



EN UKRAINE,
Daryna a fait sa rentrée
malgré la guerre



UN JEU de stratégie
pour devenir le meilleur
chat charpentier du Japon



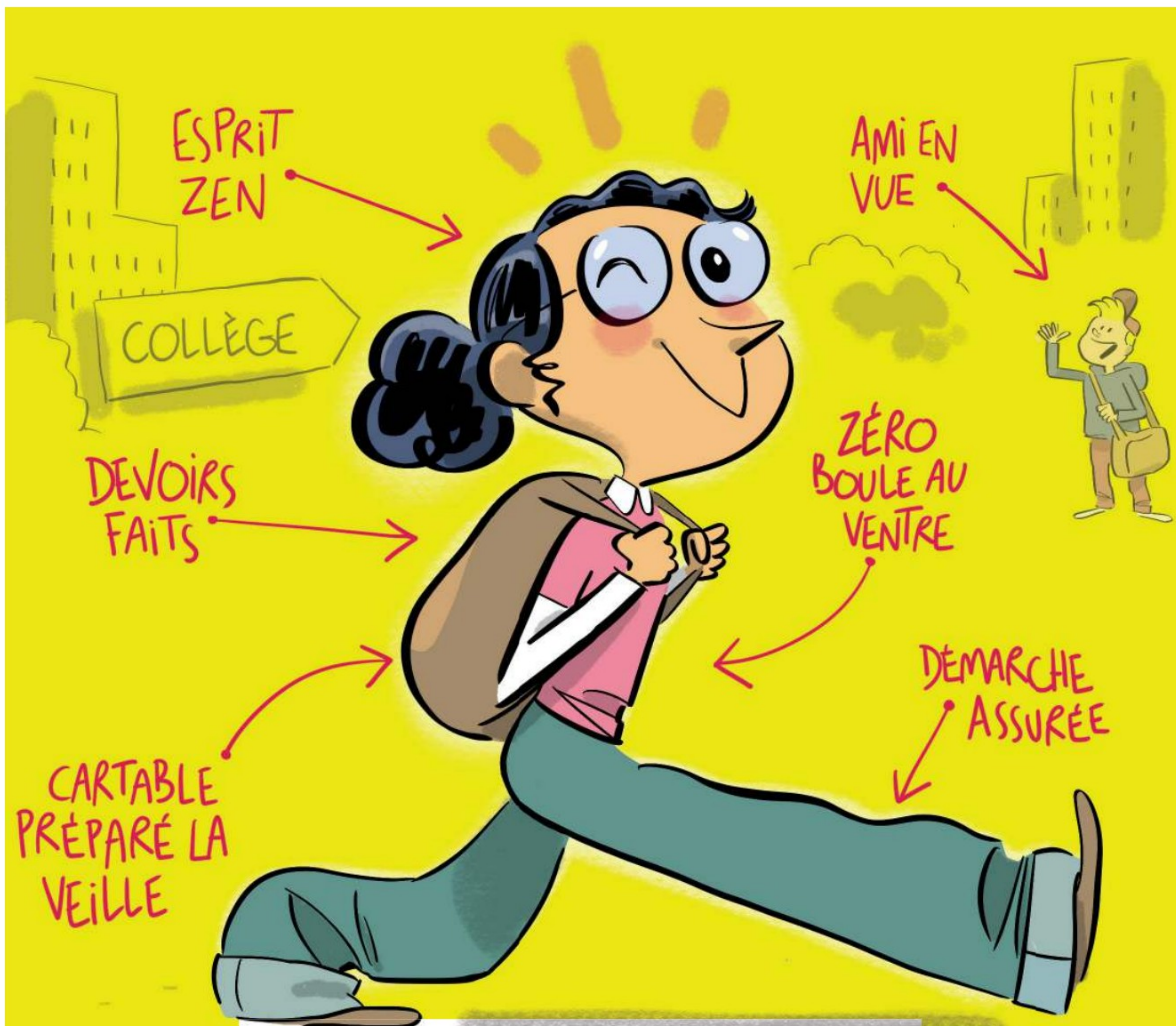
« J'aimerais que mes
parents me laissent
VOIR UNE PSY »

IPG

N°74

SEMAINE DU
9 SEPTEMBRE
2026 / 2,95 €

Le Monde des **ADOS**



VOS MEILLEURES ASTUCES
ET DES CONSEILS DE PROS
**POUR UNE ANNÉE
SANS PRESSION**

Encore +



ACTU



CULTURE



PERSO

sur lemondedesados.fr et sur WhatsApp





Le sondage

Le bon moment

Fin août, on vous avait demandé sur notre chaîne WhatsApp si vous vous sentiez prêt·es pour la rentrée. Vous aviez été plus de la moitié à nous répondre : « Pas du tout, laissez-moi profiter des derniers jours de vacances ! » On a donc respecté votre souhait... Mais maintenant que la rentrée est derrière vous, on s'est dit que vous auriez besoin de quelques conseils pour que cette année se passe au mieux. Merci aux nombreux·ses ados qui ont participé à notre appel à témoignages !

