

TYPODEPOIVRE



GÉRALDINE LEPOIVRE

GRAPHISTE · ILLUSTRATRICE · FREELANCE

PORTFOLIO : WWW.TYPODEPOIVRE.COM

COMPTE INSTAGRAM : [@TYPODEPOIVRE](https://www.instagram.com/TYPODEPOIVRE)

CONTACT : 06 08 52 12 41 · ge@typodepoivre.com



BOOK

À PROPOS

P. 2

CURRICULUM VITAE

P. 3

ÉDITION

P. 4

ILLUSTRATION

P. 24

IDENTITÉ VISUELLE

P. 53

COMMUNICATION VISUELLE

P. 62

© D. R. · MARS 2026



GÉRALDINE LEPOIVRE

GRAPHISTE · ILLUSTRATRICE
DIRECTRICE ARTISTIQUE
MAQUETTISTE

100% FREELANCE



MAQUETTISTE · ILLUSTRATRICE

DANS LES DOMAINES
DE L'ÉDITION,
DE L'AUDIOVISUEL
ET DU CULTUREL.

GRAPHISTE · DIRECTRICE ARTISTIQUE

EN COMMUNICATIONS
CULTURELLE,
INSTITUTIONNELLE
ET CORPORATE.

ÉDITION

- × création de maquette
- × exécution de la mise en page
- × suivi de fabrication

ILLUSTRATION

- × style gravure et traditionnel
- × cartographie, pictogrammes
- × graphiques didacticiels

IDENTITÉ VISUELLE

- × création graphique
- × recherche iconographique
- × charte graphique

COMMUNICATION VISUELLE

- × direction artistique
- × conception graphique
- × déclinaisons de documents

Que vous soyez une entreprise,
une multinationale, une institution,
un particulier ou une association,
n'hésitez pas à me contacter
pour toute question ou commande.



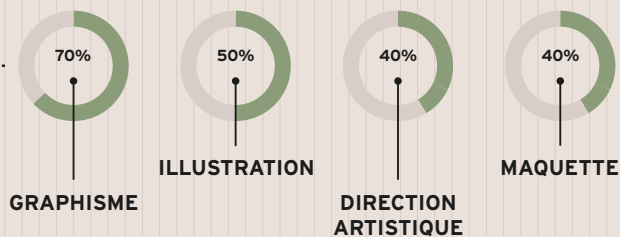
CURRICULUM VITAE

née en 1979 à Paris
habite à Fontainebleau [77] | France
06 08 52 12 41
ge@typodepoivre.com

FORMATION

1999 > 2003 LISAA | L'Institut Supérieur des Arts Appliqués | Paris
1998 > 2000 Deug d'Arts Plastiques | Sorbonne Saint-Charles | Paris
1998 Atelier de Sèvres | École préparatoire aux grandes écoles d'arts | Paris
1997 Baccalauréat Scientifique | Melun [77]
1993 > 1995 École des Arts du Spectacle | Le Pré-Vert | Sarlat [24]

ACTIVITÉ



RÉFÉRENCES

Adecco Training	Éditions Magnard	Hermès
Agence Pearl	Éditions Marabout	Huttopia
Agroforesterie - Martinique	Éditions Nathan	Joseph Karam Architecte
Altedia Training	Éditions Niv	L'Agence Française
BNP Paribas	Éditions Pyramyd	Laurent & Laurence
Biologique Recherche	Éditions Passage Piétons	Leroy Merlin
Carrefour France	Éditions de Saxe	Lunii - La Fabrique à Histoires
Chanel	Éditions Sélection Reader's Digest	Mairies et Comcom [77]
Chantelle	Éditions Tana	Observatoire des Inégalités
École de la Philanthropie	Éducation nationale	Office National des Forêts [77]
EDF-Enedis-ERDF	Fédération de La Ligue [75]	Publicis
Éditions Buchet & Chastel	Fédération Française d'Aviron	Smitom-Lombric [77]
Éditions Copyright	Fondation Olga Spitzer	Studio SM
Éditions du Chêne	Groupe Holcim	Sun'r Volterres
Éditions Hachette	Groupe Marie-Claire	Teragir
Éditions du Huitième Jour	Groupe Sanofi Aventis	TF1 Productions
Éditions Leduc.s	Groupe Total	Uniqlo
Éditions Lonely Planet	Groupe Vinci	etc.

GÉRALDINE LEPOIVRE TYPODEPOIVRE

GRAPHISTE
ILLUSTRATRICE



DEPUIS
2003



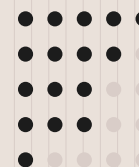
MON PORTFOLIO
WWW.TYPODEPOIVRE.COM



MON INSTAGRAM
[@TYPODEPOIVRE](https://www.instagram.com/TYPODEPOIVRE)

CORDES DE MON ARC

ÉDITION
ILLUSTRATION
IDENTITÉ VISUELLE
COMMUNICATION VISUELLE
WEBDESIGN



TYPOQUI ?

Graphiste, directrice artistique, maquettiste et illustratrice : j'ai plusieurs cordes à mon arc et j'applique la même exigence graphique à chacune d'elle.

J'apprécie particulièrement le travail typographique et rendre les informations visibles : "mettre en valeur le fond par la forme" est mon *credo*.

Aujourd'hui je développe davantage l'illustration via la cartographie, les fresques, la gravure, les graphiques didacticiels : illustrations vectorielles et traditionnelles.

Je suis efficace, structurée et réactive, je m'adapte aux demandes des clients tout en conservant ma "griffe" graphique.

LOGICIELS



ÉDITION





LES FORÊTS : UN MILIEU, DES ESPÈCES ET DE NOMBREUX ÉCHANGES

Les arbres structurent les forêts et en sont la partie la plus visible, mais ils n'en sont pas les seuls occupants. Les **écosystèmes** forestiers sont un lieu de vie et de ressources pour un nombre très important d'espèces, y compris l'espèce humaine.

► L'IMPORTANCE DU SOL FORESTIER

Le sol est de loin la partie de la forêt qui contient le plus grand nombre d'espèces, surtout des micro-organismes. Le sol est « vivant » et il est essentiel à l'équilibre des forêts. Les restes végétaux qui tombent au sol sont une source de nourriture pour les espèces du sol. La matière organique y est broyée, décomposée, digérée et transformée en humus, une terre riche en éléments nutritifs nécessaires aux plantes et aux arbres. La forêt s'auto-alimente en quelque sorte.

DEFINITION : écosystème

Un écosystème est formé par l'environnement physique et chimique (biotope) ainsi que par l'ensemble des êtres vivants (biocénose) qui y vivent, s'y nourrissent et s'y reproduisent. Les milieux naturels sont des écosystèmes.

REGARDE LA VIDEO

« LA FORÊT ET NOUS » pour en savoir plus sur le sol forestier



TOI AUSSI, AGIS !

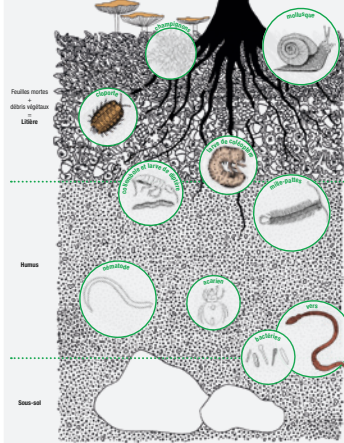
Tu peux reproduire ce qui se passe dans un sol en mettant en place un compostier dans ton établissement par exemple. En plus de réduire les déchets par le recyclage, le compost obtenu servira comme engrais naturel pour les espaces verts tout en réduisant l'usage de produits chimiques et en protégeant notre santé.



Les organismes du sol participent aussi à son aération et favorisent l'infiltration de l'eau. En effet, le sol forestier est constitué de matière, d'eau mais aussi d'air. Il est très sensible aux perturbations comme le passage d'engins lourds qui peuvent le compacter. Les cavités d'air sont alors déboulées et cela affaiblit la croissance des racines et des organismes. Quand il n'y a plus d'arbres ou de végétaux pour les protéger, les particules du sol disparaissent sous l'effet du vent ou de la pluie : c'est l'**érosion**. Les sols se dégradent et la vie disparaît.



LA VIE DU SOL FORESTIER



LE SAVAIS-TU ?

Les sols constituent une réserve considérable de carbone à travers l'accumulation de la matière organique, et ceux qui en contiennent le plus sont les plus fertiles. Ces sols sont ainsi favorables à l'environnement, à l'agriculture et à la sécurité alimentaire mondiale.



Les forestiers, en lien avec les scientifiques, testent et combinent, avec vigilance, plusieurs méthodes en diversifiant les modes de gestion mais aussi les espèces d'arbres et en les adaptant à chaque territoire.

Une méthode vise à favoriser, dans les peuplements mélangés, la proportion des espèces qui supportent mieux le climat. Une autre consiste à identifier les essences d'arbres d'avenir, c'est-à-dire celles dont il est estimé qu'elles seront les plus adaptées et résistantes aux climats futurs. On prélève les graines, on les plante, on suit leur développement, on observe et trace comment ces jeunes plants s'adaptent, grandissent... On expérimente des essences qui viennent d'ailleurs (par exemple des pays du Sud pour les espèces forestières des pays du Nord) : c'est la migration assistée. Les espèces déplacées doivent être adaptées au futur climat et au contexte de la zone où elles sont implantées. Une vigilance encore plus grande est observée quand il s'agit d'essences provenant d'autres continents pour éviter le risque d'importer des espèces invasives, des maladies ou des insectes susceptibles d'impacter les espèces locales.

Un autre sujet de préoccupation est le déséquilibre entre la population de grand gibier (cervidés, sangliers...) et l'espace forestier dans lequel elle évolue. Une population trop nombreuse freine les régénérations ou les plantations et fragilise les écosystèmes.

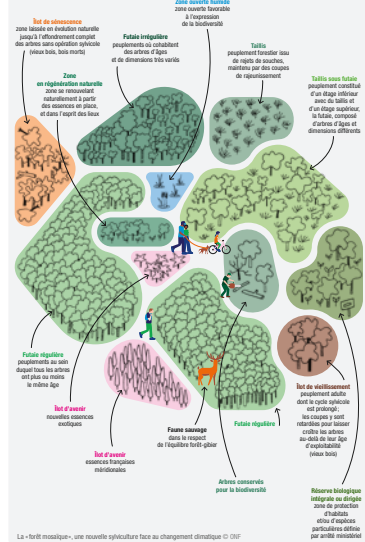
Le renouvellement forestier permet d'enrichir des peuplements, de renouveler les forêts sinistrées, dépeuplées ou vulnérables au changement climatique, ou encore d'adapter des peuplements « pauvres » pour accroître le potentiel de bois d'œuvre et de puits de carbone. Aussi, un grand chantier de renouvellement forestier a été lancé par l'Etat, qui prévoit la plantation d'un milliard d'arbres en 10 ans.

Dans tous les cas, des forêts mélangées avec différentes essences d'arbres, une biodiversité riche et des sols préservés, gérés durablement, résistent mieux au changement climatique. L'ONF déploie ainsi un nouveau concept : « la forêt mosaïque ». Il vise notamment à renforcer la diversification des essences, par des expérimentations menées dans des forêts d'avenir, et varier les modes de sylviculture. Ce concept est aujourd'hui perçu comme l'une des solutions pour réussir l'adaptation des forêts au changement climatique.



Plantation d'enrichissement protégée contre le gélif © Quentin Varnache, ONF

UNE FORÊT MOSAÏQUE



La « forêt mosaïque », une nouvelle sylviculture face au changement climatique © ONF

► LES VÉGÉTAUX À LA BASE DU RÉSEAU TROPHIQUE

Grâce à la photosynthèse, les végétaux sont à l'origine de la production de la matière organique consommée par les autres espèces. Ils sont donc à la base des chaînes alimentaires. Chaque écosystème est structuré par des chaînes alimentaires au sein desquelles tout organisme représente la proie ou le prédateur d'un autre. Les différentes chaînes alimentaires des écosystèmes forment les **réseaux trophiques** propres à chaque écosystème, ce qui montre qu'un organisme peut se nourrir de plusieurs espèces et qu'une espèce peut être la proie de plusieurs organismes (OCE, 2023).

En complément des arbres, arbustes et arbrisseaux, la végétation des forêts s'organise en étages :

- À la surface du sol, mais aussi sur les pierres ou sur les troncs, tu trouveras les **mousses**. Elles forment comme un tapis, où d'autres végétaux vont pouvoir pousser, car elles retiennent l'humidité et les nutriments. C'est aussi l'étage où tu pourrais observer la partie visible (les chapeaux) du grand réseau de champignons présents dans le sol.
- Au-dessus, les plantes à fleurs et les graminées côtoient des plantes typiques des forêts : les **foyauges**. Leur diversité est très importante et leur présence et leurs variétés est un bon indicateur de l'état écologique du sous-bois.
- Sur les arbres, certaines plantes s'accrochent ou s'enroulent : les **plantes grimpeantes** comme le lierre dans les forêts tempérées ou les lianes, emblématiques des forêts tropicales.
- Au sommet des forêts, qu'on appelle la canopée, des plantes sont capables de pousser : les **épiphytes**. Elles sont surtout nombreuses dans les forêts tropicales. Les plus belles sont sans nul doute les orchidées, qui constituent également de bons indicateurs de la santé des forêts.

LES FORÊTS SONT UN LIEU DE VIE POUR :

80 % des espèces d'amphibiens,
75 % des espèces d'oiseaux,
68 % des espèces de mammifères.
(FAO et PNUE, 2020)

TOI AUSSI, AGIS !

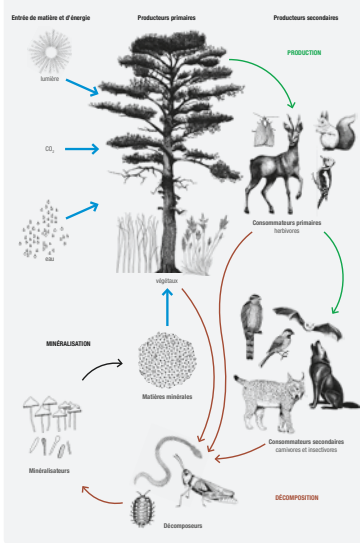
Avec l'appellation NPPI Espèces, pars à la découverte des espèces de la forêt française, de métropole et d'outre-mer et partage les observations avec les scientifiques pour contribuer à leur inventaire.

► LES ANIMAUX COMME RÉGULATEURS NATURELS

Chaque espèce animale occupe une place dans les réseaux trophiques et joue un rôle dans le bon fonctionnement de la forêt :

- Les **mammifères**, des grands prédateurs carnivores aux petits herbivores, régulent les populations animales et végétales.
- Les **oiseaux** fréquentent beaucoup les forêts. Certains se nourrissent d'un nombre important d'insectes, de chenilles ou de larves et évitent ainsi leur présence en trop grand nombre qui pourrait gâcher d'autres espèces.
- La présence d'**amphibiens** et de **reptiles** est souvent synonyme d'habitat forestier en bon état. Les zones humides sont indispensables pour la reproduction des grenouilles, des crapauds, des tritons et des salamandres. Serpents et lézards régulent les populations d'insectes et de petits mammifères.
- Les **arthropodes** (insectes, arachnides, crustacés) sont de loin les plus nombreux et le participant le plus important au maintien des forêts à travers notamment la pollinisation et le recyclage de la matière organique, en plus d'être eux-mêmes une source de nourriture abondante.

