permettra de regarder sans coupure tous vos programmes téléés en replay, de geeker toute la nuit devant votre jeu vidéo préféré ou encore de partager des documents à la vitesse supersonique. Orange fournit ce service exclusivement aux clients qui bénéficient de l'offre internet, ou de l'offre téléphonique en fibre optique.

interfibre.orange.fr reste proche de vous. Si vous n'êtes pas dans le centre ville de Nice, inscrivez-vous pour suivre la progression de la fibre dans votre ville et votre quartier.



REMBOURSÉ
À CHAQUE FILLEUL

DEVIENS LE PARRAIN DE LA FIBRE

Prêche la bonne parole à ton cercle d'amis pour profiter d'un remboursement de 50€ pour chaque filleul convaincu ! Avec la possibilité de parrainer jusqu'à 12 filleuls, c'est une aubaine pour économiser ton budget étudiant. Les filleuls bénéficient également d'un remboursement de 50 € sur leur prochaine facture. Un débit XXL, ça se partage non ?

FAIS TA DEMANDE
DE BOURSE



TÉLÉCHARGE LE DOSSIER

www.messervices.etudiant.gouv.fr



RÉUNIS LES PIÈCES
JUSTIFICATIVES



RENVOIE TON DOSSIER
PAR LA POSTE



MONEY



CAISSE D'ÉPARGNE
CÔTE D'AZUR

LA COURSE À LA BOURSE EST LANCÉE !

Plus que quelques semaines pour faire votre demande de bourse !
De la constitution du Dossier Social Étudiant à l'évaluation du montant de votre bourse :
la Caisse d'Épargne Côte d'Azur vous accompagne dans vos démarches.

• COMMENT CONSTITUER MON DOSSIER SOCIAL ETUDIANT ?

Lycée ou étudiant, vous avez jusqu'au 31 mai pour faire votre demande de bourse et de logement. Et ce, même si vous ne savez pas encore dans quelle université vous allez vous inscrire ou si vous n'avez pas encore connaissance de vos résultats.

> **ÉTAPE 1** : Télécharger le Dossier Social Étudiant, sur www.messervices.etudiant.gouv.fr.

Cette nouvelle plateforme centralise toutes vos demandes de bourse et de logement, et offre une **multitude de services** :

- transférer de l'argent depuis votre compte Caisse d'Épargne sur votre carte Izly pour payer au Resto U,
- trouver un job,
- prendre rendez-vous avec les différents services étudiant.

> **ÉTAPE 2** : Munissez-vous de l'avis fiscal 2015 sur les revenus 2014 de votre famille, de votre numéro d'étudiant (INE) ou de lycéen (BEA), et d'un RIB. Pour l'obtenir rapidement, rendez-vous sur votre espace sécurisé Caisse d'Épargne ou ouvrez un compte en ligne.

> **ÉTAPE 3** : Direction La Poste : vous avez 15 jours pour renvoyer votre dossier.

• QUEL SERA LE MONTANT DE MA BOURSE ?

Le montant de votre bourse est calculé sur 3 critères : **le nombre d'enfants à la charge de vos parents, la distance entre votre domicile et votre lieu d'étude, et les ressources de vos parents.**

Vous pouvez faire une simulation de bourse sur www.messervices.etudiant.gouv.fr.

En fonction de votre échelon, vous serez simplement exonéré des frais d'inscriptions et de cotisation à la sécurité sociale étudiante (échelon 0), et pourrez recevoir jusqu'à 5 545€, sur 10 mois (échelon 7).



↳ www.caisse-epargne.fr



L'ARTISTE DE COUVERTURE

IL N'Y A QUE MAYE...

Influencé par la scène « old school » montpelliéraine des années 2000, Maye expérimente les lettrages, avant de se construire une identité au travers de personnages en perpétuelle évolution.

Grâce à sa connexion avec l'artiste Momies, son travail monochrome se transforme peu à peu en une recherche acharnée sur les couleurs. Entre la Figuration Libre de Di Rosa et le surréalisme théâtral de Dali, chaque personnage se développe dans un univers onirique marqué par la nature. Comme une histoire dans une même histoire, les barbes fleurissent, les oiseaux s'envolent, les cartes sont jetées.

Depuis toujours attiré par le dessin, Maye déploie ses traits avec une précision subtile. Son souci du détail donne vie à des figures aux membres emmêlés à coups de pinceaux ou de bombes. Des auto-portraits vifs et méticuleux.

✂ www.backsidegallery.com

✂ www.facebook.com/backsidegallery





ALEXANDRE CAMARASA

POLOÏSTE OLYMPIQUE

L'équipe de France de Water Polo ira mouiller le maillot (de bain) aux Jeux Olympiques de Rio. La première fois depuis 24 ans. Près du Cercle des Nageurs à la terrasse d'un café, le capitaine de l'équipe, Alexandre Camarasa, répond à nos questions, entre deux embrassades avec les habitants du quartier, fiers des prouesses de l'équipe. Le compte à rebours est lancé : plus que quelques semaines d'entraînement et de compétition avant de se jeter à l'eau.

Texte : Léa Coste - Photo : © LPWP



LA TEAM

- > **CAPITAINE** : ALEXANDRE CAMARASA
- > **NOMBRE DE JOUEURS** : 13
- > **ENTRAÎNEUR** : FLORIAN BRUZZO
- > **QG** : CERCLE DES NAGEURS, MARSEILLE.
- > 14 PARTICIPATIONS AUX CHAMPIONNATS D'EUROPE
- > 10 PARTICIPATIONS AUX JO
- > 3 PARTICIPATIONS AUX CHAMPIONNATS DU MONDE

↳ Peux-tu nous expliquer en quelques mots, pour nos lecteurs non-initiés, ce qu'est le water polo ?

Alors déjà il vous faut une piscine ! C'est 7 joueurs contre 7. Au niveau du placement et des positions ça ressemble au hand, tu tires avec ton bras, et il y a des ailiers, des milieux, un arrière... Et ça se joue en 4 fois 8 minutes.

↳ Pourquoi avoir choisi ce sport ?

J'ai commencé par l'école de natation au Cercle des Nageurs à Marseille, et un jour l'entraîneur a fait l'erreur de mettre une balle de water polo dans l'eau, j'y ai pris goût direct.

↳ C'est quoi ta journée type ?

De 8h45 à 10h30 on est en muscu, ensuite on enchaîne dans l'eau. Le matin c'est plus de la natation, du travail vraiment physique. Le soir entre 18h45 et 21h on travaille le positionnement tactique, et les matchs.

Comme tous les sportifs de haut niveau, on a beaucoup d'entraînement. Mais on n'a pas de régime alimentaire strict par exemple. Je m'autorise un peu tout, en gardant quand même un poids de forme. Je peux manger du Nutella quand je veux !

↳ Quelles sont les qualités essentielles d'un bon joueur de water polo ?

Faut savoir nager, sinon tu te noies. Il faut être complet : bien nager, savoir tirer, être endurant, fort, analyser les situations, ne pas avoir peur du contact.

Je suis attaquant de pointe, donc c'est un poste physique : je suis au milieu, je me fais frapper, couler, et j'attire tous les défenseurs. Faut avoir de grosses jambes pour pousser l'adversaire et ne pas avoir peur de prendre des coups.

↳ Cela fait 24 ans que la France ne s'est pas qualifiée aux JO. Beaucoup d'émotions... Et de pression ?

Se qualifier aux JO, c'est incroyable. Je n'aurai jamais pensé vivre quelque chose comme ça. Sur le coup j'ai eu envie de rire, de pleurer ! Après on n'a pas trop de pression, parce que personne ne nous attendait à ce niveau, donc tout ce qui nous arrive on le prend avec le sourire, on kiffe chaque moment. On va aller aux JO en essayant de faire le meilleur résultat possible, et en étant le plus détendu possible.