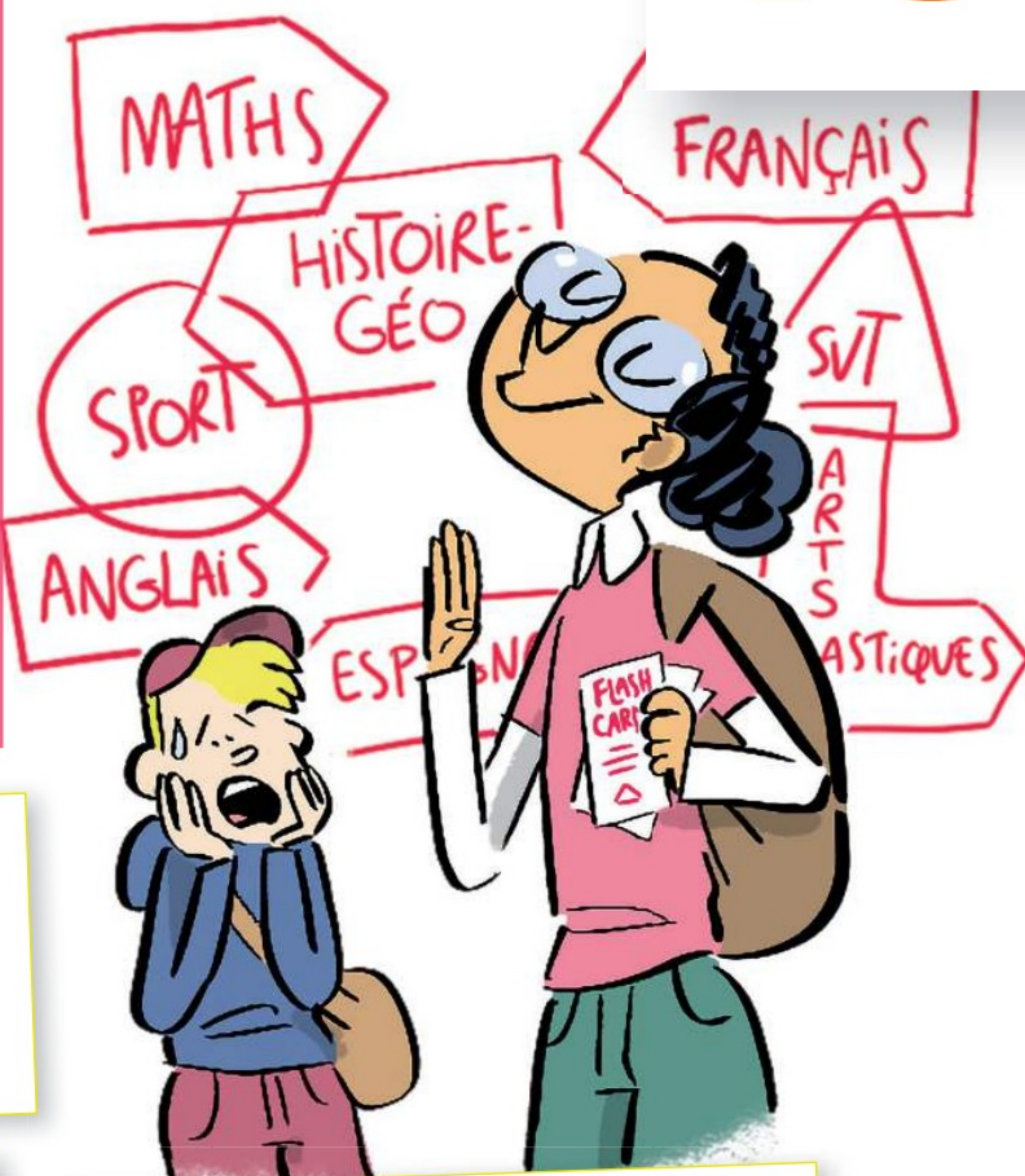


Ça va être incroyable !

Apprends à apprendre...

CETTE

TU

Textes par la rédaction
Illustré par Jérôme Sié

CHERCHE DES OUTILS

« Ça m'arrive d'utiliser le site Afterclasse quand mes cours ressemblent à du chinois (en général pour moi : la physique-chimie et les maths). Il y a aussi Kartable et Maxicours. Certains sont payants, mais c'est très pratique. » Anonyme

PARTICIPE !

« Participe en classe. Ça permet d'éviter de s'ennuyer et, en plus, on apprend plus facilement. Comme de toute façon, on est obligé·es d'aller en cours, autant que ce soit utile. » Clémentine

RELIS TES COURS

« J'ai toujours été assez assidue dans mon travail. Voici mes méthodes : d'abord, relisez vos cours à la fin de la journée (pas forcément apprendre, relire, ça suffit). Ensuite, faites-vous des "fiches mémo" ou "flashcards" avant chaque évaluation ! » Tia

ANNÉE, GÈRES !



UTILISE DES MÉTHODES ORIGINALES

« Quand on a du mal à se concentrer pour les devoirs, je pense qu'il faut utiliser tous ses sens. Par exemple, réviser un thème par endroit de la maison : les dates de la Révolution française dans la cuisine (pour associer ces dates aux odeurs ou aux couleurs de la pièce), les fleuves en Europe dans le jardin ; la reproduction des végétaux dans la salle de bains... » Yanaëlle

L'entrée en 6^e, le choix de la LV2, les devoirs, les contrôles, l'orientation...

Ça fait beaucoup ? Pour réussir ton année au collège, lis tous nos conseils sur les meilleures façons d'apprendre... et de te détendre !



Un concours d'excellence

Après les lycéen·nes, c'est au tour des collégien·nes d'avoir leur concours d'excellence. Si tu le souhaites, en 3^e, tu pourras démontrer ton talent dans l'une de ces matières : mathématiques et sciences ; français et culture générale ; histoire-géographie ; arts plastiques ; informatique, technologie et numérique. Les épreuves écrites (2 h 30) auront lieu en janvier et la cérémonie de récompenses, au printemps. Chaque établissement scolaire devra inscrire autant de filles que de garçons !



PRENDS UN TEMPS D'AVANCE

« Le conseil le plus précieux que je peux donner est de faire ses devoirs le jour où ils ont été donnés, pour toujours avoir un temps d'avance. Aussi, préparer ses affaires le soir pour le jour suivant est idéal pour être mieux organisé·e. »

Victoire

ASTUCES BONUS

Le conseil d'une psy Fais des ponts entre les cours et la vie réelle. Applique par exemple les conseils de l'analyse de texte à ta chanson de rap préférée. La Seconde Guerre mondiale est au programme ? Regarde les films cultes sur ce sujet.

Le conseil d'une prof Pour t'habituer à participer, repère d'abord avec quel·les professeur·es tu te sens plus en confiance. Et lance-toi. Même si tu dis que tu n'as pas bien compris, ou si tu te trompes, sache que tu ne gênes ni ton prof ni tes camarades. Au contraire, tu les aides.

Le conseil de la rédac Passe en mode avion ou laisse ton téléphone dans une autre pièce quand tu fais tes devoirs. Recevoir une seule notification brise instantanément ta concentration et demande plus de 20 minutes à ton cerveau pour retrouver le niveau d'attention qu'il avait avant.

... et reste détendu-e



Contre les violences sexistes et sexuelles

Depuis trois ans, chaque collégien-ne doit répondre au mois de novembre à une enquête anonyme sur le harcèlement. Cette année, on te distribuera en même temps un questionnaire qui te permettra de signaler des violences sexistes et/ou sexuelles (VSS). Il sera lui aussi anonyme. Mais tu pourras écrire tes nom et prénom si tu as besoin de parler à un-e adulte de confiance pour être aidé-e. Dans une classe, deux à trois élèves seraient victimes de VSS.

METS UNE BONNE AMBIANCE

« Ce qui m'a aidée à passer une bonne année, c'est de créer tout de suite du lien avec la classe et mettre une bonne ambiance... sans se mettre la pression. » Morgane

PASSE DES WEEK-ENDS TRANQUILLES

« Le week-end, il ne faut pas trop se prendre la tête avec les devoirs et plutôt s'organiser afin de voir ses ami-es et sa famille. Histoire de décompresser. » Emma

ASTUCES BONUS

Le conseil de la psy Quand tu sens le stress monter, n'hésite pas à te poser pour faire un exercice de respiration. Inspire par le nez pendant cinq secondes, expire par la bouche cinq secondes. Répète l'exercice cinq minutes. Si tu te sens mal dans ta peau, ne garde pas tout

en toi. Parles-en à un-e adulte de confiance : un éducateur sportif, ta CPE ou un surveillant, la prof documentaliste, l'infirmier scolaire...
Le conseil de la rédac Inscris-toi au club journal ou manga du collège, à la chorale ou aux échecs. Cela te permettra de te changer

les idées et de rencontrer d'autres élèves, qui seront peut-être de nouveaux-elles ami-es !

Tu peux aussi faire du sport avec l'AS : c'est pas cher, ça rentre facilement dans ton emploi du temps... et tu pourras même passer devant à la cantine !





OSE DEMANDER DE L'AIDE

« N'hésite pas à demander de l'aide et à être sympa. Ça donnera toujours plus envie aux autres d'être sympa avec toi. » Clémentine

ENTOURE-TOI DE TA BANDE

« Déjà, je te conseille d'avoir une bonne bande d'amis-es, dans laquelle tu te sens bien. » Loan

SOIS PRÉVOYANTE

« Un petit conseil pour les filles : prenez dans une petite pochette dans votre sac deux ou trois serviettes hygiéniques pour éviter d'avoir des fuites ou que vos règles vous surprennent en pleine journée. »

Chloé

6^E – BIENVENUE AU COLLÈGE !

Ton·ta prof principal·e est l'adulte sur qui tu peux compter. N'hésite pas à lui poser des questions. Son rôle ? T'aider et t'orienter vers la bonne personne.

5^E – TU VAS DÉCOUVRIR UNE NOUVELLE LANGUE

Mets le paquet sur le vocabulaire. Dans un répertoire, note les mots que tu ne connais pas et cherches-en la définition. Et si tu te préparais un séjour à l'étranger ?