RÉSEAU TROPHIQUE



► LA PLACE DE L'ESPÈCE HUMAINE EN FORÊT

Tout comme les autres animaux, l'humain fait partie intégrante de l'écosystème forestier. Il tire des bénéfices des ressources qu'offrent les forêts et pour cela un grand nombre de sociétés les aménage et les entretient. Selon l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture, 2,4 milliards de personnes utilisent le bois pour cuisiner et plus de 28 000 espèces végétales, dont un grand nombre issu des forêts, ont des vertus médicinales (FAO et PNUE, 2020). Les forêts sont une source de nourriture, de médicaments, d'énergie et de revenus pour des millions de personnes dans le monde.

Elles jouent un rôle :

- Pour s'alimenter**
La chasse et la cueillette font partie des utilisations les plus anciennes de la forêt. L'élevage aussi s'est ensuite développé à proximité des forêts. Elles sont encore une source de gibier, de fruits, de plantes aromatiques, de champignons, de fourrage pour le bétail. À ce titre, on peut voir les humains comme un maillon de la chaîne alimentaire des forêts.
- Pour se soigner**
Les forêts offrent une réserve de plantes aux vertus médicinales soit par leur utilisation directe, soit pour la production de médicaments.
- Pour habiter**
Les forêts sont aussi très utiles au quotidien des populations. Le bois est une ressource énergétique pour le chauffage et pour la cuisson. Il est utilisé pour la construction de maisons, de bâtiments ou pour la fabrication de meubles. Il sert à la fabrication de fibre textile, fibre de bois, mais aussi de papier et de carton. Mais il n'y a pas que le bois qui présente une utilité. Par exemple, la latex d'un arbre, l'hévéa, sert à la fabrication du caoutchouc naturel.
- Symbolique ou immatérielle**
Les forêts portent depuis longtemps à travers le monde de nombreuses valeurs spirituelles et culturelles. Pour les peuples vivant au plus près des forêts (comme les Guarani au Brésil), elles font partie de leur vie quotidienne. Ils sont très souvent animés, c'est-à-dire qu'ils attribuent des fonctions symboliques et religieuses importantes aux êtres vivants ou aux éléments naturels. Dans les cultures occidentales, elles sont plus souvent associées à des concepts plus abstraits. Les forêts sont une source inépuisable d'inspiration artistique ainsi que des lieux de détente et de loisirs.

LE SAVAIS-TU ?

Les forêts et les arbres fournissent des moyens de subsistance et favorisent la sécurité alimentaire de nombreuses populations. Les produits issus des forêts autres que le bois sont une source d'alimentation variée et de revenus pour 20 % de la population mondiale, et notamment pour les femmes, les enfants et les personnes vulnérables (FAO, 2016).



Les forêts : des alliées menacées

Les forêts et leur biodiversité jouent un rôle essentiel dans l'équilibre de la planète. Cependant, des menaces pèsent sur elles, avec des conséquences pour les populations humaines.

LES FORÊTS : NOS ALLIÉES

Régulation du climat, qualité de l'air et de l'eau, alimentation, santé, matériaux, énergie : les bénéfices apportés par les forêts sont nombreux.

► LE DOUBLE RÔLE DES FORÊTS FACE AU CHANGEMENT CLIMATIQUE

Le CO₂, ou dioxyde de carbone, est naturellement présent dans l'atmosphère. C'est un **gaz à effet de serre**, c'est-à-dire qu'il permet de maintenir une température convenable sur Terre en piégeant une partie de la chaleur renvoyée par la planète. Sa quantité dans l'atmosphère est régulée naturellement à l'aide de ce qu'on appelle des **puits de carbone**. Les océans sont les plus importants de la planète, suivis par les forêts et par les zones humides. Ils capturent le CO₂ présent dans l'atmosphère et le stockent sur de très longues périodes avant de le libérer à nouveau. Ces écosystèmes sont les principaux régulateurs naturels du climat, au peu à la manière d'un thermostat dans une maison qui maintient une température constante.

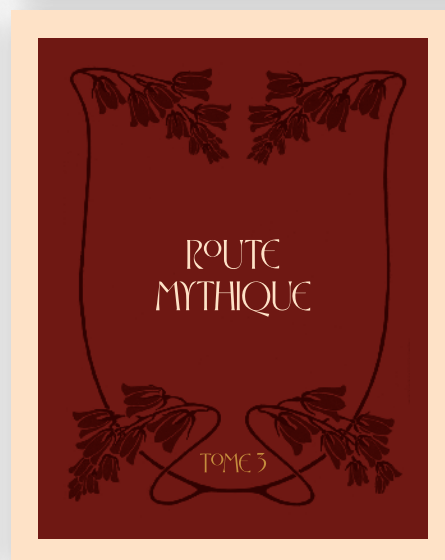
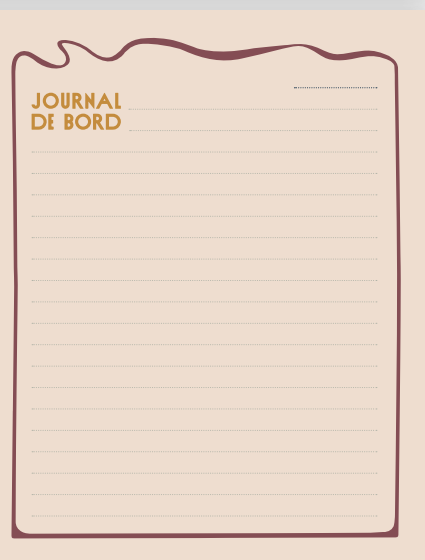
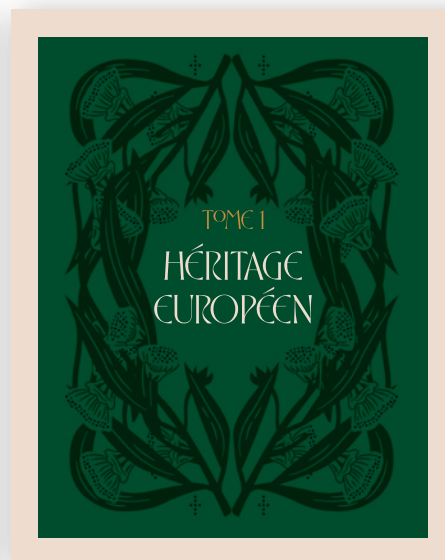
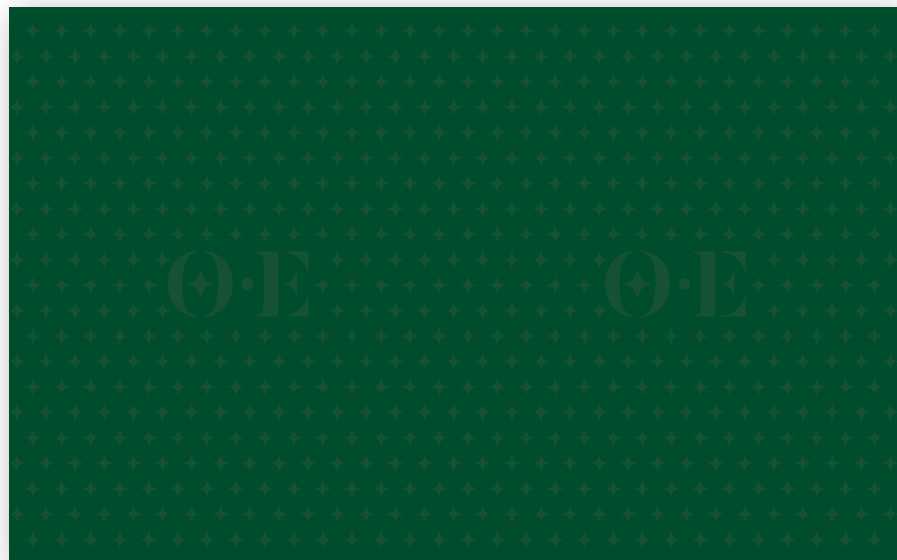
En raison des émissions de CO₂ issues des activités humaines, sa concentration dans l'air est devenue très importante et seule la moitié est captée par les océans et par les terres (GIEC, 2021). De plus, la capacité de stockage des puits de carbone atteint des limites. Ce surplus de CO₂ est à l'origine du **changement climatique** dont les conséquences sont notamment les événements extrêmes. Les canicules, les sécheresses, les inondations, les incendies, les tempêtes sont de plus en plus fréquents et intenses partout sur Terre.

Selon le Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC), le réchauffement planétaire s'est élevé à 1,1°C sur la période 1950-2020 par rapport à la période 1850-1900. Si le seuil de 1,5°C, au-delà duquel les conséquences seraient graves et parfois irréversibles, pourrait être atteint avant 2040.

LE SAVAIS-TU ?

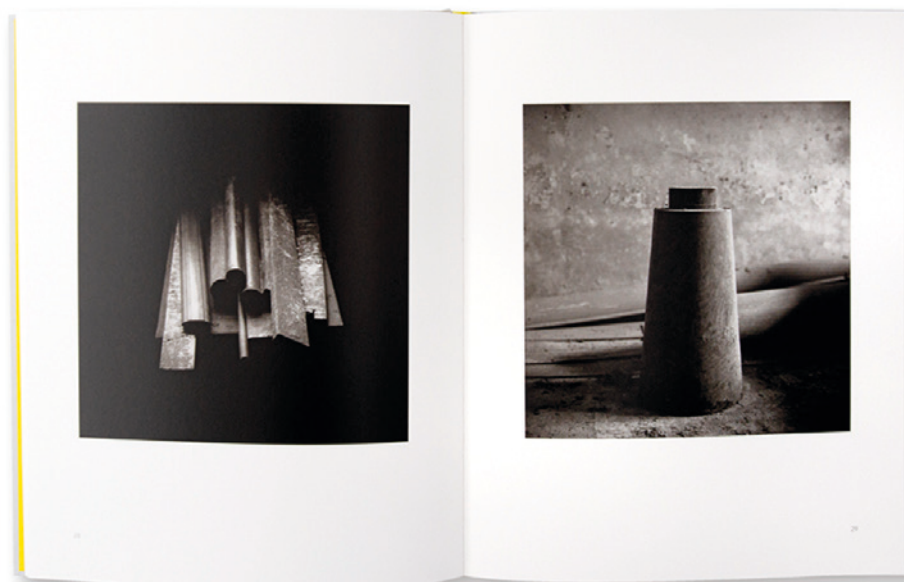
Entre 2001 et 2019, les forêts ont capté chaque année 7,6 gigatonnes de CO₂, soit environ 18 % des émissions de CO₂ d'origine humaine (WWF, 2020).





PHILIPPE KOHN

"AU PLUS PRÈS"
DA + MISE EN PAGE
2021



SUMMARY

Beyond the difficulty that many firms face while deploying artificial intelligence (AI), apprehensions and fears associated with it pose a serious threat to its development. These fears are a **challenge that companies have to face** in order to use AI and allow society to benefit from it. That is, where ethics comes into play. By incorporating the use of technology into a strong value system, companies can dispel customer and employee uneasiness.

In the long term, **including ethics into their business model** allows companies to **create value creation** and reach their objectives, all while taking into account the **people affected by AI**. That is why ethics is a primary asset to be developed and a significant competitive advantage.

This paper seeks to identify the **fears** that need to be addressed, the **challenges** that need to be perceived, and the **concrete applications** for an AI that is both trustworthy and ethical. It follows a **review of how companies can position themselves in order to handle the challenges posed by an ethical AI**.

INTRODUCTION: OVERCOMING AI DEVELOPMENT CHALLENGES

1. EMERGENCE OF AI AND REVEALED INTEREST: AN OVERVIEW

- 1.1. There is worry around AI
- 1.2. These worries stem from centuries of myths around humans and machines
- 1.3. The current state of AI
- 1.4. Fears around AI: are they legitimate concerns?

2. AI AND HUMANITY

- 2.1. AI as a "threatener"
- 2.2. Will AI make us less human?
- 2.3. Could we lose control over AI?

3. THE RISE OF ETHICAL CONCERNS AROUND AI

- 3.1. Ethics: looking for answers in a complex world
- 3.2. An overview of ethical AI issues
 - Autonomy: respecting human autonomy
 - Responsibility: determining who is responsible for what AI does
 - Accountability: making AI's decision process transparent
 - Well-being: ensuring that AI is beneficial to our lives
 - Privacy: creating a "right to be forgotten"
 - Privacy: respect for the private lives of citizens
 - Technical robustness: ensuring that AI is robust, safe and secure
- 3.3. Ethics and AI around the world in 2021

4. THE BENEFITS OF AN ETHICAL AND TRUSTWORTHY AI: CONCRETE APPLICATIONS

- 4.1. Selected applications of AI and their ethical dimension
 - Agriculture
 - Military
 - Justice
 - Healthcare
 - Consumer goods
 - Education
 - Communication
 - Industry
 - Finance and banking
- 4.2. Where is it urgent to implement AI ethical principles?
- 4.3. Ethical AI development in other domains
 - Art and good games
 - Democracy
 - Religion
 - New ways to integrate ethics into AI development

5. DREAMQUARK, ETHICS AND AI

- 5.1. Our story
- 5.2. Our vision
- 5.3. Our mission
- 5.4. Our lines of research

BIBLIOGRAPHY

INTRODUCTION

Overcoming AI development challenges

Fears and limitations

There are a few reasons why AI and in particular neural networks can be worrying:

The black box effect: we do not generally understand how these algorithms make their decisions, and the process is not explained. This is referred to as the "black box effect".

Unfair decisions being replicated at large scale: our lack of understanding, and the great speed at which these algorithms work, make it difficult to stop unfair decisions from being made by the machines and to notice or fix unconscious biases that the developer may have had.

The algorithms' ability to beat humans on some tasks: playing board games, playing video games, quickly analyzing large amounts of data. This is worrying to those who fear that humans may lose their place in the world.

Lack of understanding: public opinion tends to have a hard time grasping the way AI works, even as topics for geeks or researchers, and it is usually worried about what it does not understand well.

AI models also have limitations

- They do not work well when data does not exist or is available in small quantities.
- They are often unable to explain their decisions.
- They are unable to extrapolate: they do not adapt easily from tasks they know how to perform to new tasks which are similar.
- They do not have any common sense (like humans do).
- They are not necessarily reliable in the long term as they consume a significant amount of energy.

Despite these challenges which remain to be overcome, AI is at a crucial stage: it has begun moving from the lab towards the first customer and enterprise applications. Most innovations generate significant benefits when they move from the lab and start being used by the public, which also reduces the worries associated with these innovations.

The quick spread of AI

More and more startups are integrating AI into the solutions they offer their customers. As of 2020, 30% for public companies mentioned in Forbes magazine had begun to integrate AI into their products.

Many recent products offered by large tech companies are based on AI: virtual navigators, vocal assistants such as Google Assistant, online meeting platforms such as Facebook Portal.

AI is widely used by banks to assist customers – chatbots, such as the chatbot "Ella" created by Bank of America, are a good example of this. Banks also use AI to deploy use cases in order to reduce the cost of operations. AI is useful to wealth management firms as well: it allows them to create recommendation engines for their customers.

In 2018, the FDA (the US Food and Drug Administration) approved the use of AI to help diagnose health issues in the US. Insurance startups such as Oscar Health also release applications with AI to ease onboarding, reduce the burden of compliance or automate repetitive tasks.

The 4 main challenges of deploying AI

While many use cases in production are already working well, and while most large companies have already deployed at least one use case in production, there are four aspects to consider in order to successfully deploy AI on a large scale.

- 1. **Performance of the AI:** is my AI solution functional? Am I meeting the minimum requirements on critical metrics for the use case? Can I solve the customer's problem, and what is my success rate? Is there a return on investment?
- 2. **Complexity of the AI solution:** am I meeting the legal and regulatory requirements?
- 3. **Deployment of the AI:** am I successfully deploying my AI solution? Is it easy to maintain?
- 4. **AI ecosystem adoption:** is it used by my customers? Is it useful? Does it generate trust?