↳ Comment allez-vous vous préparer ?

Nous allons sans doute nous concentrer sur les stages. Y a différents types de stages. Ceux vraiment en mode commando, t'es seul avec ton coach qui te fracasse, qui te pousse à bout physiquement, pour que le mental prenne le relais. C'est hyper dur, à vomir dans l'eau quoi. Mais c'est aussi ça qui permet de tenir jusqu'au bout des matchs, dans la difficulté, et de souder l'équipe.

Sinon y a des stages de confrontations avec les autres équipes. On en a déjà fait, avec les Grecs, les Croates, les Monténégrins. Je pense qu'on va faire les deux, pour travailler autant le mental que le physique. Et puis c'est des équipes qu'on va retrouver aux JO.

↳ Quelles équipes redoutez-vous le plus ?

Toutes. Aux JO, les adversaires sont tous au top. Dans notre groupe il y a la Croatie, le Monténégro, l'Espagne et les États-Unis. Le groupe de la mort. On veut prouver qu'on a notre place. Même si on perd, on ne va pas leur donner le match. On aurait aimé jouer les brésiliens chez eux, j'adore me faire siffler quand on joue une équipe à domicile !

↳ Le Canada conteste votre qualification aux JO et vous accuse d'avoir perdu intentionnellement le match contre eux pour éviter l'Espagne aux quarts de finale du tournoi de qualification olympique. Qu'est-ce que vous en pensez ?

J'ai envie de citer Bengous, qui a une phrase très juste : « les jaloux, les envieux, mollard dans l'œil. » Voilà, c'est bas ce qu'ils ont fait. On a gagné nos matchs, on a mérité d'aller aux JO, ça fait des années qu'on s'entraîne pour y arriver. On a mis de côté notre vie sociale, notre vie amoureuse : je vais me marier l'année prochaine et j'ai même pas de date ! Mais bon j'essaie de ne pas me prendre trop la tête avec ça, je vais me concentrer sur ma préparation et m'entraîner à fond.

↳ Qu'est-ce qui se passe si vous gagnez ?

Si on gagne c'est... J'ai pas de mots ! C'est trop gros, déjà personne ne nous attendait là !

Pour tous les sportifs, les Jeux Olympiques c'est un rêve. Depuis que je suis gamin je regarde la cérémonie d'ouverture, et tous ces athlètes incroyables venus du monde entier. C'est fou de se dire qu'on y sera !

FAIS PAS ta beach !

Je suis belle, étendue, chaude, douce, exotique
et relaxante. Je suis, je suis ? LA PLAGE, bien sûr !
Le sable fin, les palmiers, l'odeur du monoï et des
beignets dégoulinants de chocolat...

Il est l'heure de ressortir ton plus beau maillot
de bain pour t'étendre (ok, t'affaler) sur
ta serviette, les cheveux au vent ! Pour ça,
Magma t'a préparé une petite sélection, histoire
d'être au top au moment de fouler le bord de mer.

Sélection : Charlène Guidarini



CHEESE !
APPAREIL PHOTO FUJIFILM INSTAX
MINI 8 - Hema - 79€



HHUUUUMM...DONUUUT
BOUÉE EN FORME DE BEIGNET
AU CHOCOLAT - 27 € - Asos



SEA, RADIO AND SUN
RADIO DE PLAGE - Sunny life - 49,99€



SALADE DE FRUITS JOLIE JOLIE
TROUSSE ANANAS - 19,99 € - Asos



QUI A LE VINAIGRE ?
HUILE PROTECTRICE IP 30
10,30 € - Yves Rocher



STAY TONG
TONGS À IMPRIMÉ FEUILLES - 4 € - Forever 21



J'ASSUME MES RONDEURS
SERVIETTE DE PLAGE RONDE - 41 € - Etsy



GEISHALORS ?

KIMONO DE PLAGE DRAPPÉ SUR LE DEVANT - 24,99 € - Asos



PIMP YOUR ANANAS

MAILLOT IMPRIMÉ FRUITS - 10 € - H&M



UNE SACRÉ BEACH

SAC DE PLAGE « SOUTH BEACH » - 19,99 € - Asos



NOUS SOMMES LES SPARTIATES !!

SANDALES EN SIMILICUIR À LACETS - 25 € - Forever 21



ET GLOU ET GLOU

COQUE IPHONE 6 BOISSON
10 € - Forever 21



WELCOME TO THE JUNGLE
CASQUETTE À 5 PANNEAUX - 24,99 € - Orville



SAND'ALES
SANDALES- 20 € - Brave Soul



JETEZ L'ANCRE !
SHORT À IMPRIMÉ ANCRE - 15 € - Forever 21



CAPRICE SUN
LUNETTES DE SOLEIL RONDES - 24,99 € - Jeepers Peepers



LE PRINCE ET LE PETIT POIS
SHORT DE BAIN À MI-LONG À POIS
8,99 € - Asos



SAC À D'EAU
SAC EN NÉOPRÈNE - 28,99 € - Asos



C'EST LE DÉBARDEUR PLAGE...AHOU CHA CHA CHA
DÉBARDEUR PLAGE - 14 € - Forever 21





PROCRASTINER EN PAIX

Nous procrastinons tous, à des degrés différents. Factures à payer, assurance à souscrire, partiels à réviser... Plus les tâches sont ingrates, plus notre capacité à procrastiner se développe. Deux critères sont alors à prendre en compte : le temps qui vous sépare de votre deadline, et l'importance de la tâche. Autant dire que les étudiants sont les premiers touchés : avec plusieurs mois entre chaque partiel, et la perspective du rattrapage (qui allège significativement les enjeux des examens), sans parler des multiples distractions (facebook, youtube, 9gag et tout le reste). Pas étonnant que la majorité des étudiants soient des procrastinateurs. Pourtant, la majorité d'entre eux parvient tout de même à mener leurs études à bien. Et si le secret, c'était d'apprendre à procrastiner ?

La procrastination est la tendance à systématiquement tout remettre au lendemain. Je suis moi-même passée par toutes les phases de la procrastination avant de m'attaquer à ce dossier. J'ai traîné sur le web, en partie pour y faire des recherches, mais aussi pour buller (un peu). Je me suis attaquée à d'autres tâches : répondre à mes mails, écrire des news, lancer des demandes d'interview. A l'approche du bouclage, les tâches ont commencé à s'accumuler, et la rédaction

de ce dossier est soudainement devenue la plus importante, et la plus excitante d'entre elles. J'ai alors réalisé que ce temps passé à procrastiner n'avait pas été vain. Mieux, que la procrastination avait nourri ma réflexion. Pourtant, les jours passés à ne pas travailler sur ce dossier n'ont pas été de tout repos : malgré le travail accompli par ailleurs, je ne pouvais pas me débarrasser de mon sentiment de culpabilité. Je ne faisais pas ce que je « devais » faire.

MOI MOI MON MOI !

Ma propension à procrastiner ne date pas d'hier. Déjà étudiante, assise à mon bureau, je regardais fixement mes cours, sans jamais me décider à les ouvrir. N'étant pas une mauvaise élève, je savais que je pouvais glander un petit peu, sans pour autant compromettre mes chances de réussir. Souvent, je décidais de regarder un film plutôt que de me plonger dans mes cours. Et là encore, face au choix entre un docu chaudement recommandé, un film d'auteur bouleversant, et une rediff de super Nanny, j'optais pour le plus récréatif des trois. **Parce que procrastiner, c'est privilégier la satisfaction immédiate.** Deux « moi » s'opposent : le moi présent et le moi futur. Je veux que mon futur moi réussisse ses examens, mais mon moi présent n'a pas envie de fournir d'efforts.