4^E – À TOI DE TROUVER TON PROCHAIN PROJET

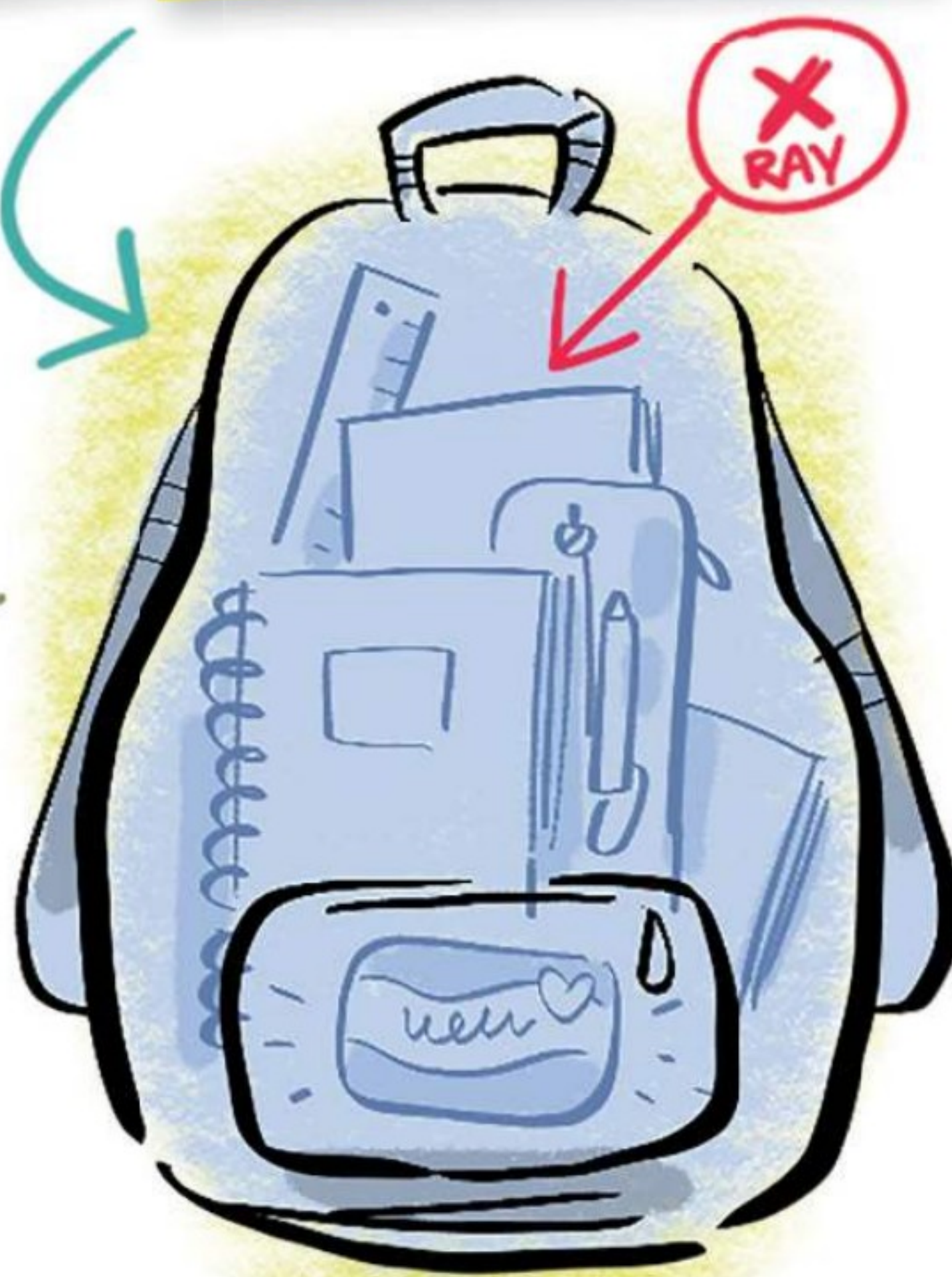
Profite de cette année moins chargée pour t'investir dans la vie du collège : journal de l'école, atelier de recyclage... Bonne nouvelle : tu vas aussi devenir un·e pro dans la gestion de ton budget avec les cours d'« Educfi » !

3^E – PRÉPARE DÉJÀ TON AVENIR (ET LE BREVET !)

Cherche dès le début de l'année où faire ton stage d'observation. Interroge tes proches sur leur vie professionnelle. Demande-toi quels sont tes matières et tes loisirs préférés. Tout cela t'aidera à choisir ta voie.

ALLÈGE TON SAC

« Je conseille de ne prendre que des cahiers de 48 pages, car même si certain·es profs demandent des cahiers de 96 pages, beaucoup comprennent que cela nous permet d'avoir un sac moins lourd. Il faut aussi éviter de prendre des choses inutiles, comme sa trousse de feutres quand on n'a pas arts plastiques, ou sa calculatrice quand on n'a pas maths. » Yanaëlle





par **Lise**
(rédac chef)

C'est reparti !

Cette fois-ci, ça y est, l'**année scolaire** a commencé. Tu as découvert ta nouvelle classe, tes profs, ton emploi du temps, peut-être une nouvelle matière ou un nouveau club. Maintenant, il va falloir tenir le **rythme** ! Et c'est précisément pour ça que nous avons rassemblé toute une série de conseils qui te seront utiles pour apprendre sereinement et passer une bonne année, **sans te mettre la pression** (p. 2). Autre option : tu démarres ton hebdo par la fin ! Sur la dernière page, un test te permettra de savoir si tu as réussi **tes premiers jours** au collège. Dans ce numéro, on a aussi choisi de te parler de la rentrée autrement, en allant jusqu'en Ukraine, où les ados de ton âge continuent à **étudier** malgré la guerre. Nous avons suivi Daryna, 16 ans, qui a repris les cours près de Kyiv (*lire en face*). La capitale est sous alerte constante. Mais la peur n'empêche pas la jeune fille d'avoir des préoccupations proches des tiennes. Un exemple ? Elle nous a confié qu'elle aurait « **préféré rester en vacances** ».

Si tu veux suivre l'actu au quotidien

Rendez-vous sur notre site lemondedesados.fr ou télécharge notre appli : elle est gratuite !