To overcome these four challenges, companies such as DreamQuark want to **democratize** artificial intelligence technologies. In order to do this, they are working to remove the technical aspects required to build an AI machine-learning algorithm, in particular the process of coding the solution. As a result, people with little to no technical skills in machine learning will be able to develop their own AI applications, and the first challenge will be easier to overcome.

To overcome the second challenge, some AI solutions are beginning to integrate **explainability** as a core feature. Lack of transparency is the main issue which most of the recent AI solutions share. While they are valuable for solving use cases which other, more accessible algorithms are unable to solve, these non-explainable solutions cannot be largely adopted. They do not meet the regulatory criteria as they cannot explain how their algorithms make their decisions.

DreamQuark has been able to address this challenge successfully on several decision-making and recommendation-based applications, but are now working on ways to provide deeper insight into the logic of machine learning algorithms.

The third challenge lies in the **deployment and integration** of the algorithms, as well as in the constant maintenance of the machine learning algorithms, since their performance evolves every time they receive new data. Pre-trained Software as a Service (SaaS) applications remove the burden of maintaining a vast code and make this step easier. Application Programming Interfaces (APIs) can also be used to further simplify the algorithms with existing applications.

The fourth challenge is **widespread adoption** by the customers of the company which has chosen to implement an AI-based solution. AI algorithms are all the more easily adopted if they are both valuable and useful. Explainability, fairness and performance help create that trust. To achieve this, most solution providers aim to connect new AI solutions with pre-existing applications used by the clients. Solution providers also offer standardized solutions which can be replicated in order to solve specific and recurring problems.

Finance and banking

The financial services industry was one of the first industries to significantly invest in the development of **modern AI-based applications, with increasing investments after 2014**. The insurance industry was quick to invest, but hedge funds and investment banks lagged behind.

Artificial intelligence is a great asset in the finance and banking industry. In several ways, IT CAN HELP CONCEIVE NEW PRODUCTS, IT CAN IMPROVE CUSTOMER SERVICE, IT CAN REDUCE THE COST OF RISK AND COMPLIANCE, IT CAN HELP INVEST IN FINANCIAL MARKETS. The massive amounts of data as well as the significant level of digitization in the industry are significant enablers for drawing benefits from AI.



Conception of new products: Insurance, banks, hedge funds and asset managers all generate revenue through a diverse portfolio of products. Insurance products to cover risk, financial products to manage the wealth or the daily financial needs of customers, providing access to corporate and government bonds, mortgages, and more.

Excitement at developing appealing and profitable products is an essential skill for banks and insurance companies. It allows them to extend the reach of their capabilities or succeed in new regions, and it is more important than ever in an industry which has recently become more competitive, less profitable, and needs to be transformed under the digital and environmental transition.

Since banks and insurance companies cannot protect their products with patents, they need to release new products more frequently, sell them for less, or make the products particularly useful to retain their customers.

Creating a new product requires a careful analysis of the risk it covers: specific insurance risk, risk of default, risk of liquidity, interest rate risk, risk of loss, prudential risk, etc. AI CAN BE A STRONG ASSET TO MODEL THE RISK INSURANCE COMPANIES NEED TO MANAGE FOR THEIR CLIENTS, which means they can also manage new risks more easily, release new products quickly, reduce the cost of risk or take market shares by selling more attractive products. Increased access to data and its effective treatment by AI are powerful enablers for banks and insurance companies to become more competitive.

Multiple trends are affecting the conception of new products in the financial services industry.

The use of **new emerging data** has enabled banks and insurance companies to better model existing risks and provide discounts to certain types of customers based on the data they shared. Some ways to model risk are: using telematics to assess the risks associated with driver behaviour, using satellite data to better estimate risks associated with house insurance or farming, using mobile data to create financial services products for African or Indian citizens, using merchant website data to create credit products for small businesses, and more.

Artificial intelligence has allowed financial services to release products with more attractive digital experiences. These products use intelligent applications, capable of requiring a large amount of data, and enable new services, such as an effortless onboarding experience, faster treatment of customer requests, first instalments of a credit by sharing data from other applications. As a result, customer service is much more effective. For instance, if a customer is unhappy, AI enables "test client" under certain conditions, such as when the cost threshold is low or when a significant client event occurs, customers can be paid back in less than two hours.

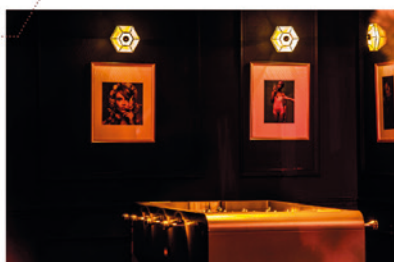
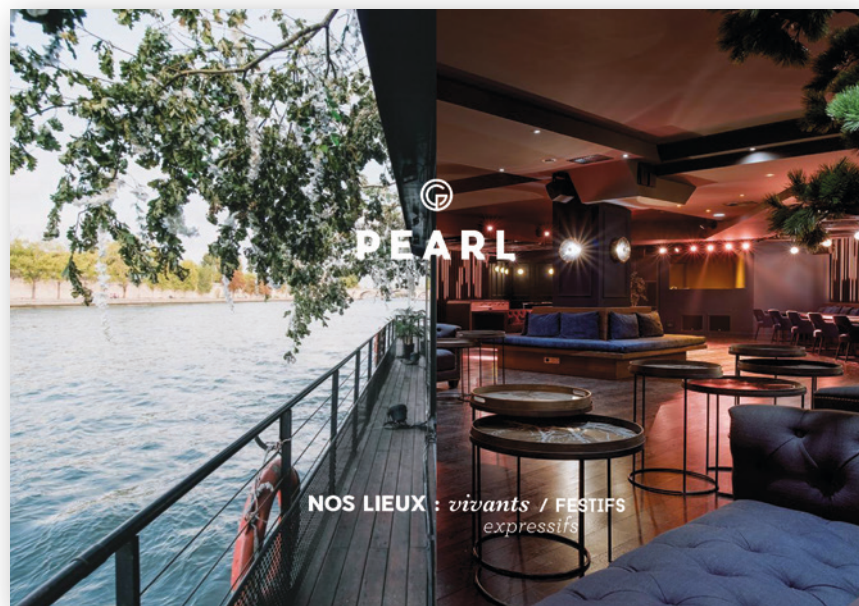
The quick development of AI has enabled a more careful analysis of new risks, making them insurable. By using data from social networks, open data, and data from connected devices, insurance companies have been able to create differentiated prices to attract more customers with lower risk, thus increasing their market shares and pricing.

This is particularly true for specialty insurance companies, since they cover very specific risks, such as droughts, setting a Tesla car, having a specific disease, missing a zone, and so on, their pool of customers is relatively small, and risk needs to be managed more carefully. The introduction of advanced algorithms, coupled with the gathering and analysis of a larger and more specialized set of data, can help these companies create more competitive products. AI can therefore give **specialized insurance companies** an edge in comparison to more generalized companies.

Tests is a striking example of this. The company has gathered a great amount of data about its customers and its cars; this data allows them to model their driver's risk in order to propose embedded car mechanisms to reduce that risk and the cost of insurance. This is very beneficial for customers who have a hard time finding competitive insurance products in generalized insurance companies. It is also beneficial for Tesla, because it can generate extra revenue more easily and create customer loyalty.

This principle applies to several financial products which are not yet profitable because assessing the risk behind them is too difficult. More advanced AI and new sets of data help solve this issue. They create valuable opportunities for the financial services sector, either by helping them release entirely new products, or by allowing them to remove exclusion clauses from existing contracts.

AI can also allow new business models to emerge. For example, our insurance providers have released new offerings labeled "pay as you drive", "pay how you drive", or "pay when you drive". These offers are appealing to customers who wish to pay only when they need to pay a higher premium, and they are beneficial to insurance companies which need to adapt to new forms of mobility.



SUR CHAQUE LIEU, PEARL PROPOSE UN PANEL DE TRAITEURS PARTENAIRES SÉLECTIONNÉS AVEC SOIN POUR VALORISER LA PERSONNALITÉ DE VOTRE ÉVÉNEMENT : DE L'ANIMATION STREET FOOD AU DÎNER DE FINS GOURMETS.

SAINT CLAIR

Bâtie sur 30 ans de savoir-faire, la Maison Saint Clair développe un état d'esprit en perpétuel mouvement et signe des réceptions haut de gamme, inventives et déhument contemporaines.

TÉ

CRÉATEUR D'INSTANTS

Té conçoit et organise vos réceptions en collaboration avec des chefs et artisans animés par une même passion : surprendre. Recherche de l'excellence et engagement éthique guident leurs créations et inspirent leurs équipes, à l'image du chef résident Thierry Marx.

EXECUTIVE TRAITEUR

Chez Executive Traiteur, vous ne trouverez que des créations culinaires uniques imaginées par le Chef Bruno Viala. Produits frais, esthétique et régularité sont les trois piliers d'un travail artisanal accompli au quotidien dans les laboratoires.

Étape 4

Améliorer vos lettrages

En matière de sketchnoting, le lettrage est primordial.

1. Les titres permettent de structurer votre planche.
2. Les textes facilitent la relecture.

Le tout devant permettre de hiérarchiser les informations et de mieux les retravailler et les mémoriser.



NON, VOTRE ÉCRITURE N'EST PAS NULLE !

Votre écriture naturelle n'est pas lisible ? Ou même si elle l'est, peut-être estimez-vous qu'elle n'est pas « jolie ».

La première règle en la matière est simple : RA-LEN-TI-SSEZ !

Mieux encore : sketchnotez au crayon à papier, puis repassez au stylo ou au feutre calmement. Si vous craignez de loupier des informations ou que ne pouvez compter sur votre mémoire à court terme, c'est la meilleure façon de procéder. Les dessinateurs ne passent-ils pas par une phase de crayonné ?

COMMENT PROCÉDER ?

Pour commencer, prévoyez trois niveaux hiérarchiques. Le premier niveau sera constitué de grandes majuscules. Le deuxième niveau de petites majuscules. Le dernier niveau c'est le texte « normal », c'est donc votre écriture naturelle.

Ce faisant, chaque élément est immédiatement repérable dans votre planche.

TITRE
SOUS-TITRE
Texte

À partir de ces seuls éléments, vous pouvez déjà réaliser des planches de sketchnotes efficaces.

Conseil : utilisez une autre couleur que le noir pour les titres. Cela permettra de les repérer sur la planche en un coup d'œil.

Les émotions

Pour imprimer des émotions sur un visage, aussi simple soit-il, nous avons besoin de deux éléments seulement :

- 1. la position et l'orientation des sourcils ;
- 2. la forme de la bouche.

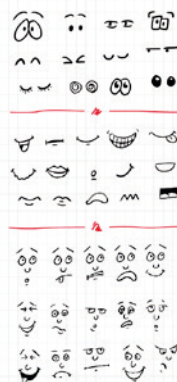
Dans le tableau ci-dessous, nous avons dessiné les sourcils et la forme de la bouche en entrée, puis appliqué ces dispositions sur deux yeux toujours représentés de la même manière.

☐ Voyez comme à partir de ces deux seules variables, nous arrivons à imprimer une expression différente sur un visage !



Vous pouvez ajouter un peu de complexité en jouant sur :

- 1. la forme des yeux ;
- 2. la position des paupières (œil ouvert, fermé, mi-clos) ;
- 3. des éléments accessoires : éclairs, fumée sortant des oreilles, tourbillon matérialisant l'étourdissement, etc.



J'ai suivi une formation en scribing durant laquelle j'ai appris plusieurs choses :

1. Mon problème de mémoire était d'abord dû à un **défaut de concentration**.
2. Dessiner fait du bien ! C'est à la fois **fun, relaxant et très efficace** !
3. Il n'est **pas nécessaire d'être un bon dessinateur** pour être un bon scribe : il suffit de mettre en place sa propre stratégie de prise de notes (plus ou moins textuelle), sa propre grammaire visuelle et ses propres règles pour parvenir à des résultats à la fois esthétiques et efficaces.

J'ai par la suite découvert que cette technique de prise de notes était également utilisée sur papier (feuilles volantes, carnets, bloc-notes) à des fins plus personnelles et qu'elle portait un nom : **les sketchnotes**.



J'ai étudié les bonnes pratiques, commencé mes premières planches de sketchnotes, copié ce qui me plaisait. J'ai vite remarqué que non seulement **je re-prendais du plaisir à prendre des notes** mais qu'en plus, et c'était bien là l'objectif premier, **mon taux de mémorisation avait fait un bond impressionnant** !

Concrètement, à titre personnel, plusieurs jours, semaines et même plusieurs mois après, **je suis désormais capable de restituer les informations clés d'un événement**. J'ai depuis découvert, via les sciences cognitives, pourquoi les sketchnotes sont si efficaces : vous le découvrirez dans le premier chapitre de ce livre.



Je vous ai dit que, si vous ne faisiez rien de particulier, au bout de trois jours, vous ne gardiez en mémoire que 10 % des informations d'un événement. Si vous utilisez les sketchnotes, le fait d'**allier éléments visuels et textuels fait que vous pouvez faire passer ce taux à 65 % !** Soit une augmentation de 550 % !

Plusieurs années se sont écoulées depuis ma découverte des sketchnotes et mon enthousiasme n'est toujours pas retombé, bien au contraire ! Depuis, j'ai créé et j'anime un site Web, **SKETCHNOTES : Facile !** et une communauté de plusieurs milliers de passionnés.



Si vous êtes arrivé à cette page, c'est que vous êtes, vous aussi, tombé dans la marmite et j'espère vous permettre de rapidement gagner en confiance pour réaliser vos premières planches de sketchnotes ou améliorer vos pratiques si vous utilisez déjà cette formidable méthode de prise de notes.

J'AI HÂTE DE PARTAGER AVEC VOUS MA PASSION DES SKETCHNOTES !

ALORS, C'EST PARTI !



Sketchnote
Time

Améliorez de plus de 500 %
vos capacités de mémorisation !