PROCRASTINER N'EST PAS DE TOUT REPOS, CELA DEMANDE UNE BONNE DOSE DE MAUVAISE FOI, ET IMPLIQUE UNE CONSTANTE ARNAQUE DE SOI-MÊME.

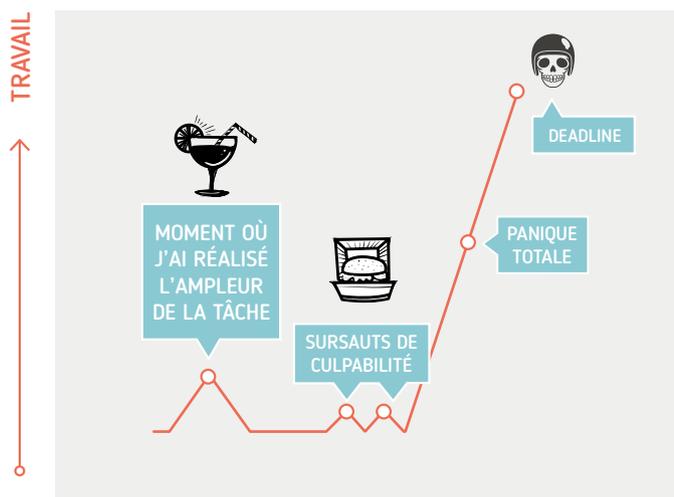
Il y a donc un combat permanent avec soi-même, où des pulsions s'affrontent. **On en revient, finalement, à la théorie freudienne du moi, du Surmoi et du ça.** Le Surmoi est la petite voix dans ma tête qui me dit qu'il faut se mettre au travail. Il a été forgé par la morale et les interdits. Et il a un petit penchant pour la tragédie. C'est lui qui me dit que si j'échoue, je me retrouverai seule, sous un pont, affamée. Le ça, lui, désigne mes instincts, il se nourrit du plaisir.

Il est un peu anarchiste. C'est lui qui répond, à tous les arguments du Surmoi : « YOLO ». Et le moi est le résultat de cette lutte, tantôt motivé pour se mettre au travail, tantôt prêt à tout pour faire autre chose.

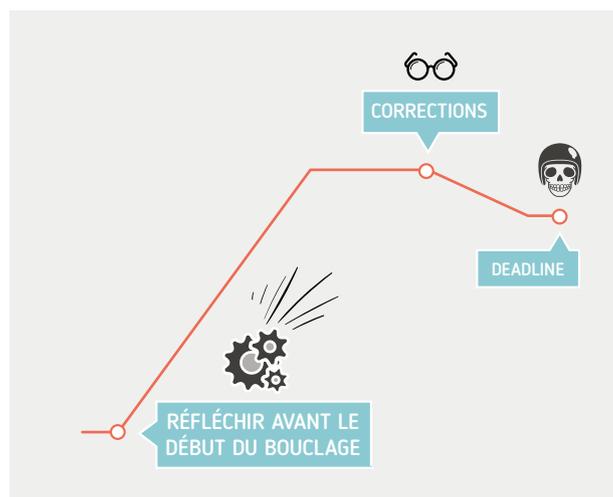
Procrastiner n'est donc pas de tout repos, cela demande une bonne dose de mauvaise foi, et implique une constante arnaque de soi-même.

TA DEADLINE TU RESPECTERAS (OU PAS)

Ce que j'ai fait



Ce que j'aurais dû faire





LE PROCRASTINATEUR EST RAREMENT INACTIF : IL S'ADONNE À DES ACTIVITÉS UTILES MAIS MARGINALES, COMME JARDINER OU TAILLER DES CRAYONS.

LA PROCRASTINATION EN ACTION

John Perry, auteur de *La Procrastination*, l'art de reporter au lendemain, est à l'origine de la théorie de la procrastination structurée, qui « transforme les procrastinateurs en foudres de guerre, respectés et admirés pour leur zèle infatigable et le bon usage qu'ils font de leur temps ».

Pour lui, le secret réside dans la diversité des tâches à accomplir « Le procrastinateur est rarement inactif : il s'adonne à des activités utiles mais marginales, comme jardiner ou tailler des crayons. Pourquoi s'emploie-t-il à ces activités ? Parce qu'elles sont prétexte à se soustraire à une tâche plus importante.

Si le procrastinateur n'avait rien d'autre à faire que de tailler des crayons, aucune force au monde ne pourrait l'y pousser. Afin qu'il soit motivé pour s'acquitter d'une besogne pénible, urgente et importante, il faut que

celle-ci lui permette d'éviter une autre besogne plus importante encore ». Partant de ce constat, John Perry préconise même une méthode pour devenir un procrastinateur structuré.

Prenez un bout de papier, et listez-y tout ce que vous avez à faire par ordre d'importance. Vous trouverez en tête de liste les tâches sur lesquelles vous voulez procrastiner, et en dessous celles qui vous serviront d'alibi pour y arriver.

Au fur et à mesure de l'actualisation de votre liste avec de nouvelles tâches, vous vous apercevrez que celles auxquelles vous vouliez échapper hier vous permettront, aujourd'hui, de repousser d'autres impératifs plus importants encore. Résultat, non seulement vous vous êtes attaqués à la tâche tant redoutée, mais vous avez aussi accompli une multitude de petits travaux secondaires.

Le secret réside donc dans la maîtrise des niveaux de priorité.

GLANDEURS DE GÉNIE

ARCHIMÈDE

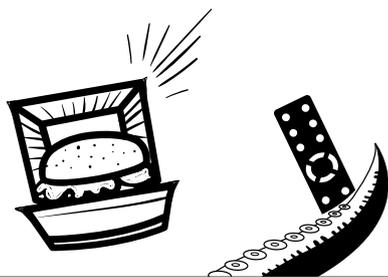
Le mec glandait dans son bain au lieu de plancher sur la demande du roi de Syracuse, Hiéron II. Ce dernier voulait savoir si sa couronne était faite d'or pur. Archimède devait donc définir le volume de cet objet complexe, pour pouvoir évaluer sa densité. C'est finalement en entrant dans sa baignoire qu'il a réalisé que le volume de son corps déplaçait un certain volume d'eau. *Eurêka !*

NEWTON

Alors qu'il s'était isolé dans le Lincolnshire pour essayer de comprendre comment fonctionnait l'attraction entre la terre et les objets (et accessoirement pour échapper à une épidémie de peste à Londres), Newton, cette grosse feignasse, décide d'aller se promener dans le jardin plutôt que de se mettre au boulot. Il observe la chute d'une pomme, alors que la lune brille dans le ciel, et se demande pourquoi la lune, elle, ne tombe pas. Il en déduit que « Les astres s'attirent de façon proportionnelle au produit de leur masse et inversement proportionnelle au carré de la distance qui les sépare ». *Fastoche.*

GEORGE DE MESTRAL

George menait une existence paisible. Ingénieur en électricité, il ne se tuait pas vraiment à la tâche, préférant les parties de chasse avec son chien aux longues journées de turbin. Il remarqua, en rentrant de la chasse, que des graines de Bardane s'agrippaient à son pull et aux poils de son chien. Il décida de les observer au microscope et de reproduire un tissu avec les mêmes propriétés, et inventa ainsi le Velcro.



FACE À LA PRESSION DU QUOTIDIEN,
LA PROCRASTINATION EST UN
MOYEN DE REPENDRE
LE CONTRÔLE, EN CHOISSANT
DE NE PAS FAIRE AUJOURD'HUI
CE QU'ON EST CENSÉ FAIRE.

DEMAIN, IL FERA JOUR

Puisque j'ai réussi à avoir mes examens, et à finir ce satané dossier, et puisque John Perry a réussi à avoir une carrière exemplaire, la procrastination ne mérite peut-être pas sa réputation. Glandeurs, mal organisés, en manque de confiance en eux...