Une publication du groupe
**UNIQUE
HERITAGE
MEDIA**



ACPM

Le Monde des ados est édité sous licence Le Monde par Unique Heritage Presse SAS, au capital de 496 533,60 €. SIREN 338 412 463 RCS Paris. Adresse : 141, boulevard Ney - 75018 Paris. Président et directeur de la publication : Emmanuel Mounier. Directrice Média Editing : Sandrine Canale. Directeur artistique de la nouvelle formule : Jean-Marie Lambert. Rédactrice en chef : Lise Martin. Cheffe de rubrique actu : Alexandra Da Rocha (01 59 06 92 30). Cheffe de rubrique culture : Charline Cœuillas (01 59 06 92 33). Rédacteur : Issa Sedraoui Cochet. Secrétaire de rédaction : Marine Deperne. Première rédactrice graphiste : Delphine Trichon. Iconographe : Stéphanie Druelle. Contacts : prenom.nom@uniqueheritage.fr **Site Internet** : www.fleuruspresse.com Ont collaboré à ce numéro : Swali Guillemant, Christine Lamiable, Corentin Paillassard, Adélaïde Robault, Clément Rouget, Cerise Sudry-Le Du. Photos d'illustration © Shutterstock ; personnages QR codes © Fleur de Mamoot. **Relations abonnés** : Vivetic - **Service Fleurus Presse** - 127, rue Charles Tillon - CS 80021 - 93308 Aubervilliers Cedex, tél. : 01 87 64 05 32 (9 h-19 h, du lundi au vendredi, 9 h-14 h le samedi), relation.abo@fleuruspresse.com. Pour la Belgique : Edigroup, tél. : 070 233 304, abonne@edigroup.be. Pour la Suisse : Edigroup, tél. : 022 860 84 01, abonne@edigroup.ch. Pour le Canada Fleurus Presse : Express Mag, expressmag@expressmag.com. Relations collecteurs/libraires/écoles : tél. : 01 87 64 05 34, relation.partenaire@uniqueheritage.fr. Tarif d'abonnement France 1 an (44 n°) : 99 €. Gestion des ventes au numéro (réservé aux dépositaires et aux marchands de journaux) : Isabelle Alliaume (Directrice des ventes et du réseau), diffusionmdj@uniqueheritage.fr. Distribution : MLP. Sandrine Diers (Directrice des abonnements et du e-commerce). Publicité : 01 87 15 42 39. Marion Stastny (Directrice marketing, partenariats et business development), Patricia Danan (Directrice de publicité), Barbara Valdès (Directrice de clientèle). Fabrication : Creatoprint. Tél. : 06 71 72 43 16. Imprimerie : Imprimé en France par IPS - Route de Paris 27120 Pacy-sur-Eure. Papier : origine Allemagne, taux de fibres recyclées : 100 %, eutrophisation : Ptot 0,002 kg/tonne. Commission paritaire 0428 C 82964. ISSN 1773-3014. Dépôt légal à parution. Périodicité : hebdomadaire. Loi n°49-956 du 16 juillet 1949 sur les publications destinées à la jeunesse. Tous droits de reproduction réservés sauf autorisation écrite préalable © Le Monde des ados. Les coordonnées de nos abonnés sont communiquées à nos services et aux organismes liés contractuellement au Monde des ados, sauf opposition écrite. Les informations pourront faire l'objet d'un droit d'accès et de rectification dans le cadre légal.



Le Monde des **ADOS**

**1 an - 44 numéros
+ 2 hors-séries
+ accès VIP lemondedesados.fr**
pour 99 € au lieu de 164,70 €
soit 40 % de réduction ⁽¹⁾

Abonnez-vous
simplement
SCANNEZ-MOI !

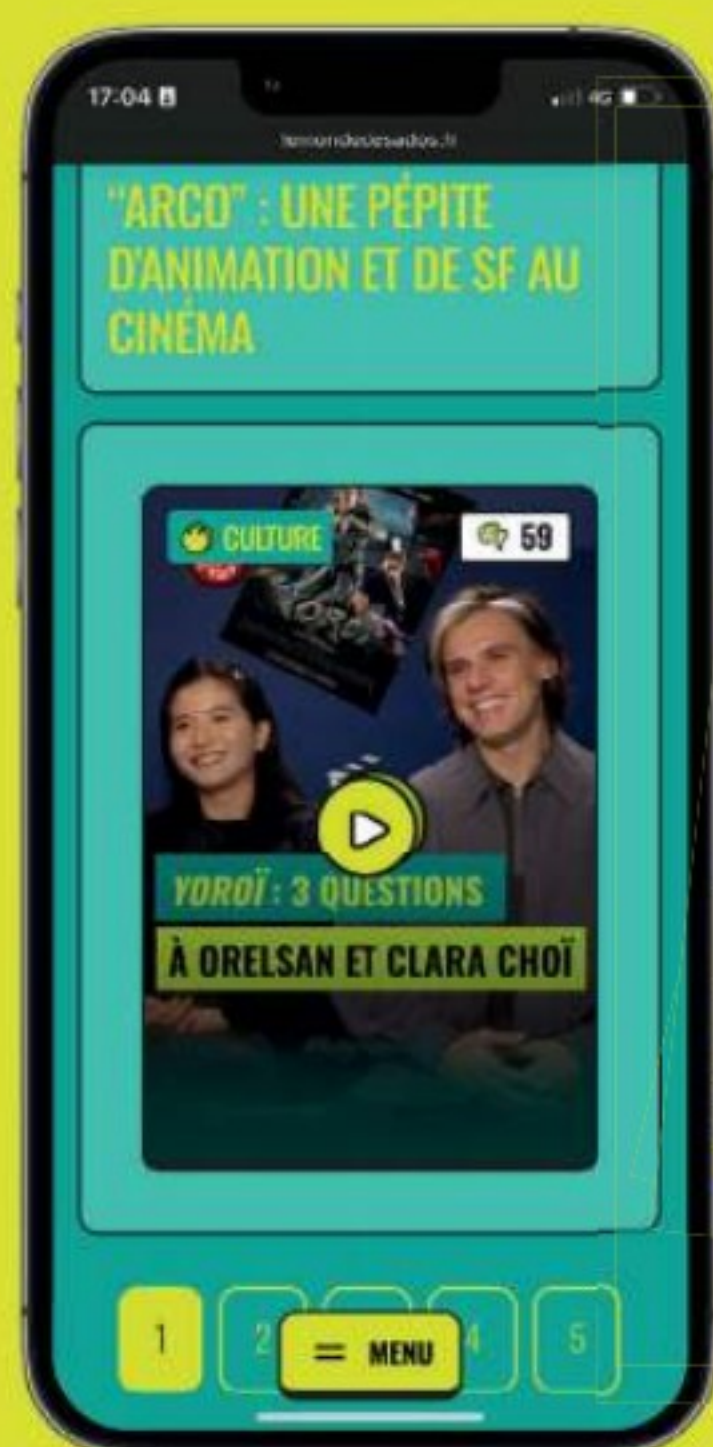
Ou sur fleuruspresse.com
avec le code **XADO26W**



OU

PAR TÉLÉPHONE
01 87 64 05 32

Du Lundi au Vendredi de 09h00 à 19h00
et le Samedi de 09h00 à 14h00



(1) La remise est calculée par rapport au prix de vente au numéro + frais d'expédition.

*Offre valable jusqu'au 31/12/2026 en France métropolitaine. Pour toute souscription via carte bancaire la durée d'abonnement est d'un an tacitement renouvelable. À l'issue de la 1^{re} année et à défaut de résiliation de votre part, votre abonnement sera tacitement reconduit au prix initial de souscription (hors promotion éventuelle obtenue lors de la souscription), sauf si vous changez de formule et/ou de magazine, et pour une durée de 12 mois. Vous disposez d'un droit de rétractation de 14 jours à réception du 1^{er} numéro. Pour le faire valoir, il suffit de contacter le service clients à l'adresse relation.abo@fleuruspresse.com. Celles-ci pourront être transmises à d'autres organismes (presse, tourisme, etc.). En cochant cette case ☐, je m'oppose à la transmission de mon adresse aux partenaires d'UHP à des fins de prospections. Conformément au Règlement Général sur la Protection des Données n° 2016/679 du 27 avril 2016 et à la loi informatique et libertés n° 78/17 modifiée du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, de portabilité, de limitation des traitements de vos données ainsi qu'un droit à la « mort numérique ». Ces droits peuvent être exercés, à tout moment, par courrier électronique adressé à relation.abo@fleuruspresse.com ou à dpo@uniqueheritage.fr. Unique Heritage Presse - RCS Paris 338 412 463. Siège social : 141, bd Ney - 75 018 Paris

En Ukraine, LA RENTRÉE au son des sirènes

Daryna, 16 ans, a fait son retour à l'école à Irpin, près de Kyiv. Une journée « presque » comme les autres, dans une ville qui vit pourtant au rythme des alertes.

Texte et photos par **Cerise Sudry-Le Dû**



Lis son interview
sur le site !

La prof passe dans les rangs avec une boîte en plastique. Sans broncher, les élèves y déposent leur téléphone portable. Ici, c'est la règle, «sinon, à chaque minute, ils ont envie de le prendre pour jouer ou s'écrire des messages», explique Inna Zinchenko, la directrice de l'Irpin Christian School, un établissement de la banlieue de Kyiv. Ce matin du 1^{er} septembre, les ados sourient, se retrouvent, discutent. Beaucoup portent une *vyshyvanka*, une chemise traditionnelle ukrainienne. Mais leurs yeux sont fatigués. Car depuis une semaine, les sirènes et les explosions rythment les journées.