CHÊNE



Je ne supporte plus le lait,
je suis devenu allergique

~~~~~  
FAUX  
mais...

S'agit-il d'un effet de mode ? Tout comme le gluten (voir page 24), le lait de vache est actuellement dans la ligne de mire des consommateurs, qui sont de plus en plus nombreux à s'y déclarer allergiques. Et puisque le lait fait partie de notre régime alimentaire occidental, certains le troquent contre d'autres boissons aux noms similaires, comme le lait de chèvre ou de brebis, ou encore les boissons de riz, de soja, d'amande que l'on ne peut plus officiellement appeler lait mais qui en conservent les usages de consommation.

#### LA VÉRITABLE ALLERGIE

Et cette épidémie d'allergies, est-elle bien réelle ? Les personnes concernées évoquent des nausées et des maux d'estomac. Mais l'allergie à proprement parler ne relève pas d'un simple désordre gastrique passager. Il s'agit d'une réaction immunitaire pathologique à un aliment, en l'occurrence la protéine de lait, chez un individu prédisposé génétiquement. Comme si l'organisme de cette personne considérait l'aliment en question, alors dit allergène, comme une substance à combattre. Comme s'il ne le supportait plus. Confronté à cet allergène, le système immunitaire produit des anticorps et la réaction allergique se manifeste. Les symptômes peuvent affecter la peau, le système respiratoire ou le système digestif, jusqu'à induire des réactions générales de l'organisme très graves, et parfois fatales, comme le choc anaphylactique. C'est pourquoi, lorsque l'allergie est avérée, on exclut les protéines de lait de vache de l'alimentation du nourrisson tout en lui apportant les nutriments dont il a besoin (le calcium, notamment) par d'autres voies.

Cette allergie aux protéines de lait ne touche cependant que 3,5 % de la population, et concerne particulièrement les très jeunes enfants durant les 6 premiers mois de la vie, la plupart d'entre eux en guérissant entre l'âge de 2 et 5 ans. Il est donc très rare que des adultes en soient affectés. Les personnes décrivant des symptômes après l'ingestion de produits laitiers seraient-elles des affabulatrices ? Évidemment non ! Mais l'erreur vient probablement d'une confusion sémantique entre l'allergie aux protéines de lait de vache, que l'on vient d'évoquer, et l'intolérance au lactose.

#### L'INTOLÉRANCE AU LACTOSE

Le lactose est le sucre contenu dans le lait et dans ses produits dérivés. Pour être digéré, il nécessite une enzyme, la lactase, normalement produite par l'intestin. Quand ce n'est pas le cas ou quand la lactase n'est pas produite en quantité suffisante, le lactose n'est pas digéré correctement et finit par fermenter dans le côlon sous l'action de bactéries, ce qui peut provoquer des douleurs, des gaz et des diarrhées. À l'inverse de l'allergie aux protéines de lait, l'intolérance au lactose est très rare chez l'enfant, mais elle se développe avec l'âge, devenant ainsi plus fréquente chez l'adulte. Si les symptômes sont désagréables, cette intolérance ne présente pas de risques de complications.

Pour en avoir le cœur net, évitez de consommer tout produit laitier pendant 2 semaines et voyez si les symptômes régressent ou non. Dans le premier cas, il peut s'agir d'une intolérance ou d'une susceptibilité passagère, suite à une gastroentérite, par exemple. N'hésitez pas à en parler à votre médecin, qui pourra vous proposer un test. Et si l'intolérance est avérée, n'oubliez pas de vous supplémenter en calcium.

#### IL FAUT CONSOMMER 3 PRODUITS LAITIERS PAR JOUR

C'est une moyenne ! Le graal des produits laitiers, c'est le calcium qu'ils contiennent. Un minéral essentiel à la croissance des plus jeunes et nécessaire pour conserver des os solides. Ainsi, le Programme national Nutrition Santé suggère de consommer 3 produits laitiers par jour, jusqu'à 4 pour les enfants et les seniors. Par « produits laitiers », on entend le yaourt, le fromage et le fromage blanc. Si la crème et le beurre sont fabriqués à partir du lait, ils sont surtout considérés comme des produits gras, et la crème glacée comme un aliment sucré.

Emma Strack préface de Michel Cymes

## VRAI OU FAUX : les idées reçues en médecine

Les réponses aux questions que l'on se pose tous !

**L'exercice, ça fait maigrir** Le soleil fait disparaître l'acné

**Le cœur est situé à gauche**

On peut devenir accro à la morphine

**C'est la nuit qu'un enfant grandit** **La bière, ça désaltère**

**Il y a plus d'accouchements les nuits de pleine lune**

**On peut être accro au footing**

Les hommes et les femmes ne réfléchissent pas de la même façon

**L'homme descend du singe**

**On ne peut avoir la varicelle qu'une fois dans sa vie**

**L'homme n'utilise que 10% de son cerveau**

**L'être humain est doté de cinq sens**

**Ménopause = chute de la libido**

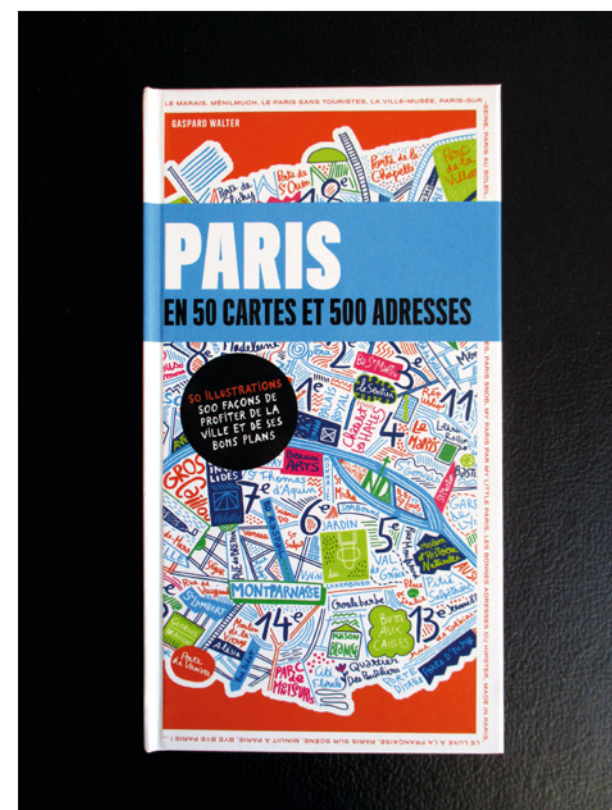
**L'ananas brûle les graisses**

**Une femme enceinte a envie de fraises**

**La soupe fait grandir**

**Le sucre rend les enfants hyperactifs**

**Le gingembre est aphrodisiaque**





[illegible]

**Illustration: G. Gaudin**  
 60 x 120 cm, 1/2 m de tissu en coton blanc  
 Bouton de pression sur élastique  
 Bouton de pression

**Donner l'air** - coudre l'élastique sur la  
 boutonnière - l'élastique double face  
 du bouton  
 Bouton - coudre sur le bouton  
 100 x 120 cm de tissu en coton  
 Bouton - coudre sur le bouton  
 100 x 120 cm



**Instructions:**  
 Wash fabric and iron out creases.  
 40 (38-42) 44 (42-44) 48 (46-48) 52 (50-54)  
 Bust (shoulder-to-shoulder) flat.

**How to construct this unique top:**  
 1. Cut out.  
 2. No seam: cut out the top and lay flat.  
 3. No seam: cut out the bottom and lay flat.  
 4. No seam: cut out the sleeves and lay flat.  
 5. No seam: cut out the collar and lay flat.  
 6. No seam: cut out the straps and lay flat.  
 7. No seam: cut out the back and lay flat.

[illegible][illegible][illegible]



## ÉTIQUETTE POUR BAGAGES

- 5 Reproduire le patron page 69 sur le tissu
- 6 Sur la partie (A) découper une feuille de 5,5 x 8 cm comme indiqué et reporter les angles 45° sur 0,5 cm.
- 7 Placer la feuille de la feuille sur une partie creuse et piquer la machine à l'endroit des angles et à 0,5 cm de la feuille
- 8 Placer la feuille de la feuille sur la feuille et faire le pli en partant au point et en suivant la coupe partiellement visible. Les bords peuvent se rejoindre sans avoir besoin d'être ajustés pour l'empêcher de bouger