Les procrastinateurs finissent pourtant toujours par venir à bout de leurs tâches, du moins des plus importantes. Et si les autres tâches n'étaient pas importantes, alors vous avez bien fait de les abandonner. Remettre à demain n'a souvent pas de conséquences, alors pourquoi culpabiliser ?

Dans une société où productivité et efficacité font la loi, reste-t-il de la place pour l'inaction et la rêverie ? Face à la pression du quotidien, la procrastination est un moyen de reprendre le contrôle, en choisissant de ne pas faire aujourd'hui ce qu'on est censé faire.

Elle permet de s'accorder du temps, pour se reposer, pour accomplir d'autres tâches, pour s'évader. Finalement, procrastiner, c'est résister.

— QUEL PROCRASTINATEUR



**PROCRASTINATEUR
PRODUCTIF**

SA DEVISE : TOUT VIENT À POINT...

Pour lui, procrastiner s'apparente à un sport de haut niveau. Il est prêt à tout pour ne pas faire ce qu'il est censé faire, et en devient complètement hyper-actif. Demandez-lui de sortir la poubelle, et il se mettra à trier ses papiers, passer l'aspirateur ou lire un article de fond sur la fusion nucléaire.



**PROCRASTINATEUR
JUSQU'AU-BOUTISTE**

SA DEVISE : NE PAS FAIRE DEMAIN CE QUE
JE PEUX FAIRE APRÈS-DEMAIN

Où quand la procrastination devient une pathologie. Le procrastinateur jusqu'au-boutiste est souvent un glandeur. Si on ne le met pas au pied du mur, il passera son temps affalé sur son canapé, à manger des plats tout prêts, et à regarder des émissions de télé-réalité.

ÊTES-VOUS ? _____



PROCRASTINATEUR DE COMPÉTITION

SA DEVISE : ÇA VA LE FAIRE

Il a tout compris. Il se connaît bien, et a trouvé son équilibre : il ne passera pas plus de temps que nécessaire sur une tâche, et surtout, ne connaît pas la culpabilité.

Du coup, il a l'esprit tranquille, et assume totalement les conséquences de sa procrastination. C'est un champion.



PROCRASTINATEUR INCERTAIN

SA DEVISE : RIEN NE SERT D'ESSAYER

Dans son cas, la procrastination s'accompagne d'un cruel manque de confiance en soi. Ce n'est pas que la tâche qui lui est confiée ne l'intéresse pas, ou qu'il a un poil dans la main, mais plutôt qu'il ne se sent pas capable d'assurer sa mission.

Pour lui, accorder peu de temps à une tâche permet de justifier un travail mal fait.

**JE LUI DIS :
ON S'VOIT
OÙ ?**

**JE LUI RÉPONDS :
DANS L'BUS !**

**Tous vos trajets
BUS et
BATEAU BUS
en illimité**

- ✦ économique
- ✦ flexible
- ✦ responsable

à partir de
14,50 € /mois
JEUNE - DE 26 ANS

**TOULON
PROVENCE
MÉDITERRANÉE**
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION
www.toulon-mediterranee.fr
Région Provence-Alpes-Côte d'Azur

DESIGN BY SPINMAGNET

CINÉMA

SORTIE LE 18/05

JULIETA

De Pedro Almodovar, avec Emma Suarez, Michelle Jenner, Inma Cuesta

Trois ans après la comédie *Les Amants passagers*, Pedro Almodovar est de retour avec un drame. Il y raconte l'histoire de Julieta, professeure de 55 ans, qui cherche à reprendre contact avec sa fille, Antia, partie sans laisser la moindre trace il y a 12 ans. Rongée par un terrible secret, la tension se mêle à des retournements de situation. Pour les fans du réalisateur espagnol, nul doute, foncez !



MARSEILLE

Pour sa première production française, Netflix a choisi la cité phocéenne comme source d'inspiration. Gérard Depardieu alias Robert Taro est maire de Marseille depuis 25 ans. Les prochaines élections municipales vont l'opposer à un jeune loup aux dents longues, interprété par Benoit Magimel. La confrontation, au terme de laquelle un seul pourra sortir vainqueur, sera sans pitié. Des barons de la drogue, des politiciens et autres syndicats présents en toile de fond. Rappelant l'esprit d'*House of Cards*, une série pleine de promesses.



PREACHER

Jésus ! Quel genre de révérend êtes-vous ? Jesse Custer, élevé par sa grand-mère et ses deux sbires sadiques, devient malgré tout un homme d'église dans un coin reclus du Texas. Lorsque son esprit parvient à entendre la voix de Dieu, il décide de partir le traquer sur les routes américaines avec sa petite-amie Tulip et un vampire nommé Cassidy. Issue de la BD du même nom et diffusée sur AMC, à qui l'on doit notamment *Breaking Bad*, *Preacher* est là pour vous révéler les vices cachés de l'Homme.



UN TRAITRE IDÉAL SORTIE LE 15/06

De Susanna White, avec Damian Lewis, Ewan McGregor, Naomie Harris
Durant leurs vacances, Perry et Gail sympathisent avec Dima, un homme d'affaire à la fortune colossale. Celui-ci se révèle être à la tête d'un réseau de blanchiment d'argent de la mafia russe. Menacé de mort, Dima cherche à se rapprocher des services de renseignement britanniques. Devenu malgré eux ses messagers, le couple se retrouve en plein coeur d'une chasse à l'homme meurtrière. Un thriller haletant et énigmatique.



SWISS ARMY MAN SORTIE LE 17/06

De Daniel Scheinert et Dan Kwan, avec Daniel Radcliffe et Paul Dano
Hank n'a plus de raison de vivre. Prêt à se pendre en pleine nature, il renonce de justesse en découvrant un cadavre pour le moins original interprété par Daniel Radcliffe, Harry Potter pour les intimes. Ensemble, ils partent pour un voyage surréaliste où les deux vont devoir faire la paire avec à la clé le véritable sens de la vie. Une comédie fraîchement barrée qui promet au pire de nous faire sourire, au mieux de nous faire rire.



BRAINDEAD

La prochaine série CBS s'entoure d'un voile de mystère. Tout ce qu'on sait, c'est qu'elle sera sacrément barrée ! L'histoire ? Un jeune homme du Congrès Américain décroche son premier job dans l'administration à Washington D.C. Il y découvre rapidement deux choses : le gouvernement a arrêté de travailler tandis que les aliens ont envahi la Terre pour manger le cerveau d'un nombre croissant de membres du Congrès Américain. Mais que fait le FBI ?



SÉRIES

JEU VIDÉO

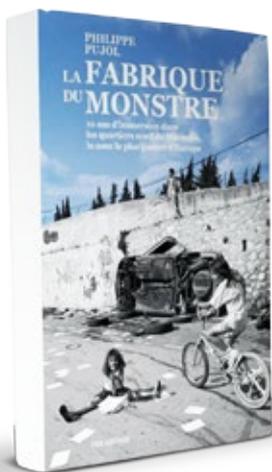
UNCHARTED 4 : A THIEF'S END



Quatrième opus de la saga Uncharted, *A Thief's End* suit une nouvelle fois les aventures périlleuses de Nathan Drake aux quatre coins du monde. Après un accident qui l'a fait devenir inconscient, le célèbre explorateur se retrouve en pleine jungle à la recherche d'une légendaire carte au trésor. Saurez-vous déjouer le complot ? Porté par des graphismes de dingue, un décor réagissant à la moindre de vos actions et un gameplay jouissif au possible, *Uncharted 4* reste une valeur sûre.