Des cours au niveau – 1

Daryna, 16 ans, fait sa rentrée en terminale.

La veille, l'ado se promenait avec des ami-es quand une alerte a retenti : «J'ai même vu un drone», dit-elle. C'est presque notre quotidien maintenant. » Malgré le bruit, elle a plutôt bien dormi. Même si ce matin, elle traîne un peu des pieds : «J'aurais préféré rester



en vacances et passer du temps avec mes copines», sourit-elle. Ses cours ont lieu au niveau – 1 de l'école. En cas d'alerte, les élèves n'ont donc pas besoin de sortir de la classe. Pour son petit frère, qui entre en 6^e, c'est différent : dès qu'une sirène retentit, ses camarades et lui doivent descendre dans l'abri souterrain avec leurs profs. Les leçons se poursuivent alors sur des banquettes.

Un drone vient d'être intercepté

L'hypothèse d'une alerte qui durerait toute la journée inquiète la directrice : «J'essaie d'imaginer nos élèves assis-es dans l'abri de 8 h à 15 h. Sept heures sous terre, sans interruption ! » Son portable se met justement à sonner. Tout le monde est déjà descendu

quand, quelques instants plus tard, on entend une détonation : la défense aérienne ukrainienne vient d'intercepter un drone russe à quelques kilomètres de là. Un des camarades de Daryna pousse une exclamation. Puis la classe reprend, comme si de rien n'était. 🇺🇦

Record d'alertes

La semaine avant la rentrée a été particulièrement meurtrière à Kyiv : la frappe d'un drone russe sur un dépôt de munitions à une quinzaine de kilomètres de la maison de Daryna a fait au moins 37 mort-es dans la nuit du 28 au 29 août. Les jours précédents, la ville avait déjà battu un record, avec 13 alertes en une seule journée. Drones et bombardements se sont enchaînés, obligeant des dizaines de milliers d'habitant-es à se réfugier dans les abris souterrains.



© Rajesh Kumar Singh/AP/Sipa



UN MANGA contre le cancer

L'Institut national du cancer a choisi un moyen original pour s'adresser aux ados et faire de la prévention.

Par **Corentin Paillassard**

Au cours d'une journée rando, Max, Lina et Mehdi rencontrent un voyageur temporel. Jusque-là, ça ressemble au début d'un manga classique. Mais dans *Entre nos mains*,

l'aventure prend un tour inattendu : les trois héros vont retourner dans le passé pour sauver leurs proches atteints de cancers. Il leur faudra être persuasif-ves pour qu'ils modifient leurs habitudes,

et se donnent ainsi une chance d'avoir un avenir meilleur.

Prévenir plutôt que guérir

On ne peut pas contrôler tous les facteurs qui déclenchent les cancers, mais certains sont évitables. Tabac, alcool, rayons UV, papillomavirus... Tu vas apprendre à identifier les causes potentielles de ces maladies, pour mieux les combattre. Écrit par l'auteur français Kalon, le manga rassemble plusieurs histoires touchantes, et est riche en bons conseils. Tu peux le commander gratuitement sur entrenosmains-lemanga.fr.



En plus du manga, il y a aussi un jeu vidéo : « Cancer fighter »



La photo

SAUVÉE. Cette femme âgée, secourue par hélicoptère dans le district népalais de Nuwakot, est portée par un soldat dans un camp militaire. Elle fait partie des rescapé-es de la crue dévastatrice ayant touché le nord du Népal et le territoire chinois du Tibet, le 26 août. Depuis, les secouristes s'activent. Mais les chances de retrouver des personnes vivantes s'amenuisent de plus en plus. Au moment où nous écrivons ces lignes, le bilan de la catastrophe est d'au moins 1225 mort-es et 4757 disparu-es. **C.L.**



Népal

En bref



Le MILLION !

Plus d'un million de spectateur-rices en deux semaines pour *Tombé du ciel*, et ça continue de grimper. Imaginée à partir d'un sketch de Ilyes Djadel et inspirée de sa propre adolescence, la comédie cartonne au cinéma. « *Je suis un peu surpris, un peu heureux, j'ai du mal à réaliser* », a réagi l'humoriste, qui est l'acteur principal du film. **C.C.**

© Kissfilms/SND/M6 Films 2026

META met des LIMITES



Le groupe Meta a signé le 26 août un accord avec 48 États américains. S'il est validé par la justice, les mineur-es n'auront accès à Facebook et à Instagram que deux heures par jour, et jamais entre minuit et 6 h (sauf la messagerie). Plus de notifications non plus entre 22 h et 7 h et pendant les heures de classe ! Ce sera aussi la fin des compteurs de « likes » et des filtres type chirurgie esthétique. **C.L.**



En Europe aussi ?

Le chiffre



Fin août, 250 personnes sans abri, dont des enfants, campaient sur le parvis de la mairie de Paris.

© Lafargue Raphael/Abaca

9 %

C'est la hausse du nombre d'enfants sans abri en France depuis un an.

Par Lise Martin

⇒ Au moins 2355 enfants ont dormi dans la rue en France dans la nuit du 18 au 19 août. C'est 9 % de plus que l'an dernier à la même période, et 42 % de plus qu'en 2022. Ces données sont issues du baromètre « Enfants à la rue », publié chaque année fin août par l'Unicef France et la Fédération des acteurs de la solidarité.

⇒ Ces chiffres inquiétants ne montrent qu'une partie de la réalité de la situation. Car l'étude prend uniquement en compte les enfants restés-es

sans solution après l'appel de leurs parents au 115. Or, beaucoup de familles n'arrivent même pas à joindre ce numéro gratuit permettant d'obtenir un hébergement d'urgence.

⇒ L'Unicef a rappelé qu'en 2022, le gouvernement avait fixé l'objectif de « zéro enfant à la rue ». « Si garantir un toit à tous les enfants n'est pas notre priorité, qu'est-ce qui l'est ? », s'indigne-t-elle quatre ans plus tard. L'organisation demande la « création de 10 000 places d'hébergement supplémentaires ». **MDA**

Vu sur Insta

@angele_vl



© Insta/ @angele_vl

Angèle a dévoilé la pochette, la liste des morceaux et la date de sortie de son troisième album, *Instinct*. Rendez-vous le 16 octobre pour découvrir 13 chansons, dont trois collaborations avec Justice, Soulwax, Caroline Polachek et SebastiAn. Le sais-tu ? La photo (ci-dessus) rend hommage à une lithographie datant de 1935, de l'artiste néerlandais M.C. Escher. À nouvel album, nouveaux concerts ! La chanteuse a annoncé dans la foulée une tournée pour 2027. **C.C.**



Un centre-ville en grève contre LE RACISME

En Allemagne, des commerçant·es d'origine étrangère ont fermé leurs magasins pour protester contre l'extrême droite.

Par **Christine Lamiable**



Des commerçant·es ont manifesté contre l'AfD, à Magdebourg, dans le centre-est de l'Allemagne, le 26 août.

⇒ Des commerçant·es d'origine étrangère ont lancé une « grève des migrants » à Magdebourg, la capitale du **Land** de Saxe-Anhalt, le 26 août. 150 patron·nes ont fermé leurs boutiques entre 10 h et 15 h. Ils et elles ont manifesté devant le parlement régional avec des pancartes affichant des slogans comme « Arrêtons la haine » ou « Aucune place pour le racisme ». Le Conseil des réfugiés de Saxe-Anhalt a soutenu cette action. Il a déclaré : « Nous fermons nos portes aujourd'hui pour que celles d'une société

libre et démocratique ne se ferment pas demain. »

⇒ L'inquiétude des grévistes portait sur l'élection, prévue le 6 septembre, de nouveaux député·es au parlement régional. Le parti d'extrême droite AfD (Alternative pour l'Allemagne) était en tête des sondages au moment de la grève. Environ 40 % des personnes interrogées avaient l'intention de voter pour lui. En cas de victoire, l'AfD pourrait gouverner le Land. Ce qui n'est encore jamais arrivé en Allemagne.