- 9 Sur le dos grande coupe (B) la partie (D) faire des points de 0,5 cm comme indiqué et faire le pli sur la machine à piquer à 0,5 cm de la feuille. Faire de même sur la partie (C) et la partie (E)
- 10 Reliiez la feuille sur une machine à piquer et faire le pli de chaque côté de la partie 0,5 cm de la coupe plus en bas
- 11 Faire l'écou (E) sur la machine à piquer et faire la coupe latérale entre les deux parties (C) et (D) comme indiqué. Piquer la machine au point et à 0,5 cm de la coupe
- 12 Remettre que le tissu soit le point à 0,5 cm de bord
- 13 Faire une drapette centrale de 10 x 10 cm pour faire votre robe et votre veston
- 14 Plier à 90°
- 15 Sur le tissu, autour du pli de la taille



3. Courez sur votre bicyclette, le bras en équilibre dans le bras de la main de droite. C'est ce qu'il donne son élasticité et permet aux bras de tirer et tirer d'écarter.
4. Place votre bras de droite en deux dans le long et marquez le pif au fil de la queue. Redonnez ensuite chaque bras de longueur et marquez une queue d'un 0,5 m au centre (entre les deux bras de la queue). Répétez un bras et marquez le bras plus au fil.
5. Fixez une bicyclette sur un anneau de la fin de la queue de la queue et placez l'anneau aux bras de la queue et le centre de la queue.
6. Tenez l'anneau avec les bras de la queue et tenez le bras de la queue de la queue.



SAC FOURRE TOUT

- 3 Régulez le patin jusqu'à ce que le couteau et la table soient découverts. Ouvrez le couvercle de la table jusqu'à environ 10 cm de la hauteur maximale.
- 4 Assemblez les deux chéris, et en appuyant à la hauteur de 70 cm, deux chéris, sur le pied principal de la machine. Les chéris sont pointés à 93° dans les deux directions.
- 5 Placez l'arbre dans l'angle à 93°, en appuyant le couteau et la plaque du fond de la table sur le pied principal de la machine. Le couteau et la plaque du fond de la machine sont en contact sans dépasser les deux points à 0,5 cm de cette mesure.
- 6 Remontez le sac et en relâchant le dispositif, laissez les mêmes indicateurs fonctionner. La diffusion dans le sac est stable, comme vous pouvez en juger les yeux.
- 7 Placez la table à l'horizontale sur deux supports de tiges, sur toute la longueur de l'ouverture de la table. Appuyez la machine à l'horizontale tout en tirant du bas à 93° du fond de la table.
- 8 Placez la machine de la machine sur deux chéris du sac de la largeur, appuyez la machine sur la table jusqu'à ce que la table soit à l'horizontale, appuyez sur l'arbre des deux côtés.
- 9 Réajustez l'arbre en contrôlant de la coupe le patin à l'horizontale appuyé et appuyé jusqu'à ce que les 0,2 cm de la table.
- 10 Placez les chéris de la machine sur les chéris du sac à 5 cm de la table, appuyez, sans appuyer et coupez la table. Les chéris sont tirés en tirant et en tirant à l'horizontale.

### Phrase



### BROCHE FLEUR

- 1 Placer le bandeau de tissu en deux tiers le sens de la largeur endroit contre endroit en plaquer à la machine au point droit à 0,5 cm du bord sur le côté opposé ainsi que sur un tiers petits côtés. Recoudre en sautoir.

Phrase



- 1 Fermer le bûle sur toute sa longueur en plaçant la machine au point droit des deux grands côtés et sur une des extrémités (0,5 m du bord).
- 2 Placer en diagonale chaque rectangle de tissu dans la machine de façon à ce qu'il mesure 55 x 7 cm. Placer les angles centraux en bordure sur le rectangle de tissu droit pour l'insérer en alignant parfaitement les bords sur les petits côtés. Les deux côtés doivent être respectés de 55 cm (0,5 m) en plaçant les plis des deux bords sur l'intérieur du rectangle. Placer la machine au point droit (0,5 m du bord).
- 3 Placer le rectangle de tissu sur l'anneau pour l'insérer en alignant parfaitement toutes les bords du tissu sur les bords de l'anneau. Placer la machine au point droit (0,5 m des deux grands côtés et d'un petit côté).
- 4 Retenir avec l'étau un bout de 0,5 cm sur le petit côté basculé vers l'extérieur. Glisser la tête dans le contour dans sa longueur et plaquer la machine au point droit (0,5 m des deux grands côtés et d'un petit côté).



BANDEAU LARGE EN LIBERTY

1. Place le grand rectangle de tissu autour autour dans le sens de la largeur et coupe la machine au point droit à 0,5 cm du côté court. Retenue.
2. Place le petit rectangle autour autour autour, dans le sens de la largeur et coupe la machine au point droit à 0,5 cm du côté court. Retenue.
3. Placer les extrémités courtes du grand rectangle afin d'élever une largeur de 3 cm. Cousez en un seul sur un seul des bords de l'épave plat et fixe le tout au point droit en faisant un autre sur une seule sur l'autre.
4. Effectue la coupe diagonale de tissu sur l'épave plat. Place l'autre côté de l'épave sur l'autre extrémité courtes en suivant les mêmes indications.
5. Faites un surjet de 0,5 cm sur la coupe diagonale et glissez le long de l'épave de la largeur de 3 cm sur l'autre extrémité et cousez la machine au point droit en suivant les mêmes indications.



1. Reproduire le patron page 67 sur des deux rectangles de papier (20 cm x 40 cm).
2. Placer le patron en alignant comme indiqué sur le bord de la partie du dessin (A) en alignant le second avec le premier (aligné droit) comme au point de départ du dessin (au point de départ).
3. Placer le reste du patron sur la partie du (B) en alignant les mêmes indications.
4. Placer un bord de la formation alignée, aligner comme indiqué, sur un des grands bords du dessin (C) jusqu'à ce que la ligne soit alignée. Transférer la formation alignée et marquer à 0,5 cm sur la bordure à 0,5 cm du bord. Placer les mêmes indications de la formation sur la partie (D).
5. Répéter les mêmes opérations sur la machine à coudre jusqu'à ce que chaque côté du bord de la formation (C) soit aligné sur les deux grands bords du dessin. Aligner de la trousse à 0,5 cm de chaque côté de la formation alignée.
6. Assembler, aligner comme indiqué, le dessin de la trousse (E) et (F) au dessin (C) afin d'obtenir une sorte de grand rectangle. Transférer la trousse à 0,5 cm de la trousse alignée, sur le dessin (A) et (B) de la trousse (B) avec deux alignements.

1



## BROCHES CUPCAKES

1. Transférez le motif chargé jetez sur le maximum de trois litres en suivant les indications du fabricant et en adaptant votre motif aux dimensions voulues.