LIVRE

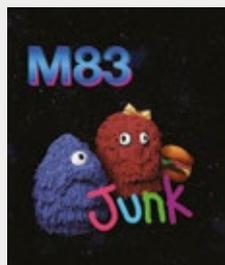
LA FABRIQUE DU MONSTRE



Journaliste marseillais, Philippe Pujol a été récompensé en 2014 du prix Albert-Londres pour sa série d'articles « Quartiers shit » portant sur le trafic de drogue dans les quartiers nord de la Cité Phocéenne. En s'immergeant pendant dix ans pour comprendre ce phénomène, le journaliste explore les différentes facettes du système : grand banditisme, corruption, clientélisme, conflits d'intérêts. Les récits de vie se succèdent, la lecture est fluide et plaisante.

**Un livre loin des clichés.
À ne pas manquer !**

MUSIQUE



M83

• **JUNK**

Le tube stratosphérique *Midnight City* avait mis sur orbite le groupe originaire d'Antibes. M83 est de retour avec un nouvel album aux sonorités électro-pop voluptueuses. Parfait pour décompresser avant un partiel. Fermez les yeux et laissez-vous transporter par leurs mélodies envoiées, à cheval entre les années 1980 - 1990.



MODERAT

• **III**

Modeselektor et Apparat fusionnent de nouveau pour confectionner un troisième album sobrement intitulé III. Symbole incontestable de la musique électro berlinoise, ils ont annoncé l'album avec la sortie du titre *Reminder*, envoûtante ballade jouant sur différents tempos et surfant sur la voix entraînante d'Apparat. Attachez vos ceintures, décollage imminent.



THE KILL

• **ASH & ICE**

Après quatre années passées sous silence, le duo américano britannique conserve son univers sombre et décalé. Pour leur dernier clip, *Doing It To Death*, ils ont décidé d'illustrer leurs paroles par une marche funèbre dans un cimetière. Écoute, une guitare résonne derrière la voix langoureuse de la belle blonde. Hypnotisé, on est prêt à les suivre jusqu'au bout de la vie.



JAKE BUGG

• **ON MY ONE**

Avec ses deux premiers albums encensés par la critique, le songwriter de Nottingham débarque mi-juin avec un nouvel opus qu'il considère comme « un véritable challenge, ce disque c'est le mien ». En écoutant le titre *Gimme the Love*, force est de constater le style très Rock'N'Roll du jeune homme de 22 ans. On vous prévient, il va en faire suer plus d'un pendant les concerts.

CAMPUS



Développement durable : le changement, c'est maintenant !

Il y a quelques mois, les dirigeants de 195 pays ont conclu un accord historique à la COP21 afin de limiter le réchauffement climatique. En attendant que nos représentants politiques se secouent, vous avez l'opportunité de changer les choses grâce à des formations et des métiers liés à l'environnement. Quel sera le visage de la Terre d'ici 50 ans ? Peut-on sauver les meubles et construire un futur qui nous inspire ? Agir localement pour un impact global : des solutions existent ! Magma vous en livre quelques-unes ici.

Texte : Sébastien Roux

TÉMOIGNAGES



CLAIRE ARMAND,
*Responsable des formations
par l'apprentissage de l'IRFEDD*

Chaque année, le CFA Régional des Métiers de l'Environnement et du Développement Durable accompagne de nombreux apprentis, du CAP au diplôme d'ingénieur. Nous leur offrons la possibilité de se spécialiser dans les secteurs clés du développement durable, comme la gestion de l'eau (de la distribution au traitement), la transition énergétique et la gestion des déchets (de la collecte à la transformation des matières). Trois enjeux environnementaux fondamentaux, et qui offrent de nombreux débouchés pour les jeunes générations.



MARIE-JOSÉE PASTOR,
*Directrice des études de l'ENTE
d'Aix-en-Provence*

L'École Nationale des techniciens de l'équipement est un centre de formation du ministère de l'Environnement, de l'Énergie et de la Mer et du ministère du Logement de l'Habitat Durable. Depuis plusieurs années, les enjeux écologiques constituent une dimension à part entière des politiques publiques. L'école a su adapter son offre de formation, notamment à travers l'élaboration et l'usage d'outils pédagogiques tels que le jeu de rôle concertation et développement durable qui font de celui-ci le fil conducteur des formations dispensées à nos élèves.

UN SECTEUR EN PLEINE MUTATION

En prenant conscience de la cause environnementale et de ses multiples enjeux, les pouvoirs publics ont compris que le thème de l'écologie et du développement durable allait devenir prépondérant dans leurs décisions politiques. On respire, on boit, on mange, en gros on vit grâce à notre belle planète... et si pour la remercier on se mettait à son service ?

Les débouchés existent dans de nombreux domaines, appelés à s'adapter aux problématiques écologiques : biodiversité, finance, agriculture, tourisme, énergie, transports, bâtiment...

La liste est longue avec des perspectives encourageantes pour les jeunes. Avec **455 600 emplois à temps plein en 2013**, selon des chiffres, du ministère de l'Écologie, du Développement durable et de l'Énergie, ce secteur devrait atteindre les **600 000 emplois d'ici 2020**.

On vous détaille quatre voies afin de faire votre petit bonhomme de chemin vers cette transition écologique. L'énergie, le tourisme, la recherche ou le management, il y en a pour tous les goûts !



ÉNERGIE

TECHNICIEN ÉOLIEN

NIVEAU D'ÉTUDE : DUT ou BTS

PROFIL ET MISSIONS : Maîtriser la force du vent pour mieux la redistribuer sous forme d'énergie, voilà une noble mission ! L'installation, l'exploitation et la maintenance de ces moulins des temps modernes n'est pas une mince affaire. Travaillant majoritairement sous les ordres d'un ingénieur en génie énergétique disposant d'un Master spécialisé en éolien et solaire, le technicien éolien doit savoir coordonner la technologie des machines en fonction des flux de vent. Des connaissances en énergie électrique ainsi qu'en mécanique hydraulique sont requises, tout comme une forte polyvalence pour exercer ce métier novateur.

> **Salaire net mensuel (débutant) : Entre 1300 et 2000€**



TOURISME

ANIMATEUR NATURE

NIVEAU D'ÉTUDE : Bac+2 à Bac+3

PROFIL ET MISSIONS : Transmettre et partager, voilà ce qui vous guide ! En organisant des sorties et des expositions, votre objectif est de sensibiliser le futur comportement de l'auditoire pour en faire de véritables éco-citoyens. Une forte dose d'imagination et de créativité sont requises, pour proposer des balades originales et ludiques. Avec un public de tout âge, les journées se suivent mais ne se ressemblent pas.

> **Salaire net mensuel (débutant) : Entre 1100 et 1500€**



RECHERCHE

OCÉANOLOGUE

NIVEAU D'ÉTUDE : Bac+5

PROFIL ET MISSIONS : Tel Jacques Mayol dans Le Grand Bleu, vous êtes porté par l'ivresse des profondeurs. En tant que scientifique de haut niveau, vous serez amené à faire des recherches couvrant tous les aspects des océans : mouvements des masses d'eau, biologie animale et végétale, phénomènes littoraux... Mais avant de plonger dans les profondeurs de la mer, il vous faudra un Master en chimie, biologie ou physique et une spécialisation permettant d'apporter une plus-value à la recherche scientifique. Rendez-vous à vingt mille lieues sous les mers !

> **Salaire net mensuel : Entre 1900 et 2500€**



MANAGEMENT

MANAGER DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

NIVEAU D'ÉTUDE : Bac+3 à Bac+5

PROFIL ET MISSIONS : Vous êtes le cerveau du changement écologique dans l'entreprise qui vous embauche. Appliquer sur le terrain votre plan stratégique pour assurer des transformations durables : telle est votre mission ! Attentif aux dernières technologies, vous devrez anticiper les décisions de demain. Une communication à toute épreuve est indispensable pour réussir dans ce domaine !