⇒ L'AfD souhaite renvoyer les personnes étrangères

dans leur pays d'origine.

En se mettant en grève, les patron·nes ont voulu montrer aux habitant·es de Magdebourg l'importance des commerces tenus par des personnes d'origine étrangère. Si elles venaient à être expulsées, certains restaurants, coiffeurs ou kiosques disparaîtraient. Une coorganisatrice du mouvement a ajouté que les migrant·es ne veulent pas seulement être vu·es comme « de la main-d'œuvre », mais aussi « comme des personnes à part entière ». Certain·es commerçant·es allemand·es ont participé au mouvement par solidarité.

Dico

Land

Un des 16 États qui composent l'Allemagne. Chacun dispose de son propre gouvernement et parlement.

© Ana Catarina/World Surf League/World Surf League/Red Bull Content Pool



Tya surfe une vague lors d'une étape du circuit pro à Rio de Janeiro, au Brésil, en juin.

Pro de LA VAGUE

À 15 ans, la Française Tya Zebrowski est la plus jeune surfeuse de l'histoire à avoir intégré le circuit professionnel.

Par **Issa Sedraoui Cochet**

Née dans une famille de snowbordeurs, Tya Zebrowski s'est tournée très jeune vers le surf. À 8 ans, elle se mesurait déjà à la vague de Teahupo'o, l'une des plus dangereuses du monde. Aujourd'hui âgée de 15 ans, elle partage son temps entre Tahiti (Polynésie française) et Hossegor (Nouvelle-Aquitaine).

Déjà au plus haut niveau

Pour Tya, pas toujours facile de trouver un équilibre entre sa

carrière sportive et sa vie d'ado, surtout qu'elle participe déjà à de grandes compétitions ! Du 11 au 20 septembre, elle disputera par exemple la 9^e étape du circuit pro aux États-Unis, tout en poursuivant sa préparation aux JO de 2028. « Sa vie en dehors du circuit pro doit être agréable, histoire qu'elle ait une adolescence pendant laquelle elle partage des choses avec des amis de son âge », a confié l'un de ses coachs, Jérémy Florès, au magazine L'Équipe.





CHATGPT pour les ados, ça vaut quoi ?

Depuis le 18 août, ChatGPT propose une version pour les 13-17 ans. Voici ce qu'elle change... et ses limites.

Par Clément Rouget

À l'origine de cette évolution, il y a un drame. En août 2025, les parents d'un Américain de 16 ans portent plainte contre OpenAI, le créateur de ChatGPT, l'accusant d'avoir contribué au suicide de l'adolescent. Les documents transmis à la justice sont accablants : le chatbot l'a progressivement coupé de sa famille et aidé dans son projet. Face aux multiples critiques, l'entreprise a dû réagir, et a donc proposé cette version adaptée.

Comment ChatGPT vérifie l'âge ?

Il le « devine ». ChatGPT croise plusieurs signaux : âge déclaré, ancienneté du compte, heures de connexion, habitudes d'usage... et bascule les comptes qu'il estime appartenir à des mineur-es. L'arrivée en France et en Europe de cette détection automatique devrait se faire d'ici à quelques semaines.

Que propose cette version adaptée ?

Pour les devoirs, ChatGPT ressemble davantage à un prof qu'à un distributeur de réponses. Son mode « Étude » privilégie questions, indices et explications étape par étape. Il peut repérer qu'un-e ado cherche à lui faire faire un exercice à sa place. Le chatbot filtre aussi les contenus

Le
sais-tu ?

Avant ChatGPT, Gemini avait lancé sa version « Kids ». Claude, en revanche, reste interdit aux moins de 18 ans.



Les parents d'Adam Raine examinent des transcriptions de conversations que leur fils a eues avec ChatGPT avant de se suicider à l'âge de 16 ans, le 17 août 2025 en Californie.

sexuels, violents ou dangereux, et rappelle parfois qu'il est temps de faire une pause, de déconnecter.

Les parents ont-ils le contrôle ?

Pour activer le contrôle parental, il faut d'abord associer le compte de l'ado à celui d'un-e adulte. Ce dernier peut alors déterminer des horaires, interdire certaines fonctions et recevoir des alertes en cas de danger, par exemple lié à des troubles alimentaires. En revanche, les parents n'ont pas accès aux conversations de leur enfant.

Les protections sont-elles efficaces ?

En théorie, face à un devoir, le mode ado doit inciter l'élève à raisonner par lui-même, sans lui proposer une copie toute faite. Pourtant, un journaliste américain qui s'est fait passer pour un élève de 15 ans a réussi à obtenir une dissertation de 776 mots, en insistant après un premier refus du chatbot. OpenAI reconnaît d'ailleurs que ses « protections » s'affaiblissent à mesure que la conversation s'allonge. Même le principal concerné, ChatGPT, reste... dubitatif : « Il y a un vrai effort pour construire une version adaptée aux 13-17 ans, mais l'efficacité réelle reste largement à valider ! »



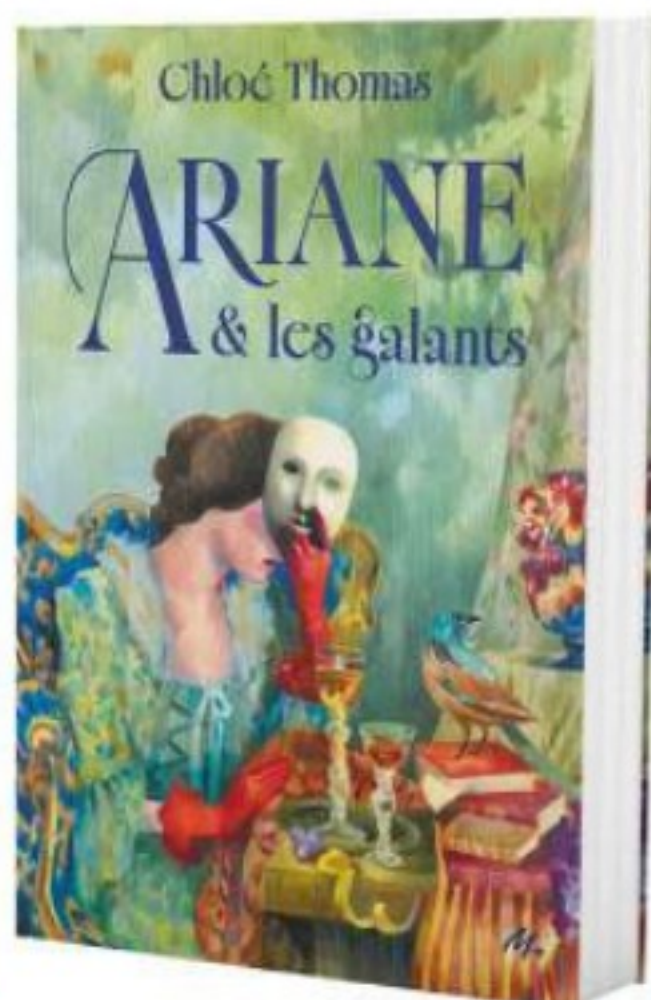
© Mark Abramson/The New York Times-Redux-Real



Bons PLANS

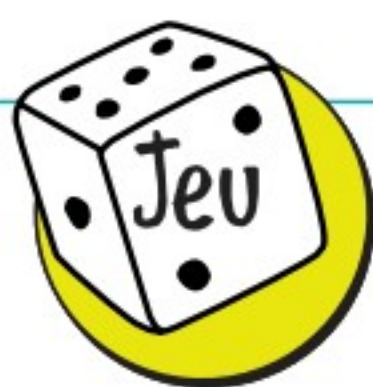


Et elles vécut heureuses...