2. Prenez une quantité de 100 g de peinture au choix et appliquez-la uniformément sur le maximum de 1 m de largeur sur la surface du capot. Si vous n'avez pas le motif en impression, placez-le comme une feuille et repassez les contours au crayon sur l'écran.
3. Retournez et laissez sécher de 60 centimètres d'écartement.
4. Appliquez de même la peinture synthétique et laissez sécher à petits points tachés.
5. Finir au dos une épingle pour bricoler et la coudre à la main.
6. Placez les perles sur le capot et cousez-les à la main au moyen de petites points.

Stylized as a page from a book, the cover features a large, ornate initial 'S' in the top left corner, followed by the title 'S...'. The text is in a classic serif font, and the overall design is elegant and formal.





## CRUMBLE AUX CAROTTES

**DEUX TÛN DE PÂTE**  
Le pâte à crumble doit cuire pendant 15 minutes dans un four préchauffé à 180°C pour obtenir une texture croustillante.

→ 100 g de carottes → 10 minutes → 100 g de beurre → 100 g de sucre → 100 g de farine → 100 g de lait

**RECETTE**  
Épluchez les carottes et coupez-les en dés. Mélangez-les avec le sucre et le beurre fondu. Ajoutez la farine et le lait. Mélangez bien. Étalez le mélange sur une plaque à pâtisserie. Cuisez pendant 15 minutes à 180°C. Laissez refroidir.

**NOTES**  
Le crumble est un dessert qui se fait avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc. Le crumble est un dessert qui se fait avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.



## P'TITES SAUCES : TARTARE DE SAUMON ET RILLETES DE SARDINES

→ 100 g de saumon → 10 minutes → 100 g de sardines → 100 g de beurre → 100 g de sucre → 100 g de lait

**RECETTE**  
Mélangez le saumon avec le beurre fondu. Ajoutez le sucre et le lait. Mélangez bien. Étalez le mélange sur une plaque à pâtisserie. Cuisez pendant 15 minutes à 180°C. Laissez refroidir.

**NOTES**  
Le tartare de saumon est un plat qui se fait avec du saumon cru et du beurre fondu. Les rillettes de sardines sont un plat qui se fait avec des sardines en conserve et du beurre fondu.



## P'TITES CRÈMES BRÛLÉES AU PARMESAN

**DEUX TÛN DE PÂTE**  
Ces crèmes brûlées sont faites avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.

→ 100 g de parmesan → 10 minutes → 100 g de beurre → 100 g de sucre → 100 g de lait

**RECETTE**  
Mélangez le parmesan avec le beurre fondu. Ajoutez le sucre et le lait. Mélangez bien. Étalez le mélange sur une plaque à pâtisserie. Cuisez pendant 15 minutes à 180°C. Laissez refroidir.

**NOTES**  
Les crèmes brûlées sont un plat qui se fait avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.



## P'TITS SAMOUSSAS AU BŒUF

**DEUX TÛN DE PÂTE**  
Les samoussas sont un plat qui se fait avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.

→ 100 g de bœuf → 10 minutes → 100 g de farine → 100 g de sucre → 100 g de lait

**RECETTE**  
Mélangez le bœuf avec le beurre fondu. Ajoutez le sucre et le lait. Mélangez bien. Étalez le mélange sur une plaque à pâtisserie. Cuisez pendant 15 minutes à 180°C. Laissez refroidir.

**NOTES**  
Les samoussas sont un plat qui se fait avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.



## P'TIT BABA À L'ORANGE

**DEUX TÛN DE PÂTE**  
Le baba à l'orange est un plat qui se fait avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.

→ 100 g de farine → 10 minutes → 100 g de sucre → 100 g de lait

**RECETTE**  
Mélangez la farine avec le sucre et le lait. Mélangez bien. Étalez le mélange sur une plaque à pâtisserie. Cuisez pendant 15 minutes à 180°C. Laissez refroidir.

**NOTES**  
Le baba à l'orange est un plat qui se fait avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.



## P'TITS FEUILLETÉS AU THON

**DEUX TÛN DE PÂTE**  
Les feuilletés au thon sont un plat qui se fait avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.

→ 100 g de thon → 10 minutes → 100 g de farine → 100 g de sucre → 100 g de lait

**RECETTE**  
Mélangez le thon avec le beurre fondu. Ajoutez le sucre et le lait. Mélangez bien. Étalez le mélange sur une plaque à pâtisserie. Cuisez pendant 15 minutes à 180°C. Laissez refroidir.

**NOTES**  
Les feuilletés au thon sont un plat qui se fait avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.



## P'TITS ÉCLAIRS AU SAUMON ET P'TITES GOUGÈRES AU CHÈVRE

**DEUX TÛN DE PÂTE**  
Les éclairs au saumon et les gougères au chèvre sont des plats qui se font avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.

→ 100 g de saumon → 10 minutes → 100 g de chèvre → 100 g de farine → 100 g de sucre → 100 g de lait

**RECETTE**  
Mélangez le saumon avec le beurre fondu. Ajoutez le sucre et le lait. Mélangez bien. Étalez le mélange sur une plaque à pâtisserie. Cuisez pendant 15 minutes à 180°C. Laissez refroidir.

**NOTES**  
Les éclairs au saumon et les gougères au chèvre sont des plats qui se font avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.



## CANNELÉS

**DEUX TÛN DE PÂTE**  
Les cannelés sont des plats qui se font avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.

→ 100 g de sucre → 10 minutes → 100 g de farine → 100 g de lait

**RECETTE**  
Mélangez le sucre avec le beurre fondu. Ajoutez le sucre et le lait. Mélangez bien. Étalez le mélange sur une plaque à pâtisserie. Cuisez pendant 15 minutes à 180°C. Laissez refroidir.

**NOTES**  
Les cannelés sont des plats qui se font avec une pâte à crumble et une garniture. La garniture peut être de la fruit, de la crème, de la confiture, etc.











## AVANT-PROPOS

Paul Ferris

Peurs, jalousie, culpabilité, stigmas, indécision, tristesse, idées fixes, sentiments de valétudine, regrets, conflits à répétition, colères, possessivité, insécurité, nostalgie excessive, rancune, insécurité, désenchantement... Les Fleurs de Bach et autres fleurs florissantes vous aident à retrouver votre équilibre d'être humain pour affronter une situation parfois difficile. Manifeste, conciliant, corrélat avec les enfants ou le conjoint, manifeste d'actions face aux collègues de travail, crises de panique dans la foule, trac avant un examen, impatience permanente ou, au contraire, aboulie, lassitude... Pour chacune de ces situations, 38 fleurs d'élite ont le bon de la langue et dans un verre d'eau, suffisent pour que tout rentre dans l'ordre. Le calmant, vos capacités de réflexion et de réaction augmentent. Mieux encore, en apaisant vos humeurs, les fleurs florissantes agissent directement sur votre organisme : l'ajout de plus personnel ne se que le psychisme influence votre état de santé.