> **Salaire net mensuel : Entre 4000 et 5500€**

AU BOUT DU MONDE AVEC... LE WWOOFING

Dans chaque numéro, la rédaction vous propose des idées pour s'évader des tracas quotidiens et partir sillonner la terre. Vous n'en pouvez plus du climat oppressant des villes et de leur pollution étouffante ? Vous souhaitez respirer le grand air et cultiver un beau potager comme celui de mamie ? Zen, restons zen : une solution existe... le wwoofing.

• WWOOF : MAIS QU'EST-CE-QUE C'EST ?

Signifiant littéralement « World wide opportunities on organic farms », le wwoofing est une plateforme qui vous met en relation avec un réseau d'agriculteurs bio et de particuliers écolos.

Le concept, apparu en 1971 en Angleterre, est fondé sur les valeurs de partage. En échange de votre aide dans les tâches quotidiennes de l'hôte, celui-ci vous fournit le gîte et le couvert. Durant le séjour, vous apprenez des techniques liées au développement durable tout en découvrant une nouvelle culture et sa vie locale.

• OÙ QU'ON VA ET COMMENT QU'ON FAIT ?

N'importe où ! Avec une centaine de pays ayant leur propre association de wwoofing, vous avez l'embaras du choix. Afrique du Sud, Costa Rica, Portugal, Nouvelle-Zélande: c'est possible. Il suffit d'aller sur le site web international pour être redirigé vers le pays désiré.

▾ www.woof.fr

▾ woofinternational.org

En fonction de votre destination vous devrez payer un certain prix pour entrer en contact avec la liste d'hôtes disponibles.

Parfois gratuit, il faudra généralement déboursier entre 20 et 40€/an pour disposer du réseau. Autant vous dire que ce n'est pas une décision à prendre à la légère. Une fois les contacts pris, il faudra bien discuter avec eux pour être sûr d'être sur la même longueur d'ondes, et éviter les mauvaises surprises.

• AVEC QUEL BUDGET ?

Pensé comme modèle alternatif, le wwoofing exclut tout échange monétaire. Autant vous dire tout de suite qu'on n'y part pas pour gagner de l'argent. Le wwoofing c'est un peu comme une expédition, vous allez sans doute devoir alterner ces expériences avec des jobs rémunérés. Un véritable défi pour ceux qui ont l'âme d'un aventurier.



JOHANN, 23 ANS

Accompagné d'un couple d'amis, je suis parti faire du wwoofing une année complète pour découvrir les grands espaces de la Nouvelle-Zélande. Après avoir terminé ma licence orientée dans l'environnement en 2014, c'était pour moi l'occasion rêvée d'améliorer mon niveau d'anglais tout en ayant une expérience originale. J'ai économisé 3000€ avant le départ, on a d'abord acheté un van et un peu voyagé avant de trouver notre premier wwoofing. Cette première expérience fut laborieuse, le wwoofing c'est avant tout des rencontres humaines et parfois on tombe sur des personnes avec qui le contact passe moins bien. La suite a été différente avec des super moments, j'ai appris la débrouille et à être polyvalent. Entre deux wwoofing j'ai pas mal voyagé et fait des petits boulots rémunérés. Une expérience enrichissante que je vous recommande.

3 BONNES RAISONS D'OPTER POUR FORMAPOSTE

Vous souhaitez faire une formation en alternance pour accélérer votre insertion professionnelle ? Formaposte Méditerranée, centre de formation d'apprentis du Groupe La Poste, propose 13 cursus de formation du bac+2 à bac+5, et de nombreux contrats d'alternance.



LIONEL CLÉMENÇON, RESPONSABLE COMMUNICATION

↳ Pourquoi choisir une alternance avec Formaposte Méditerranée ?

La grande variété de formations disponibles sans aucun doute ! Notre offre, du BTS au master, couvre des domaines professionnels variés tels que la banque, le commerce BtoB, la gestion, la communication, les ressources humaines et le management. Nos formations concourent à une parfaite complémentarité entre théorie et pratique.

↳ On nous parle souvent de la difficulté à trouver un contrat en alternance. En quoi est-ce différent avec Formaposte Méditerranée ?

Nous sommes un CFA d'entreprise, et c'est ça qui change la donne. Cette année, le Groupe La Poste nous réserve 210 contrats. Lorsqu'un candidat dépose un dossier pour une de nos formations, il postule aussi pour décrocher son alternance. Nos futurs alternants n'ont plus qu'à signer leur contrat à la rentrée !

↳ Comment vos alternants sont-ils encadrés ?

Nous assurons un accompagnement individualisé. Chaque alternant dispose d'un tuteur scolaire et d'un tuteur en entreprise, qui se rencontrent régulièrement pour échanger. De plus, des référents Formaposte sont disponibles pour répondre à toutes les questions des alternants, et les remobiliser dans des périodes délicates (examens, évaluations, projet d'entreprise...).



↳ www.formaposte-mediterranee.fr



VOUS VOULEZ UNE FORMATION
QUI A DE L'AVENIR,
REJOIGNEZ-NOUS
EN ALTERNANCE !

MANAGER COMMERCIAL/
MANAGER PRODUCTION H/F

Profil : Vous êtes titulaire d'un diplôme Bac+3 (spécialité commerciale, gestion, logistique, école de commerce ou d'ingénieur) et justifiez d'une expérience professionnelle de 6 mois minimum (y compris vos stages). Vous êtes mobile dans le périmètre Nice/Montpellier.

Diplôme préparé : Master en management de l'IAE de Montpellier.

Pour en savoir plus et pour postuler :
www.formaposte-mediterranee.fr

Région

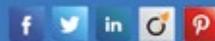


Provence-Alpes-Côte d'Azur

*Conformément aux dispositions légales, pas de limite d'âge pour les personnes reconnues travailleurs handicapés.

AVEC FORMAPOSTE MÉDITERRANÉE, LA POSTE RECHERCHE
DES ALTERNANTS MANAGERS H/F

Avec Formaposte, le centre de formation en apprentissage du Groupe La Poste, vous rejoignez un grand groupe de services et avez l'opportunité d'obtenir un diplôme reconnu grâce à des parcours en alternance variés et complets. L'ambition du Groupe La Poste, devenir Leader européen des services et des échanges, tout en restant fidèle à ses valeurs. Le Groupe La Poste, c'est aujourd'hui plus de 250 sociétés, rassemblant 260 000 collaborateurs. La force du Groupe, c'est vous !



www.laposte.fr/recrute

LE GROUPE LA POSTE



MA VIE

À CAPE TOWN

AFRIQUE DU SUD



ALICE, 23 ANS
BACHELOR PRODUCTION
AUDIOVISUELLE

↘ Où habites-tu ?

En Afrique du Sud, à Cape Town dans le quartier étudiant Observatory depuis Novembre 2016. Je vis dans un appartement en colocation, nous sommes 10 en tout (oui oui nous avons un grand appartement) et il y a une bonne ambiance.

↘ Pourquoi es-tu partie là-bas ?

D'abord pour mes études, ensuite parce que je voulais faire une année dans un pays anglophone, et enfin parce que j'étais déjà venue une fois en vacances avec ma famille. Et je dois dire que je suis tombée amoureuse de ce pays !

↘ Qu'est-ce que tu fais comme études ?

Je fais un « Higher Certificate in digital film production » dans une école internationale qui s'appelle SAE Institute. L'école dispose de campus un peu partout dans le monde mais si vous êtes intéressés par ce genre d'étude je vous conseille le campus de Cape Town vous ne serez pas déçu ☺

↘ Raconte-nous une « journée-type » ?