Dans les salons parisiens, toute la noblesse connaît les sœurs du Devant. Ariane, l'aînée, est aussi laide qu'elle est vive d'esprit. Et tout le monde craint sa répartie. Madeleine, la cadette, est d'une beauté stupéfiante, mais elle est moquée pour son apparente stupidité. Au-delà des apparences et des rumeurs, quelles émotions cachent les deux sœurs ? En explorant les contes de fées, ce roman épistolaire très drôle réinvente le romantisme des fins heureuses. Insolent et inspirant ! **C.C.**

→ *Ariane et les galants*, de Chloé Thomas, éd. L'école des loisirs.



Chats de palais

En tant que chat artisan, tu cherches à devenir le meilleur bâtisseur de châteaux du Japon. Mais la concurrence est rude ! Pour démontrer tes capacités hors normes et construire tes palais, tu dois récupérer un nombre exact de cartes. Mais attention à ne pas en prendre trop, tu risquerais de perdre des points. Si tu valides trois manches, à toi la victoire ! Avec ses belles cartes, *Chatpentiers* est un jeu qui demande de la réflexion, de la stratégie et de l'anticipation. **I.S.C.**

→ *Chatpentiers*, Musoka Studio.



À L'ABRI des autres

Otto, 14 ans, est harcelé par des élèves de sa classe. Jusqu'au point de rupture : ne pouvant plus le supporter, il envoie une lettre d'adieu à tout le collège avant de sauter d'un pont. Par chance, il s'en sort indemne. Alors que tout le monde le croit mort, il reste caché dans un bâtiment abandonné... Mais il finit par croiser Léna, une fille de son lycée. Celle-ci lui promet de garder son secret et de l'aider à se cacher. Mais Otto peut-il vraiment rester invisible ?

Swali Guillemant

Trois raisons d'aller le voir

Pour son message bouleversant.

Harcèlement, santé mentale, premier amour... Le film parle de sujets essentiels et rappelle avec force l'importance d'être soi-même et de rester attentif aux autres.

Pour sa poésie intemporelle.

Avec ses mélodies au piano et son ambiance inspirée des années 1980, il est difficile de deviner où et quand se déroule le film. C'est un conte hors du temps, doux et merveilleux.

Pour son duo touchant.

Otto est un solitaire qui ne va pas bien. Avec Léna, il se sent moins seul et retrouve le sourire grâce à leur complicité qui se dévoile petit à petit.

→ *Adieu monde cruel*, film français de Félix de Givry, en salle.

© Arte France/remembers Iliade et films UMedia



Nouveau visage

Jungeli n'avait que 15 ans lorsque *Petit génie* l'a propulsé au sommet. Ses nouveaux sons, comme *Madame* et *Juste un peu*, montrent qu'il a bien grandi. Son bac à peine en poche, il a sorti un nouvel EP cet été. Six morceaux très accrocheurs, où il détaille son ambition et son évolution sur des mélodies solaires, comme *Pesa Mbongo* et *2ème Bureau*. **C.C.**

→ *Face ID*, de Jungeli, 2054 Records, Fulgu Prod.



« Je veux voir une PSYCHOLOGUE »

Comment demander à mes parents de
prendre un rendez-vous pour moi ?

Débora

Conseils
d'ados

« Il n'y a rien de bizarre à vouloir voir un-e psychologue. Si cela peut t'aider, quand j'ai du mal à parler avec mes parents, je leur fais des petits mots que je mets sur l'oreiller, le soir. »

Angélique

« Tu n'es pas obligée de leur demander, car il existe sûrement une Maison des Ados près de chez toi, où tu peux rencontrer gratuitement un-e psychologue. Si tu veux qu'ils le sachent, parle-leur de ton problème simplement ! »

Célia, 14 ans

« Ne t'inquiète pas, je suis comme toi, j'ai aussi beaucoup de mal à parler à mes parents de choses comme ça. Il faut juste que tu leur fasses confiance, dis-leur que tu en as besoin. »

Anonyme

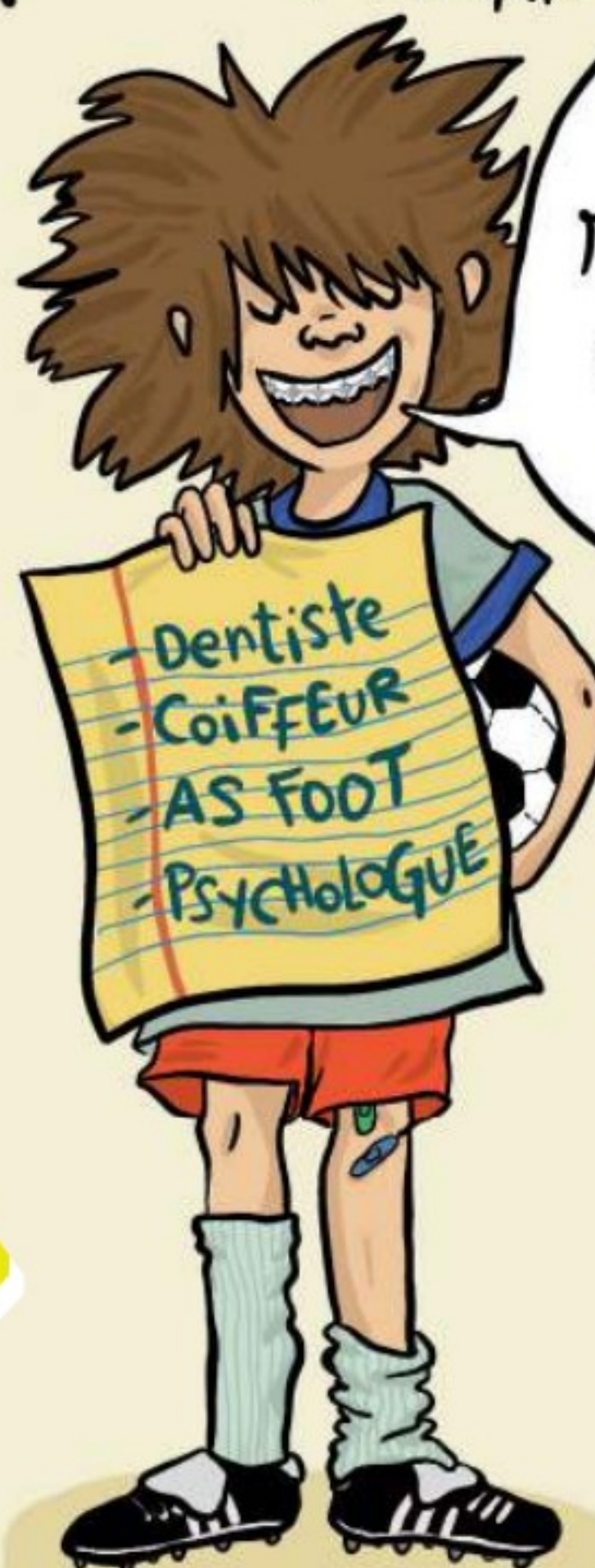
« Le plus simple serait de leur demander. Mais (crois-moi, je le sais bien), ça peut vite devenir hyper dur. Si tu bloques, écris-leur un message ou une lettre. Sinon, il y a aussi des sites anonymes comme le Fil Santé Jeunes ou SOS Amitié. »

Lina, 13 ans



Découvre les prochaines questions
et toi aussi, donne tes conseils !