Depuis quelques années, les remèdes mis au point par le Dr Bach consistent en un succès remarquable pour qu'ils rééquilibrent les émotions à l'origine de nombreux maux physiques et psychiques, dominent l'arrogance prise en compte par les autres méthodes thérapeutiques. Cet intérêt du public a poussé les laboratoires à proposer une offre toujours plus diversifiée : des 38 fleurs des origines, on est passé à plusieurs milliers.

[ 5 ]



## PISSENLIT

Taraxacum officinale

Vous avez une tendance à la bi-pluie ? Vous êtes souvent exténué au travail et même insomnie au départ ? L'élitisme de Pissenlit est fait pour vous.

### Comment la reconnaître ?

Le Pissenlit, ou élite de rosette ou élite de fleur, se reconnaît à ses belles fleurs jaunes et ses plumeuses sphériques de graines. C'est une plante qui peut être qualifiée de sympathique : elle pousse partout, du nord au sud de l'Europe, offre le nectar de ses fleurs aux abeilles qui en sont friandes, et se mange en salade. Si les cultivateurs l'apprécient dans leurs prairies, les jardiniers la tolèrent difficilement car les graines se dispersent facilement et les pelouses ou les parcs sont vite envahies ! Les amateurs de salade cresson, de préférence au printemps, les plus jeunes pissenlits, ceux qui ne sont pas encore en fleur, et les cultivateurs ne chatoient que ceux qui poussent sur les trottoirs, là où la terre a été finement remuée. De temps en temps, vous pouvez préparer les tendres racines du printemps comme des asperges. Et comme un bouchon de verre jamais sold, c'est une plante médicinale qui soigne efficacement un grand nombre de maux. Les symptômes autour du pissenlit correspondent donc au soleil, puisque la fleur est jaune et sphérique, soit au vent et à la dispersion : dispense des angoisses, des sentiments... Il paraît que, si une femme offre des pissenlits à son mari, c'est pour lui faire comprendre qu'il apprécie un peu trop son fauvisme et qu'il ne doit pas en faire trop !

### Phytothérapie

Comme son nom l'indique, le pissenlit est diurétique, c'est-à-dire qu'il aide à éliminer l'excès de liquide dans le corps. Il est aussi laxatif et agit sur le système digestif. Il est riche en sels minéraux et en vitamines.

Le pissenlit est aussi diurétique, c'est-à-dire qu'il aide à éliminer l'excès de liquide dans le corps. Il est aussi laxatif et agit sur le système digestif. Il est riche en sels minéraux et en vitamines.

Section rose [ 22 ]

[ 23 ]



## BOURGEOIS DE MARRONNIER BLANC

Chamaecyparis nivalis

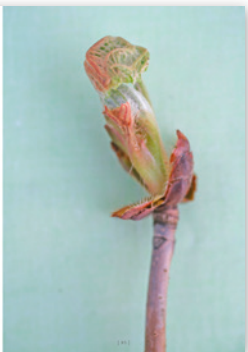
### Comment la reconnaître ?

Le Bourgeois de Marronnier Blanc est une plante à feuilles persistantes, à croissance lente, qui pousse en touffes denses. Les fleurs sont petites et blanches, et les fruits sont petits et ronds.

### Phytothérapie

Le Bourgeois de Marronnier Blanc est une plante à feuilles persistantes, à croissance lente, qui pousse en touffes denses. Les fleurs sont petites et blanches, et les fruits sont petits et ronds.

Section rose [ 14 ]



## CLIMATITE

Climacis

### Comment la reconnaître ?

Le Climatite est une plante à feuilles persistantes, à croissance lente, qui pousse en touffes denses. Les fleurs sont petites et blanches, et les fruits sont petits et ronds.

### Phytothérapie

Le Climatite est une plante à feuilles persistantes, à croissance lente, qui pousse en touffes denses. Les fleurs sont petites et blanches, et les fruits sont petits et ronds.

Section rose [ 16 ]



## BRUYÈRE

Calluna vulgaris

### Comment la reconnaître ?

La Bruyère est une plante à feuilles persistantes, à croissance lente, qui pousse en touffes denses. Les fleurs sont petites et blanches, et les fruits sont petits et ronds.

### Phytothérapie

La Bruyère est une plante à feuilles persistantes, à croissance lente, qui pousse en touffes denses. Les fleurs sont petites et blanches, et les fruits sont petits et ronds.

Section rose [ 10 ]



## CHICOIRÉE SAUVAGE

Chicoirée

### Comment la reconnaître ?

La Chicoirée Sauvage est une plante à feuilles persistantes, à croissance lente, qui pousse en touffes denses. Les fleurs sont petites et blanches, et les fruits sont petits et ronds.

### Phytothérapie

La Chicoirée Sauvage est une plante à feuilles persistantes, à croissance lente, qui pousse en touffes denses. Les fleurs sont petites et blanches, et les fruits sont petits et ronds.

Section rose [ 10 ]



## Sommaire

- 01 MIEUX CONNAÎTRE VOTRE CORPS**
- Anatomie et physiologie 10
  - La consultation de gynécologie 20
  - Des examens au service de votre santé 23
- 02 LES RÈGLES**
- Qu'est-ce que les règles ? Les troubles des règles 30
  - Le syndrome prémenstruel (SPM) 42
- 03 LA PUBERTÉ ET L'ADOLESCENCE**
- La puberté : physiologie intime 50
  - L'entier le premier fois 52
- 04 LA MÉNOPAUSE**
- Prémenopausse, ménopause : physiologie et troubles 56
  - Les symptômes et les difficultés 62
  - Les traitements de la ménopause 67

# mieux connaître <sup>1</sup> votre corps

## GYNÉCOLOGUE

## La consultation de gynécologie

Ne craignez pas la consultation de gynécologie. En effet, l'examen gynécologique proprement dit n'est pas douloureux et n'occasionne qu'une part minime de la durée de la consultation. N'oubliez pas les femmes qui, après un examen, ont hébété pendant plus de dix minutes de prendre un premier rendez-vous mais se sentent plus détendues et confortables par la suite.

## UN RENDEZ-VOUS INDISPENSABLE

AVANT LA CONSULTATION. Afin de tirer le maximum de bénéfices de la consultation, préparez-la. Pour ne pas oublier, nous vous listons les troubles que vous ressentez et les problèmes qui vous préoccupent. Le mieux est d'avoir une chemise contenant tout votre dossier gynécologique (dont un arbre généalogique) à votre disposition.

LE JOUR DE LA CONSULTATION. Si vous avez des antécédents ou l'examen gynécologique doit se faire, gardez votre dossier.

La consultation commence par un entretien, pendant lequel le médecin va vous écouter puis vous pose un certain nombre de questions vous concernant.

Une antécédente familiale. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## Mieux connaître votre corps