Je ne pense pas qu'on puisse parler de « journée type » à Cape Town car il y a toujours quelque chose de nouveau à faire. Globalement, je vais en cours (entre 2h et 5h/j), je bosse un peu chez moi, ensuite je vais faire un tour en ville (voir une exposition, prendre des photos ou boire un verre avec des amis). En début de soirée je vais faire du sport et enfin je rentre manger et prendre l'apéro avec mes colocs.

↘ Comment occupes-tu tes week-ends ?

À Cape Town il y a toujours un événement différent, alors les week-ends sont assez mouvementés ! Pour les soirées chill : le Stones à Observatory, un bar ambiance musique rock, bière et billard. Pour les soirées jusqu'au bout de la nuit : Long Street, la rue qui regroupe tous les clubs et qui ne s'arrête jamais de vivre... Par contre gare à vos téléphones.

↘ Quel temps fait-il en ce moment ?

En ce moment c'est l'été ici donc il fait très chaud. Cependant Cape Town est LA ville

mondiale du vent ! Ça ne s'arrête jamais, imaginez le mistral non-stop et vous vous approcherez de la vérité. ^^

↘ Qu'est-ce qui t'as le plus surpris à ton arrivée ?

C'est qu'on ne cesse jamais d'en prendre plein les yeux. Vous savez ce regard des enfants au matin de Noël ? Eh bien ici c'est comme ça tout le temps depuis que je suis là. Je ne cesse de découvrir des endroits fabuleux et de rencontrer des gens extraordinaires.

↘ L'expression « locale » que tu utilises le plus ?

« Shame » ou « That's a shame » Littéralement, on traduirait ça par « la honte » mais ici c'est utilisé un peu à tort et à travers. Par exemple on vous renverse un verre dessus votre copine vous dira « Oh ! Shame ». Idem si vous loupez le bus...

↘ Ton plat préféré ?

Je n'ai pas vraiment eu l'occasion de goûter des plats locaux par contre la viande d'autruche (qu'on trouve partout dans les supermarchés) est excellente !

Texte & photos : Alice Gil

LA BOÎTE À OUT'

DEVIENS LE MASTER DES DESIGNERS AVEC CANVA

Vous n'avez pas envie de vendre un rein pour vous payer les 20€ d'abonnement étudiant mensuel de la suite Adobe ? Mais vous voulez quand même en jeter plein la vue lors de vos passages à l'oral ou quand vous envoyez des docs ? Alors Canva est fait pour vous ! Création de présentation, poster, CV original, cover Facebook et bien plus encore : tout est disponible en templates. On vous donne trois raisons pour mettre Canva dans votre petite boîte à outils du parfait étudiant.

> Moins chère que pas chère !

En vous inspirant des différents visuels disponibles, devenez le créateur de contenus originaux. Certains pré-designs et autres logos sont disponibles en déboursant 1\$, mais honnêtement, on en a déjà largement pour son compte avec la version gratuite.

> Une prise en main hyper simple

L'ergonomie du site repose sur une palette d'outils à votre gauche et sur le visuel du document à votre droite. Des catégories pertinentes et la possibilité d'incorporer vos images : il y a tout c'qui faut !

> Et en plus c'est beau

Bon ok, un minimum de bon goût et de bon sens sont nécessaires pour épater votre audience. On peut s'inspirer de leur blog qui propose un tas d'exemples pour s'améliorer. Et puis, quand on passe du temps sur quelque chose, ça devient forcément beau, non ?



↳ Essaye dès maintenant sur : www.canva.com

BIENVENUE À L'ÉCOLE DE L'ACTEUR THÉÂTRE ET CINÉMA

Une école d'un nouveau genre parrainée par Jean Perimony est née à Aix-en-Provence. Ici, théâtre et cinéma sont enseignés à part égales. Le point fort de l'école: l'enseignement est avant tout axé sur le corps et non sur le texte. Car l'art de la comédie, c'est avant tout l'art du ressenti.



À l'école de l'acteur, la première année est consacrée aux techniques de l'Art dramatique que ce soit sur scène ou face caméra, sans finalité de productivité. Au programme : mime corporel, placement de la voix, chant, diction et découverte des techniques de tournage (plans, montage, prise de son), sans oublier la littérature et l'histoire du cinéma et du théâtre.

La deuxième et la troisième année s'articulent autour de projets de création et de réalisation, de stages et Master class menés par des grands noms du théâtre et du cinéma (la dernière en date était assurée par Carlo Brandt, figure emblématique du Théâtre de la Colline, également aperçu dans la série Kaamelot dans le rôle de Méléagant).

Et pour conclure leurs études en beauté, les comédiens partent lors de la quatrième année en tournée sillonner l'Hexagone. Cela afin d'offrir au public et aux professionnels un spectacle et un court métrage de leurs créations, le tout en étant rémunérés. The show must go on !



↳ www.lecoledelacteur.com

AGENDA



VOUS PRÉSENTE
LES IMMANQUABLES
DE LA SAISON



DU 04/05 FESTIVAL CROSSOVER AU 08/05 Divers lieux - Nice

Pour sa 8^e édition, le festival Crossover va propager ses bonnes ondes sur la French Riviera ! The Shoes, Alpha Wann, Salut c'est cool, Infected Mushroom...Préparez-vous à cette folle semaine !

DU 31/03 AU 18/09

Nice
Musée National
du Sport

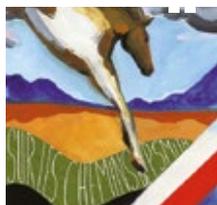


GOOAL !

Devant votre télé ou au musée, faites parler votre passion du ballon rond à l'occasion de l'Euro 2016. Plongez dans cette galaxie européenne du football en (re)découvrant les matchs et les équipes qui l'ont fait rayonner.

VENDREDI 14/05

Nice
Salle Pierre Brasseur
Concert



SUR LES CHEMINS DE PATTI SMITH

Un hommage à la Pythie du rock new-yorkais : entre littérature et musique. Prêts à voyager à travers les grands espaces américains ?

DU 11/05 AU 22/05

Cannes
Palais des Festivals
Cinéma



FESTIVAL DE CANNES

Durant la quinzaine du plus grand festival de cinéma au monde, strass et paillettes s'installent sur la croisette. En plus du traditionnel défilé de stars sur le tapis rouge, n'oubliez pas les nuits blanches sur la plage !

VENDREDI 20/05

Toulon
Théâtre Liberté
Concert



JEFF MILES ET MIKHAIL RUDY

Le sorcier Jeff Miles revient vous hypnotiser par ses sons électro. Accompagné du talentueux pianiste Mikhail Rudy, ce concert vous promet une performance visuelle et auditive à couper le souffle.



DES PLACES À GAGNER :
EXPOS, CONCERTS ET
SPECTACLES SUR
MAGMALEMAG.COM



06/05
**SALUT C'EST COOL, RED AXES,
INFECTED MUSHROOM**
CONCERT - chantier du sang neuf, Nice



10/05
MALANDAIN BALLET BIARRITZ
DANSE - Théâtre en Dracénie,
Draguignan



12>14/05
**CHEAP & CHIC - VIDE DRESSING
SHOPPING** - Galerie NO/ID, Toulon



>22/05
**FESTIVAL INTERNATIONAL DE LA
MODE ET DE LA PHOTOGRAPHIE**
FESTIVAL - Villa Noailles, Hyères



>22/05
DE WARHOL À BASQUIAT
EXPO - Musée De Vence



03>06/06
FESTIVAL MIDEM
Palais des Festivals, Cannes



25/06
FESTIVAL JAZZ À L'ENCLOS
Jardin de l'enclos, Saint Maximin



25>26/06
**WOW CREATIVE MARKET
GARDEN PARTY**
SHOPPING - Parc Cravéro, Le Pradet

DU 20/05
AU 21/05

Nice
Théâtre de Verdure
Festival



FESTIVAL BLACKOUT COLORFUL

C'est un raz-de-marée flashy et sonore qui vous attend ! Après une édition 2015 sold out, deux soirées vous sont proposées. Prêts à ressortir de là complètement multicolore ?