PAPA! MAMAN!



j'ai listé les
rendez-vous
à prendre pour
la rentrée !

L'avis
de la psy

Chère Débora,

Demander de l'aide est une belle démarche. Les ados ont moins peur d'aborder le sujet depuis le Covid, car de manière générale, on parle davantage d'anxiété et de troubles psychiques. Certaines séries évoquent aussi plus facilement ces sujets.

Profite de la rentrée

→ L'année scolaire commence, c'est le moment de dire à tes parents ce que tu veux faire de nouveau, comme voir un-e psy. Choisis un moment calme pour en parler. Si c'est plus facile, tu peux t'adresser à celui avec lequel tu te sens plus à l'aise.

→ Dis-leur que tu veux aborder des questions personnelles avec un-e professionnel-le dont c'est le métier, qui ne te jugera pas et ne s'inquiétera pas. Tu peux aussi leur écrire, si cela t'aide. Laisse-leur le temps d'y réfléchir s'ils sont surpris et que tu n'es pas dans l'urgence.

Ne te justifie pas

→ Il y a plein de raisons de voir un-e psy : pour mieux te connaître, aborder des sujets intimes, parce que tu te sens parfois mal ou différente, que tu souffres d'éco-anxiété... Ces questions sont courantes, mais tu n'es pas obligée de justifier ta demande.

→ Le-la psy te donnera des outils pour trouver tes réponses. Tu peux le-la consulter une ou plusieurs fois. Faire une longue thérapie n'est pas forcément nécessaire.

Merci à Catherine Rioult

Courrier

LE TÉMOIGNAGE

L'artiste

J'écris des chansons sur plein de thèmes et j'ai déjà gagné un concours dans mon collège. Je poste mes textes sur Wattpad, je fais des instrus et je vais bientôt essayer de chanter mes textes à la rentrée. Là, je suis en période d'écriture. Mon pseudo est @Amolerappeur.

Amaury

La liberté m'avait quitté, la partie était terminée.
On m'avait enchaîné, les chaînes autour des poignets.
Mais j'ai percé le secret.
Dans cette serrure noire, j'ai enfoncé la clef.
Libéré, j'ai cherché un moyen de leur échapper.
Les regards, je les ai esquivés comme si on me tirait dessus avec
Un pistolet.
J'ai trouvé l'essence, qui a donné à ma vie un sens.
Même si j'entends encore mes jambes ramper,
Le bruit de la balle qui est tirée, je lève mon verre à ma santé.
Mes anciens camarades passent me voir quand j'ai le temps.
Dans les coulisses, j'ai démarré sur la piste, j'ai joué le rôle
Dont je rêvais.
Dans ma main, il y a une feuille de texte et pas une baïonnette,
Dans ma tête, il y a un discours et non un « au secours ».
Je suis devenu acteur et dans mes yeux il n'y a plus les pleurs du
Soldat emprisonné que j'étais, la paix s'est installée et ma liberté
Retrouvée.



LE CHANTEUR

Sur le podium

C'est qui, Gims ?

Enzo

MDA Ce rappeur congolais, ancien membre du collectif Sexion d'assaut, est connu pour ses morceaux *Sapés comme jamais*, *Parisienne*, *Ciel...* Il s'est fait appeler Maître Gims jusqu'en 2019 et porte toujours des lunettes de soleil. Malgré des ennuis judiciaires, il a continué les concerts cet été.

© Fred Scheiber/Sipa

LA QUESTION

Le mystère

Quelles sont les causes de l'autisme ?

Léa

MDA Il n'y a pas une seule réponse... Tu peux lire notre article publié sur le site à l'occasion de la sortie du film *Hors Normes* (2019).

C'est ici : lemondedesados.fr/cest-quoi-lautisme



PERSO

TU AS VU LE FILM « HORS NORMES » ? ET SI ON ESSAYAIT DE DÉFINIR L'AUTISME...

Tu as des coups de cœur, des expériences à partager, des questions à poser : écris-nous !

par e-mail : contact@lemondedesados.fr ou sur le site du *Monde des ados*



D'où vient le nom DES NUAGES ?

C'est un pharmacien britannique, Luke Howard, qui a créé en 1803 la classification des nuages encore utilisée aujourd'hui. Avant lui, on parlait de « nuées », de « vapeur » ou de « brouillard ». Les nuages portent des noms tirés du latin, parfois composés de deux termes qui font référence à leur altitude et à leur forme. Par exemple, *cirro* désigne les nuages élevés (au-dessus de 5-6 km d'altitude), *cumulus* signifie « amas » et *nimbus* veut dire « pluie ». Ainsi, un cirrocumulus est un nuage haut, formé de petits amas. Et le cumulonimbus est un gros nuage donnant de fortes averses et des orages. Pour s'y retrouver, il existe un *Atlas international des nuages* ! A.R.



© Shutterstock

Découvre comment les nuages se forment





As-tu réussi ta RENTRÉE?

Emballé-e par ces premiers jours ou déjà déprimé-e ? On fait le point !

Par Béatrice Quintin

Tu as consacré tes derniers jours de vacances à

- 🌀 Regarder tes photos et envoyer des messages aux personnes rencontrées cet été
- 🚩 Acheter le matériel scolaire qui te manquait
- 📺 Voir tes potes, aller au cinéma, comme d'hab, quoi !

La bonne résolution de la rentrée

- 🌀 Continuer à te sentir en vacances le plus longtemps possible
- 🚩 Relire tes cours tous les jours et t'avancer sur les devoirs
- 📺 Ne pas en prendre : les résolutions, ça ne sert à rien et, de toute façon, on ne les tient jamais !

La date que tu attends avec impatience

- 📺 La première sortie avec tes potes de l'année, qui ne va pas tarder !
- 🌀 Les prochaines vacances, plus que quelques semaines
- 🚩 L'élection des délégué-es de classe

Dans ton agenda neuf, tu as mis

- 🌀 Rien ! Tu ne l'as pas encore acheté
- 📺 Les mêmes photos que dans celui de l'an dernier
- 🚩 Ton calendrier 2026-2027 en six couleurs, avec les dates de tous les rendez-vous de l'année

Tes vêtements préférés du moment

- 🌀 Tongs, short et chapeau !
- 📺 Toujours ton même vieux jean et ton pull...
- 🚩 Ton nouvel ensemble pantalon-sweat-sneakers

Pour toi, septembre rime avec

- 🚩 Nouveau départ à prendre
- 🌀 Encore dix mois à attendre
- 📺 Rien

Ta nouvelle classe

- 📺 Tu traînes avec les mêmes que l'an dernier
- 🚩 Tu t'es déjà fait des nouveaux·elles ami·es très sympas
- 🌀 Une vraie bande de nul·les !

Résultats

Tu as une majorité de 🌀
C'est pas gagné ! Cette année, la rentrée a du mal à passer. Dans ta tête, tu es resté-e en vacances. Elles étaient tellement super que tu as du mal à tirer un trait. Quelles que soient tes raisons, plus vite tu t'y mettras, mieux tu te sentiras...

Tu as une majorité de 📺
Ta rentrée ? Quelle rentrée ? Début septembre est un moment comme les autres. C'est tous les ans pareil, pas de quoi en faire tout un plat ! Ta capacité d'adaptation en épaté plus d'un-e, mais attention à ne pas la jouer blasé-e non plus...

Tu as une majorité de 🚩
La rentrée, c'est ton truc ! Nouvelle classe, nouveaux vêtements, nouvelles résolutions... Tu as plein d'envies et tu te sens pousser des ailes. Profites-en pour mettre les choses en place, tout en veillant à ne pas t'essouffler trop vite !