MARDI
24/05

Nice
Parc des Sports
Charles Ehrmann



COLPLAY

Le mythique groupe britannique revient sur la Côte d'Azur présenter son nouvel album *A Head Full of Dreams*. Un album radicalement différent du précédent, et le dernier du groupe selon les rumeurs... Une occasion à ne pas manquer !

MERCREDI
25/05

Nice
Comédie de Nice
Spectacle



MATHIEU MADENIAN

Avec son nouveau one man show *En état d'urgence*, l'humoriste se confie sur absolument tout et n'importe quoi. Sa désinvolture nous fait toujours autant sourire, on est prêt à rire à gorge déployée.

DU 02/06
AU 30/06

Toulon
Divers lieux
Spectacles



HORS LES MURS

Profiter de l'été en plein cœur du centre ville toulonnais, voilà ce que vous propose le Liberté, scène nationale de Toulon. Des animations culturelles et gratuites en plein air, avec les yeux tournés vers la Méditerranée.

DU 03/06
AU 04/06

Seyne-sur-Mer
Esplanade marine
Festival



COULEURS URBAINES

Cette année encore, portées par des rythmes reggae, les plages vont vibrer du côté de la Seyne-sur-mer. La Jamaïque n'aura jamais été aussi proche de la France ! On ferme les yeux et on s'évade.

DU 23/06
AU 24/06

Antibes
Amphithéâtre du Fort
Carré - Festival



LES NUITS CARRÉES

Ce n'est pas un, ni deux, ni même trois mais bien quatre grands noms que les Nuits Carrées vont accueillir ! Chinese Man, Oxmo Puccino, Breakbot et General Elektrik : que du beau monde pour deux soirées d'exception.

hors les murs!
Toulon centre-ville
du 2 au 30 juin

gratuit

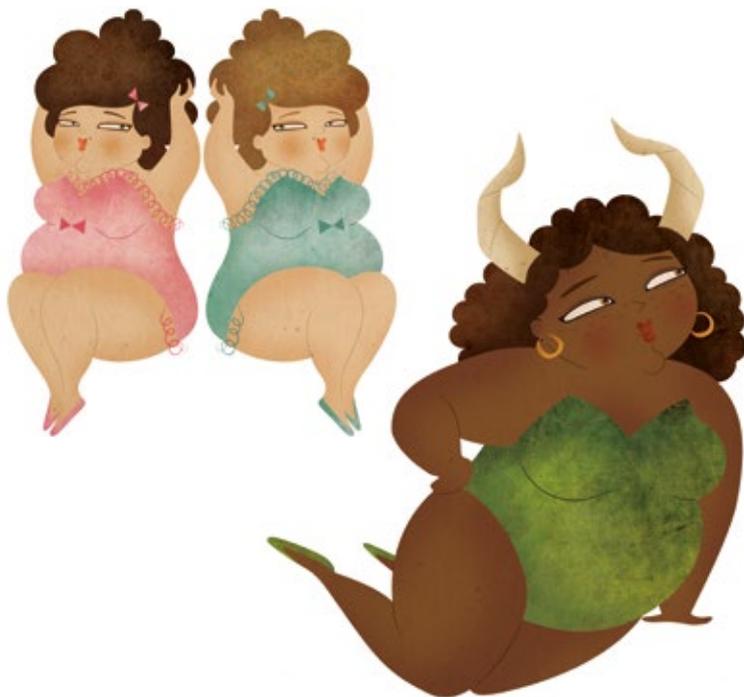
SCÈNE
NATIONALE
LE LIBERTÉ

TOULON

*Cinéma
en
plein air*

*Arts
de la rue*

Musique



| GÉMEAUX |

AMOUR : Pour l'instant vous faites un break !

FORME : Marchez plus.

TRAVAIL : Vous ronronnez...

LE TOP + : Ne vous contentez pas de bonnes résolutions ; mettez-les en pratique.

| TAUREAU |

AMOUR : Vous êtes aux petits soins et c'est très bien !

FORME : Attention à vos reins : buvez plus.

TRAVAIL : Plus de responsabilités à venir.

LE TOP + : Pour avancer, il faudra éviter de vous éparpiller et vous recentrer sur un objectif précis.

| **BÉLIER** | **Amour :** Ne vous obstinez pas.
Forme : L'achat d'un vélo c'est le top !
Travail : Dur dur. La sortie du tunnel n'est pas loin.

| **CANCER** | **Amour :** L'herbe est plus verte ailleurs. **Forme :** Occupez vous de vous.
Travail : Une belle proposition !

| **LION** | **Amour :** Ne continuez pas avec cette attitude. **Forme :** Trop de stress... Essayez de vous détendre. **Travail :** Vous en faites trop !

| **VIERGE** | **Amour :** Cette relation vous va si bien. **Forme :** Boostez votre moral.
Travail : Concentrez-vous plus sur vos dossiers.

| **BALANCE** | **Amour :** Vous en distribuez à tout va... **Forme :** Super, vous changez d'hygiène de vie. **Travail :** Tout roule...

| **SCORPION** | **Amour :** Vous vous consacrez à votre famille. **Forme :** L'activité artistique vous redonne du PEPS. **Travail :** Vous vous laissez porter, prenez davantage d'initiatives.

| **SAGITTAIRE** | **Amour :** STOP à la jalousie !
Forme : Bronches fragiles. **Travail :** Vous gagnez la bataille sans difficulté.

| **CAPRICORNE** | **Amour :** Le grand soleil.
Forme : La sphère ORL est à surveiller.
Travail : La branche commerciale vous séduit.

| **VERSEAU** | **Amour :** Le grand amour se cache bien. Mais pas pour longtemps.
Forme : Beau fixe. **Travail :** le bout du tunnel arrive. Courage...

| **POISSONS** | **Amour :** Toujours entre deux eaux... il faudra bien choisir !
Forme : Le soleil, ce beau remède.
Travail : Oui, je sais c'est pas définitif. Continuez.



Illustration, Aurélie Vitali

« Passionnée d'illustration et amoureuse du papier, c'est avec un grand plaisir que j'ai réalisé cet horoscope pour ma seconde participation à ce super magazine. » Pour suivre toutes ces petites pensées créatives, rendez-vous à cette adresse : aurelievitali.blogspot.com

Du 3 au 27 mai 2016



OUVERT POUR INVENTAIRE

ARCHIVES
MUNICIPALES
DE NICE
PALAIS DE MARBRE
7/9 AVENUE DE FABRON - NICE



LA VILLE DE NICE PRÉSENTE

NICE JAZZ FESTIVAL

depuis 1948

DU 16 AU 20 JUILLET 2016

THÉÂTRE DE VERDURE - PLACE MASSÉNA

**Melody Gardot Massive Attack Robert Plant
& The Sensational Space Shifters Ibrahim Maalouf
Youssou N'Dour Abdullah Ibrahim Parovoz Stelarc George Clinton
Scofield-Mehldau-Guiliana Snarky Puppy The Cinematic Orchestra Brigitte
Avishai Cohen Deluxe Hyphen Hyphen Steps Ahead Reunion Laura Mvula
Guts Live Band Cory Henry Tiggs Da Author Becca Stevens Yaron Herman
& Ziv Ravitz Gallant James Hunter Con Brio Leyla McCalla Daniel Freedman
The London Community Gospel Choir Géraldine Laurent Nicolas Viccaro Spirale Trio**

www.nicejazzfestival.fr

LE FIGARO



sacem



VILLE DE NICE