Avant de vous rendre chez votre gynécologue, il est important de vous renseigner sur les troubles des règles, les symptômes de la ménopause, les symptômes de la puberté, etc.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## GYNÉCOLOGUE

## QUE FAIRE EN CAS D'UN PROBLÈME ?

La consultation de gynécologie est un rendez-vous important. Elle permet de poser des questions, de faire un examen, de faire un diagnostic, etc.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## mon conseil

Comment faire pour ne pas oublier sa pilule ? Pour éviter les oublis, il est important de prendre sa pilule à la même heure, à la même dose, et de ne pas oublier de la prendre.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## La contraception

## La contraception

La contraception est un moyen de prévenir la grossesse. Elle peut être naturelle, chimique, ou chirurgicale.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## GYNÉCOLOGUE

## La consultation et les examens du couple infertile

Devant l'infertilité et l'infertilité des couples, on peut constater une infertilité d'origine masculine ou féminine. Il est important de faire un examen de la fertilité.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## mon conseil

Ne vous inquiétez pas après deux ou trois cycles sans grossesse. Il est important de continuer à prendre votre pilule à la même heure, à la même dose, et de ne pas oublier de la prendre.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## Les gynécologues de la fertilité

## Les gynécologues de la fertilité

Les gynécologues de la fertilité sont des spécialistes de la fertilité. Ils peuvent être gynécologues ou biologistes.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

# zoom

## Les MST

## L'UNE EXPANSION DIFFICILE À CONTRÔLER

Il est difficile de contrôler l'expansion des MST car elles sont souvent asymptomatiques et se transmettent facilement.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## Les MST

## Les MST

Les MST sont des infections sexuellement transmissibles. Elles peuvent être bactériennes, virales, ou fongiques.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## GYNÉCOLOGUE

## Les MST

Les MST sont des infections sexuellement transmissibles. Elles peuvent être bactériennes, virales, ou fongiques.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

# Les MST

## mémo

## Le PRÉSERVATIF reste le moyen le plus sûr de protection contre les MST.

En cas de MST, il faut traiter simultanément les deux partenaires.

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## GYNÉCOLOGUE

## Table des matières

01 MIEUX CONNAÎTRE VOTRE CORPS

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

## Table des matières

02 LES RÈGLES

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).

Antécédents familiaux. Carcino- matoïdes peuvent être héréditaires (ovaires, endométrium, utérus, etc.).



## 2

03

**L'ENGAGÉE**

**À VOUS DE JOUER !**

Remplissez le verre de glaçons et versez-y les ingrédients dans l'ordre. Assaisonnez selon votre goût, mélangez à l'aide d'une cuillère, goûtez et servez.

**Le conseil du barman**

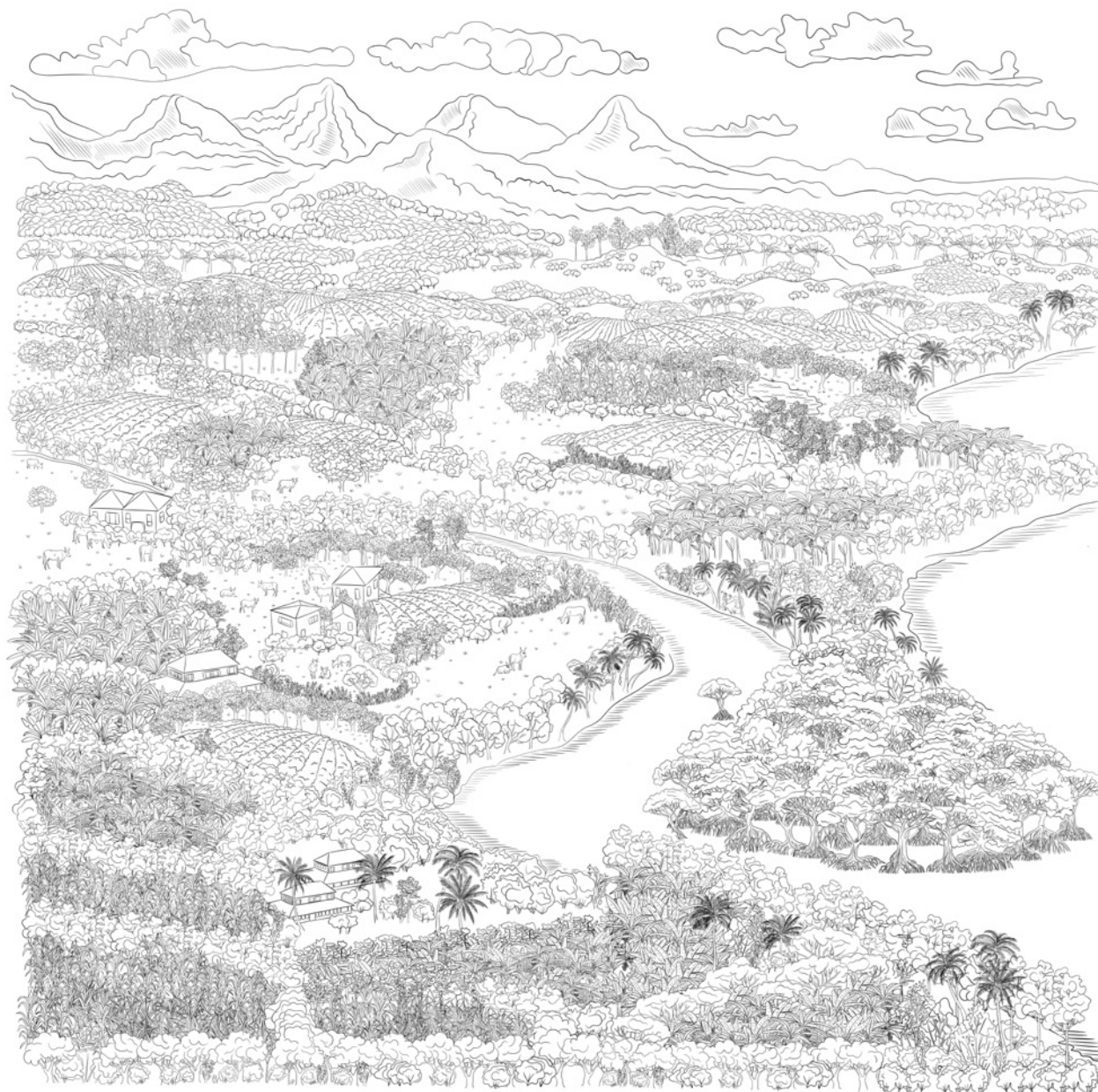
Pour une déco « total recyclage » – ah ou, on pense à vous –, utilisez un morceau de branche de céleri. Croquant et goûteux, le céleri accompagne divinement bien la tomate. Sachez en outre que ce cocktail est idéal pour se remettre des lendemains de fête... ou pour oublier que vous êtes toujours suspendue à 40 m au-dessus du vide... Ahhhhhhhhaaaa !



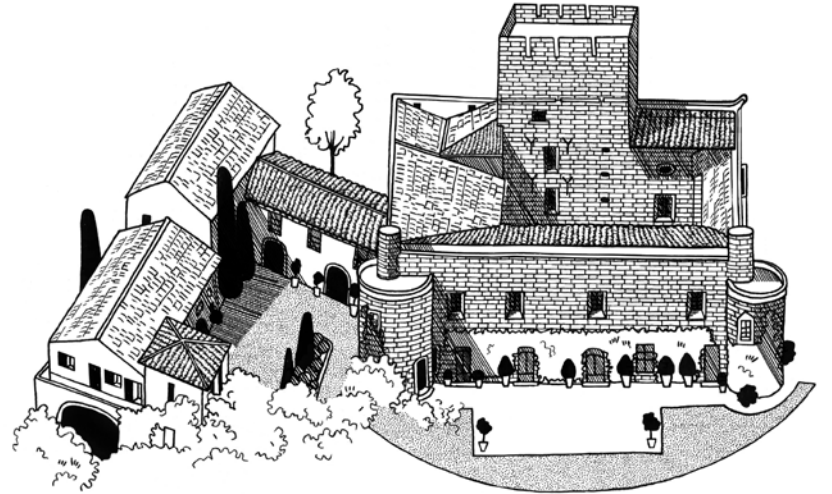
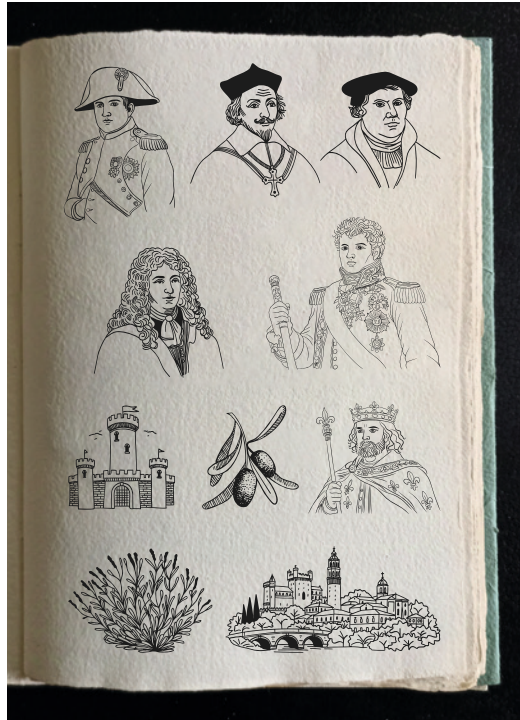
ILLUSTRATION



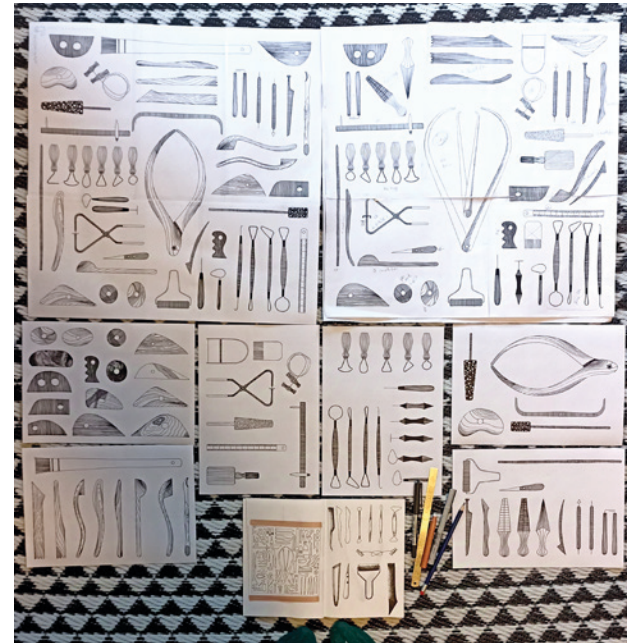
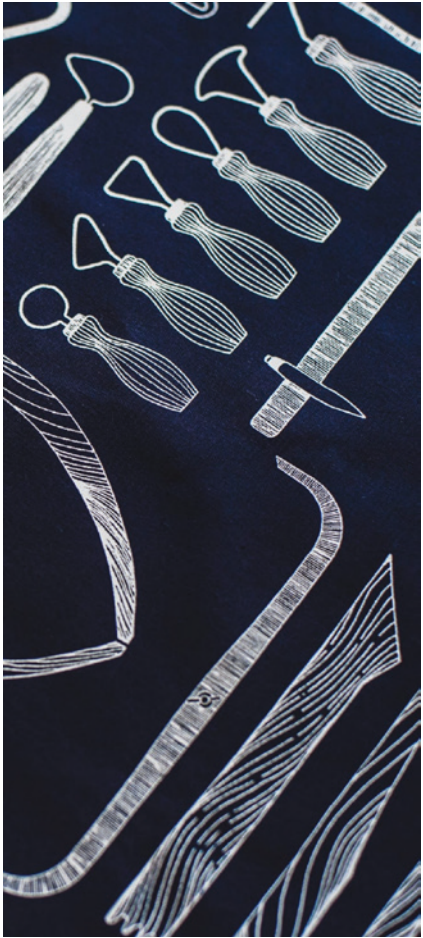




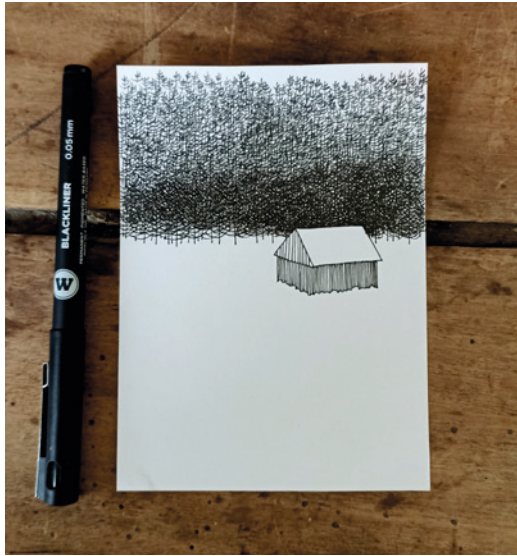
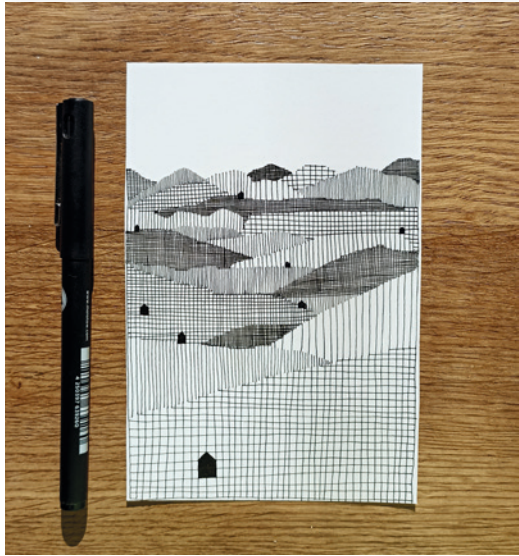
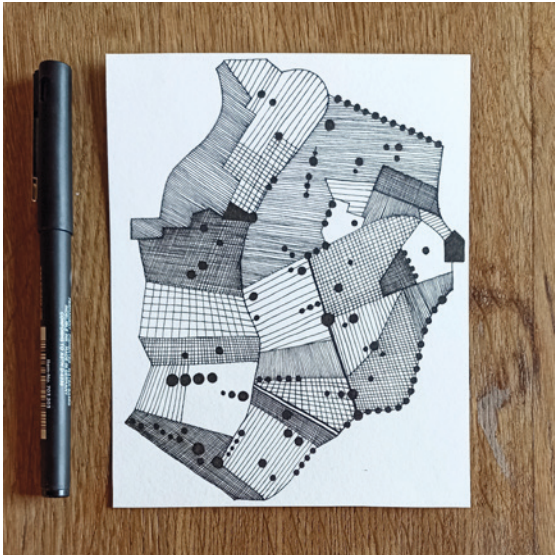




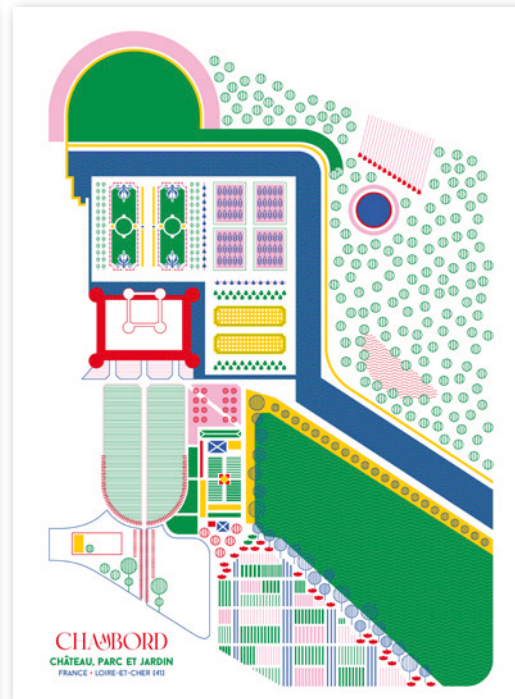
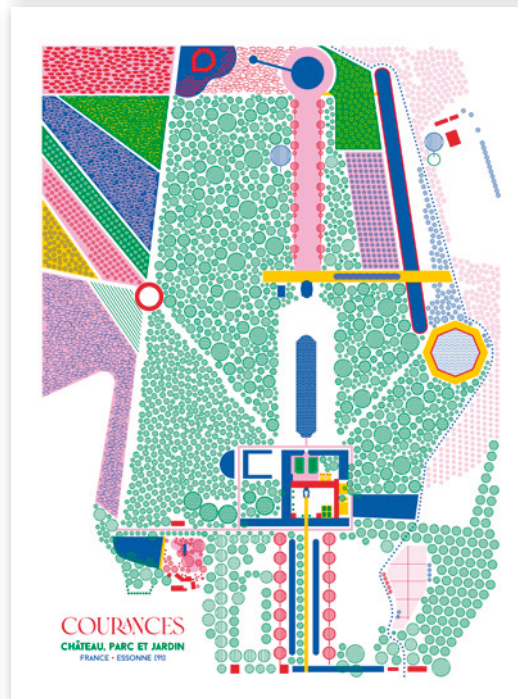
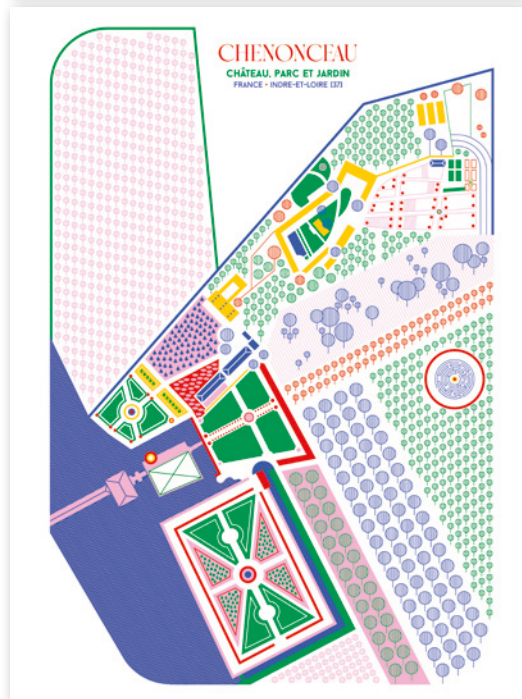
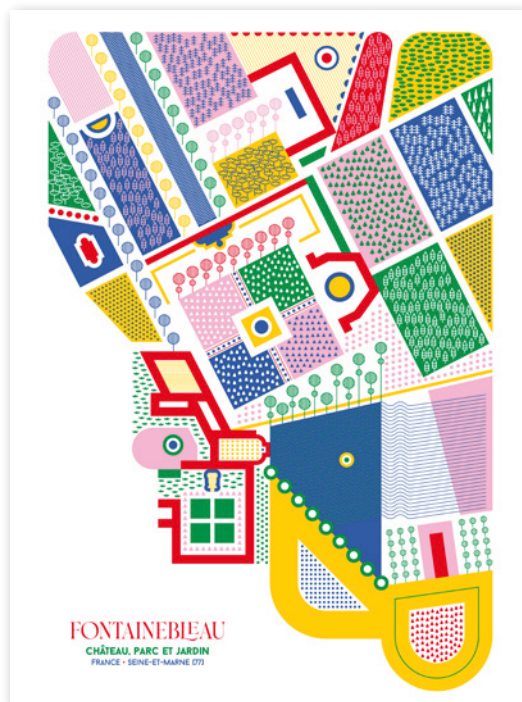








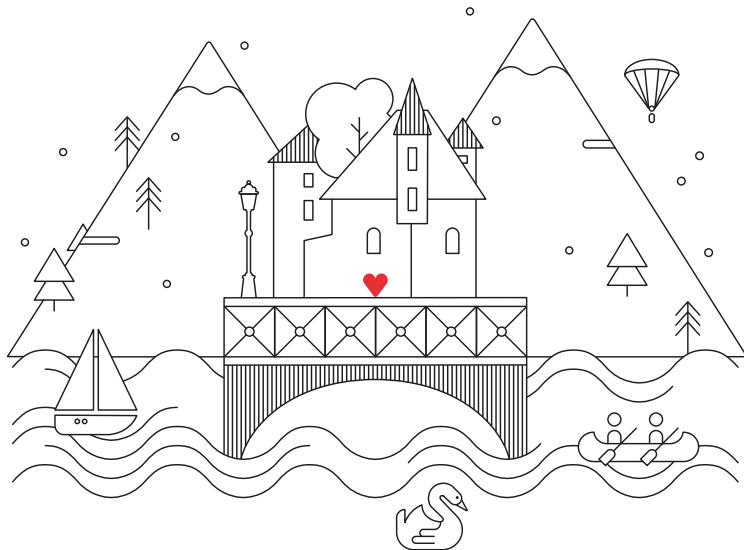


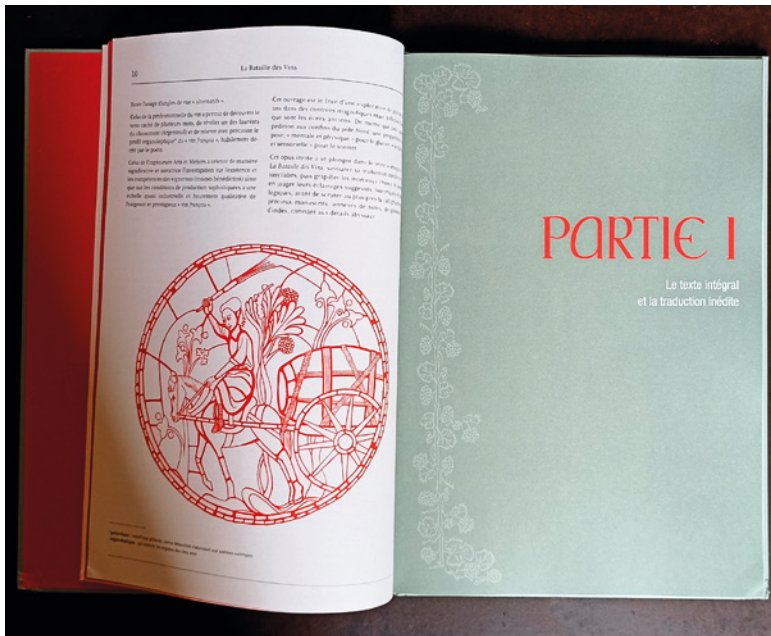




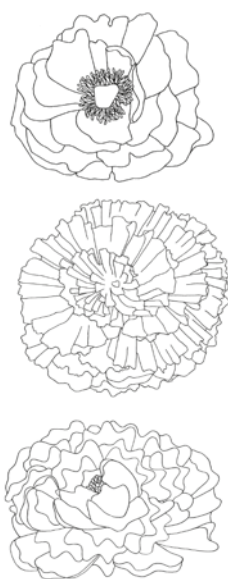




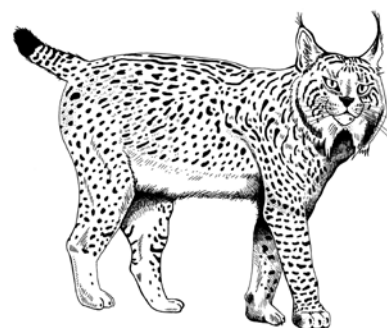
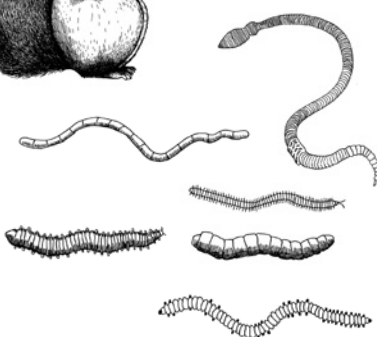
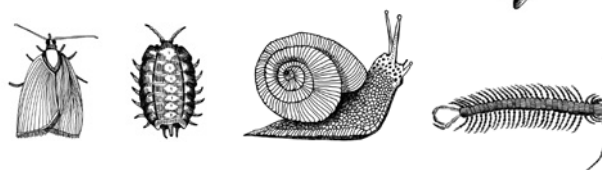
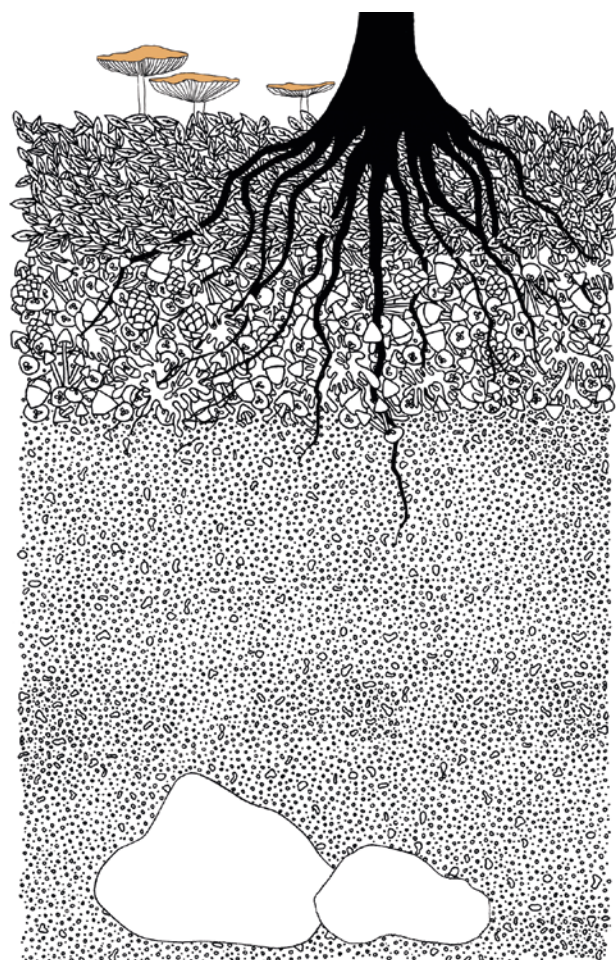






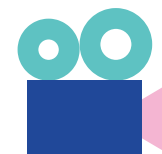
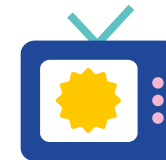
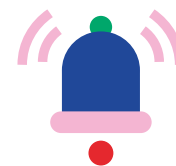
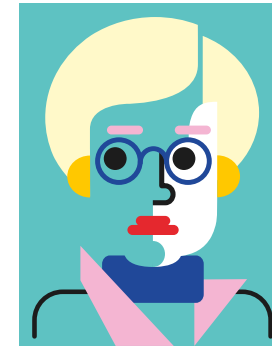
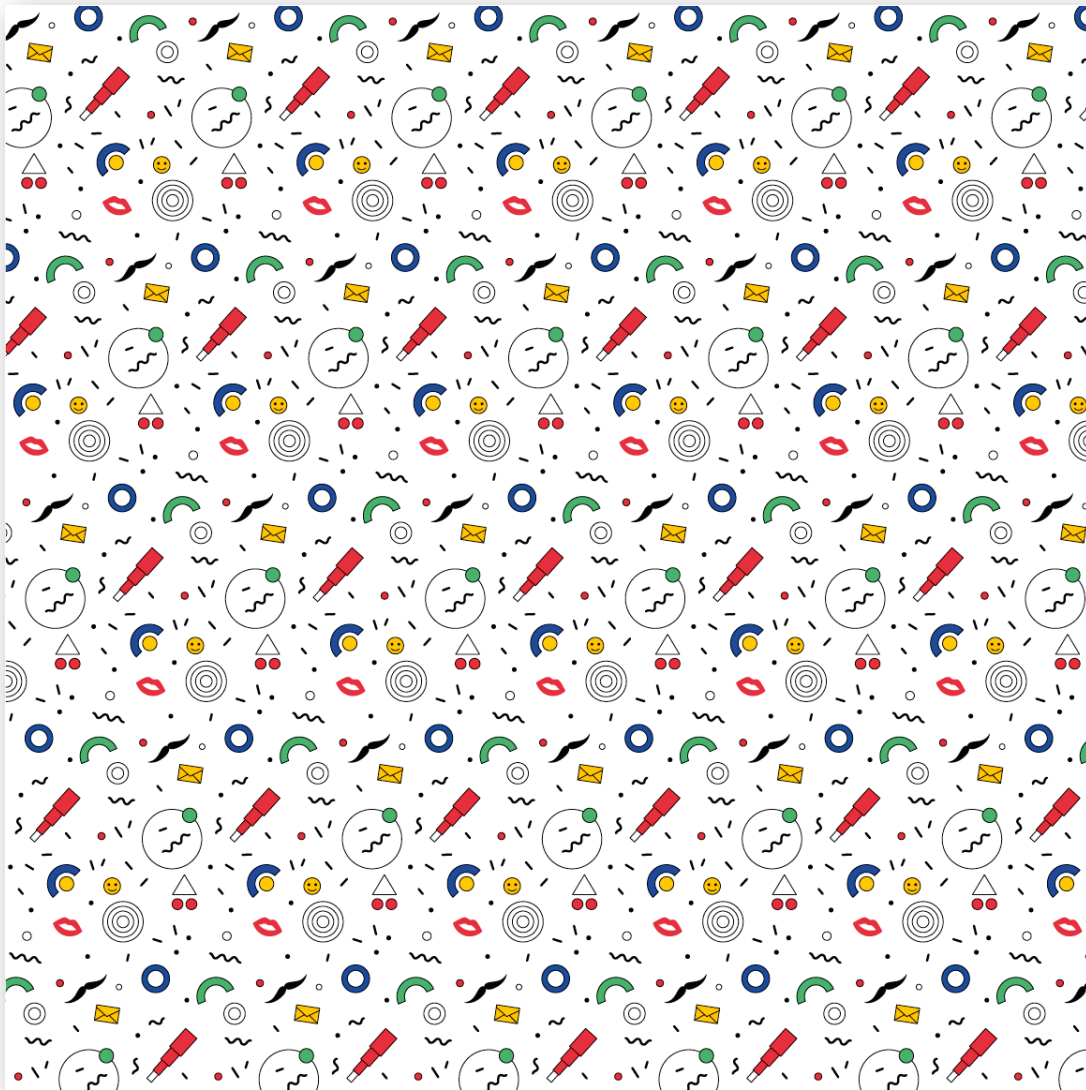




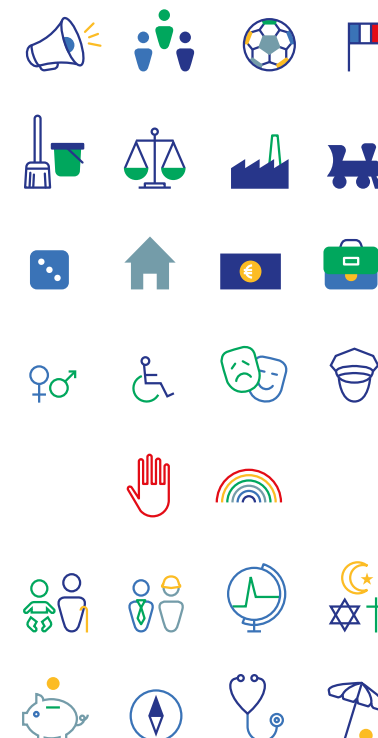
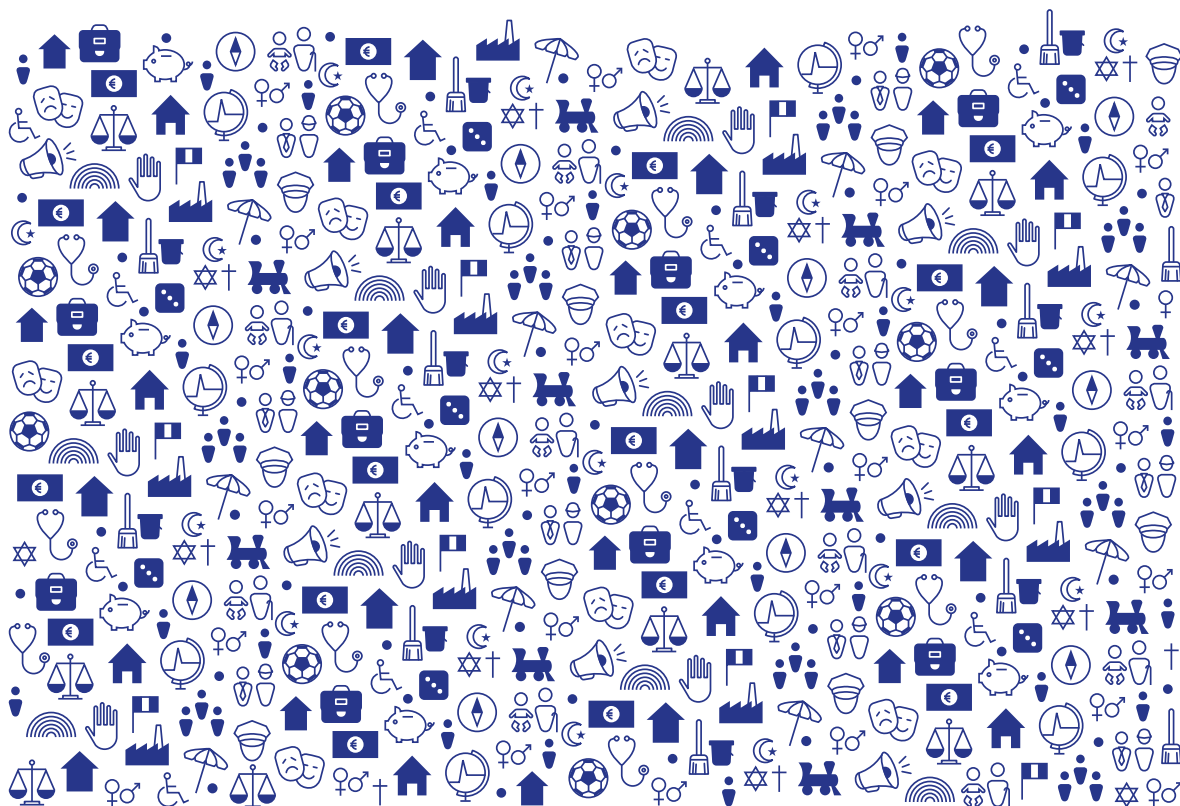


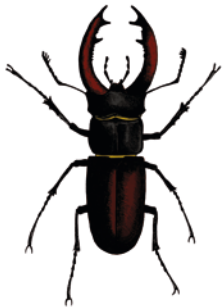








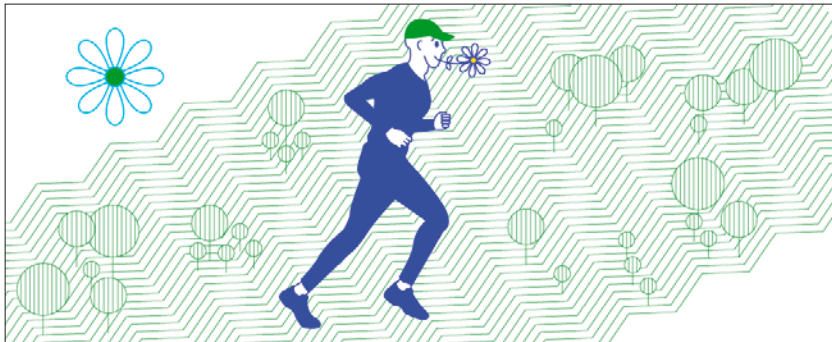
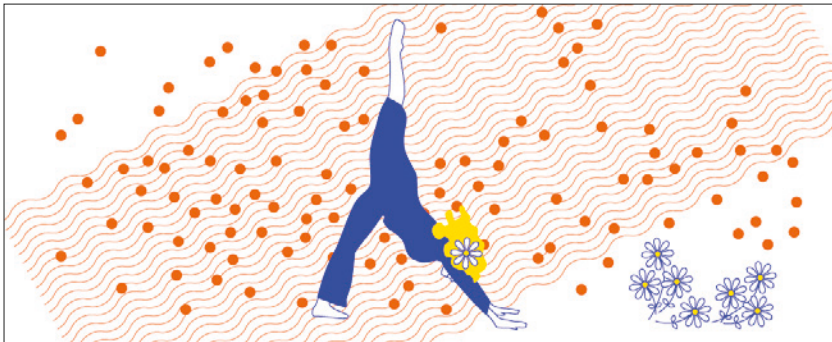
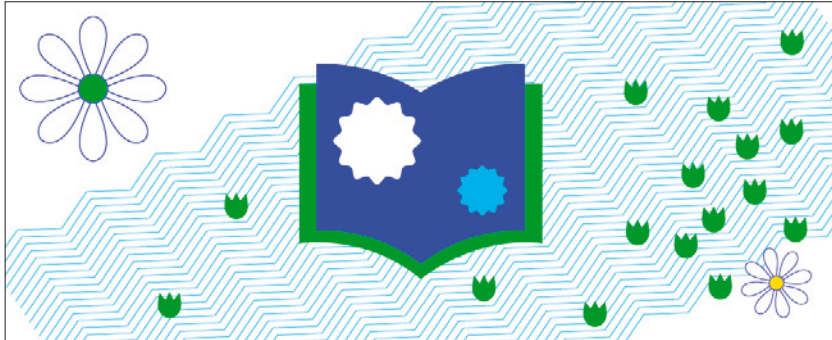




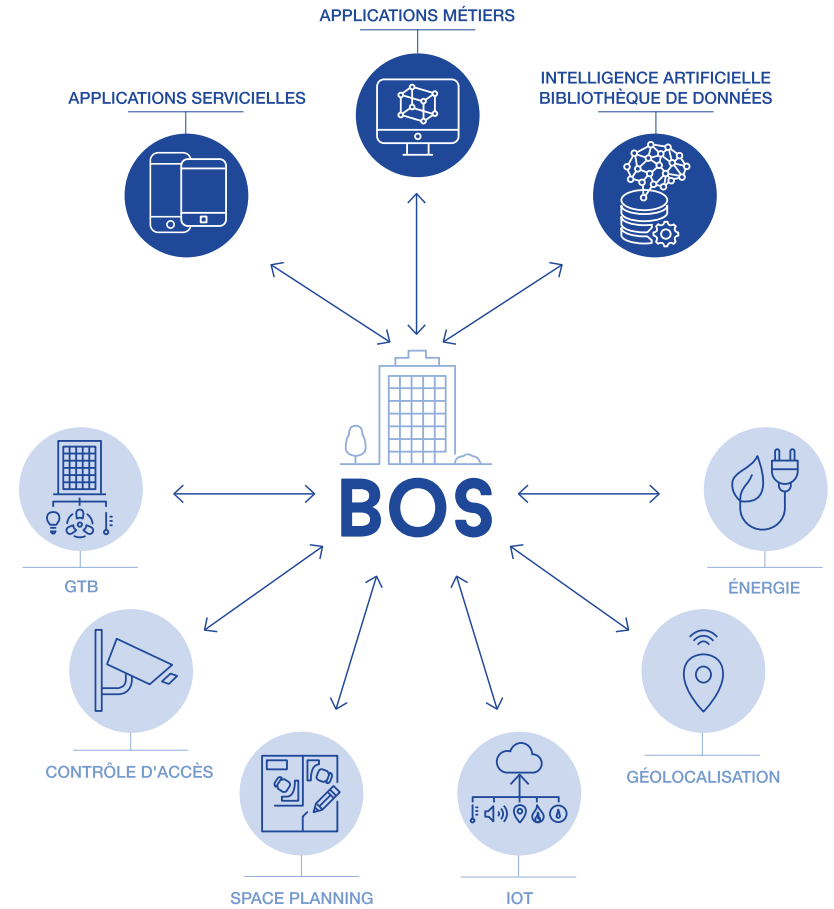


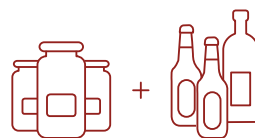
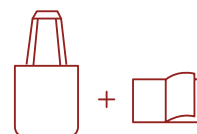
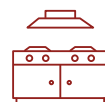
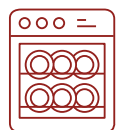
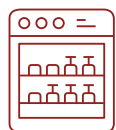




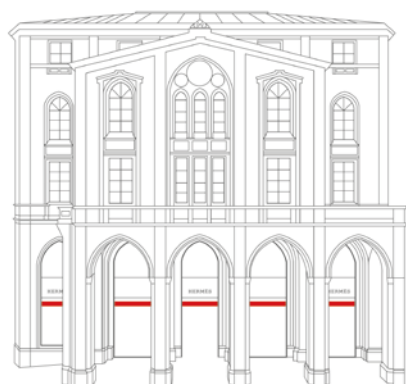
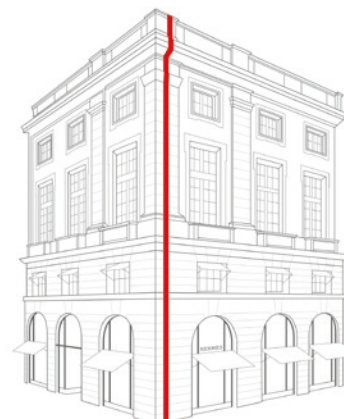


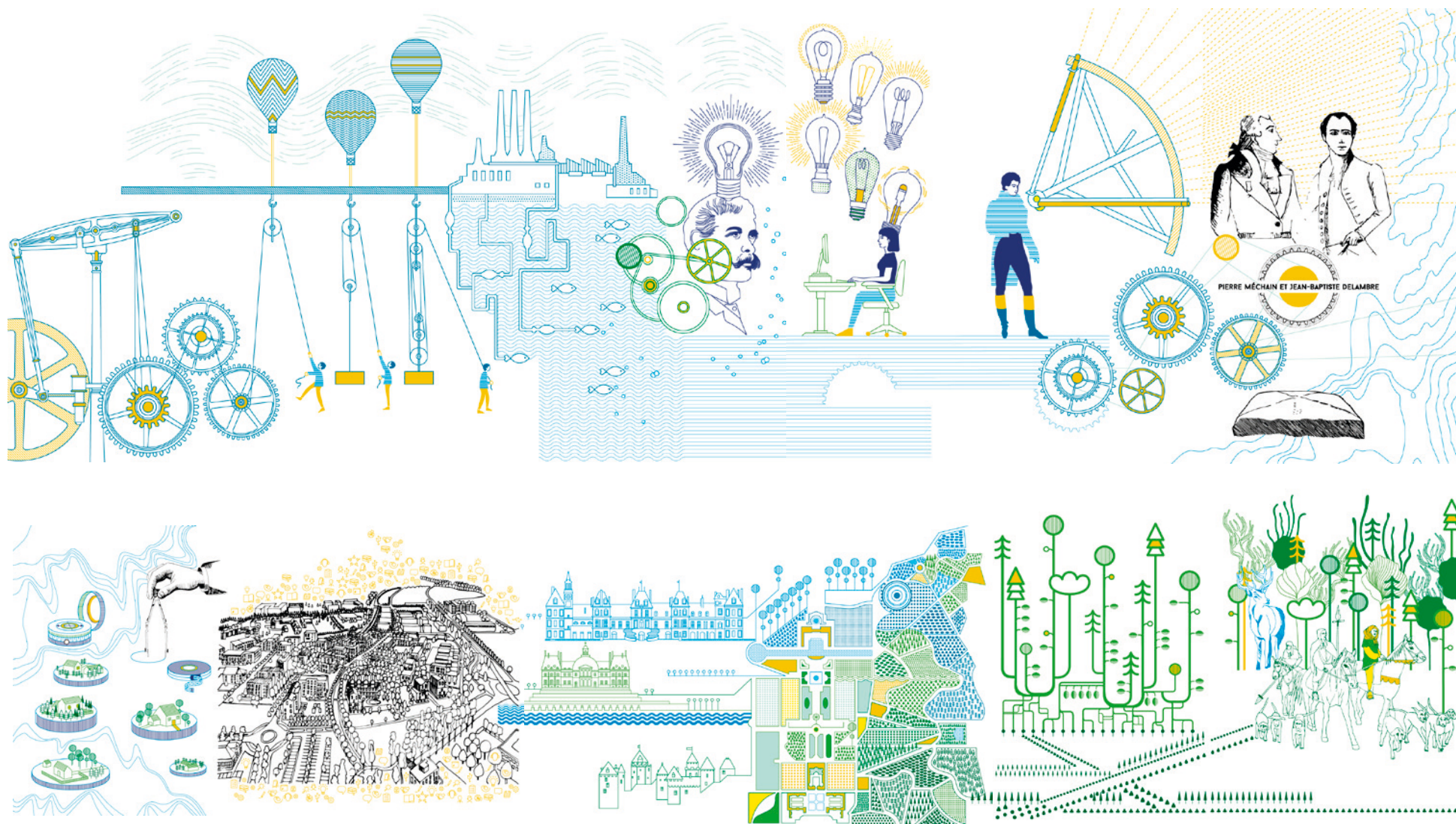














## LES GRANDES MANŒUVRES SUR DEUX FRONTS

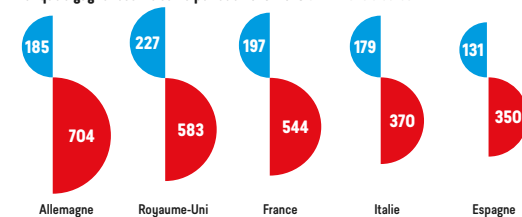
Vladimir Poutine déploie une partie de sa force militaire pour dissuader la France, la Grande-Bretagne et les États-Unis d'attaquer de nouveau son allié syrien en septembre 2018.



## Pertes fiscales dans l'UE causées par Google et Facebook

Chiffres et estimations tirés du rapport d'un eurodéputé publié en septembre 2017

Manque à gagner estimé sur la période 2013-2015 en millions d'euros

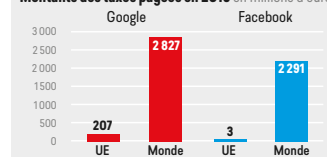


Montant non imposé à :

Facebook  
Google

Source : Paul Tang « Tax Revenue Loss from Google and Facebook », Parlement européen, septembre 2017.

Montants des taxes payées en 2015 en millions d'euros



329 MILLIONS D'HABITANTS  
1<sup>RE</sup> PUISSANCE ÉCONOMIQUE MONDIALE



19 390  
milliards de dollars de PIB



soit  
59 532 \$  
par habitant

129,89  
milliards de dollars  
d'exportation vers la Chine



1 398 MILLIONS D'HABITANTS  
2<sup>E</sup> PUISSANCE ÉCONOMIQUE MONDIALE



12 237  
milliards de dollars de PIB

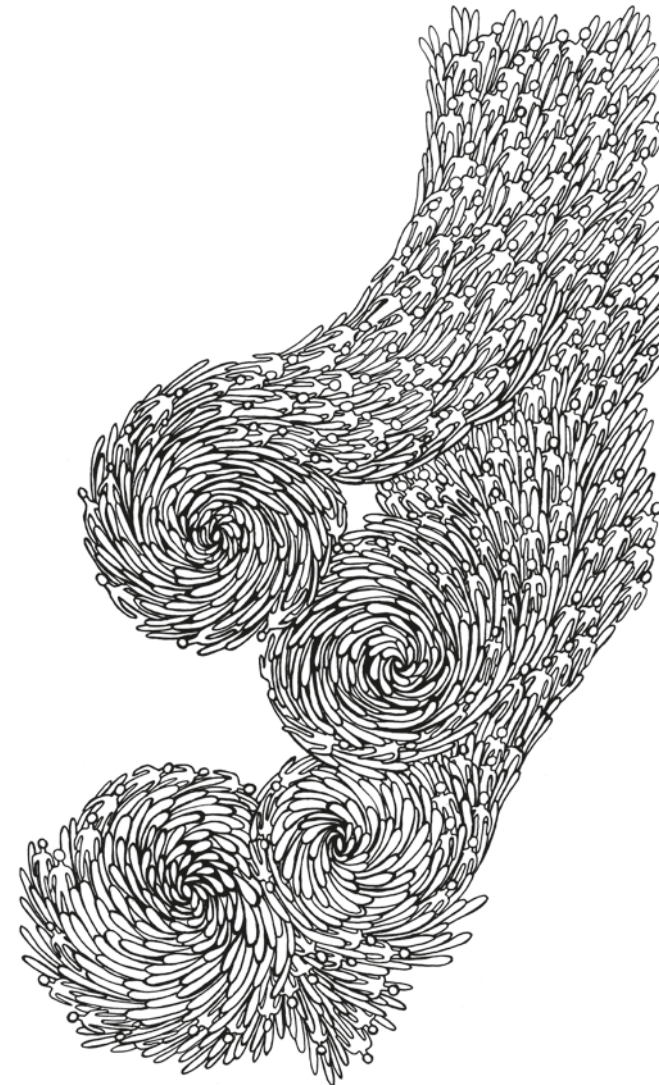
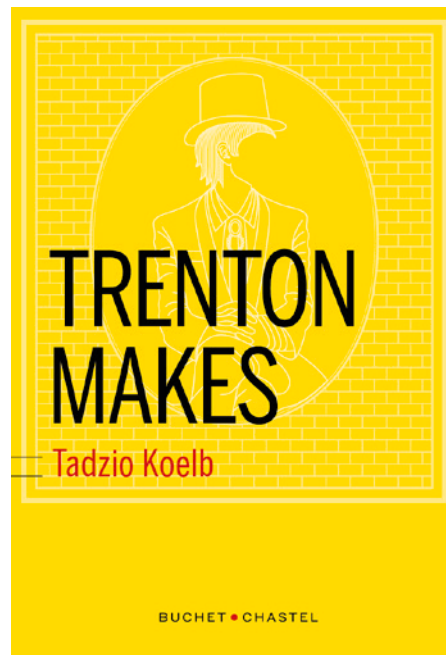
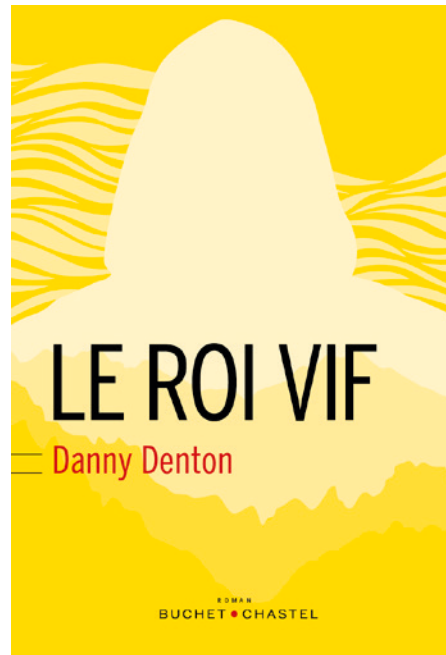
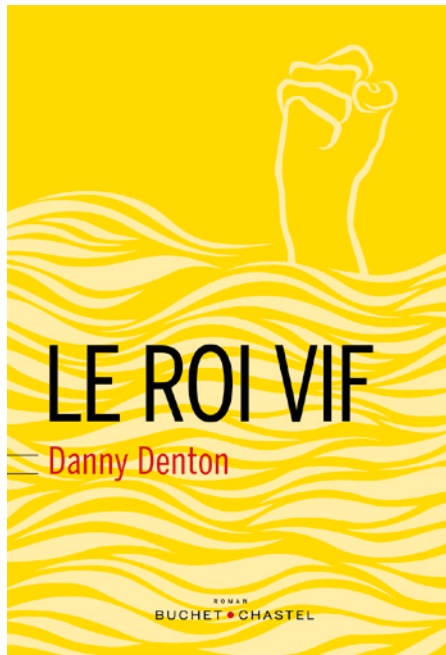


soit  
8 827 \$  
par habitant

506  
milliards de dollars  
d'exportations vers les États-Unis



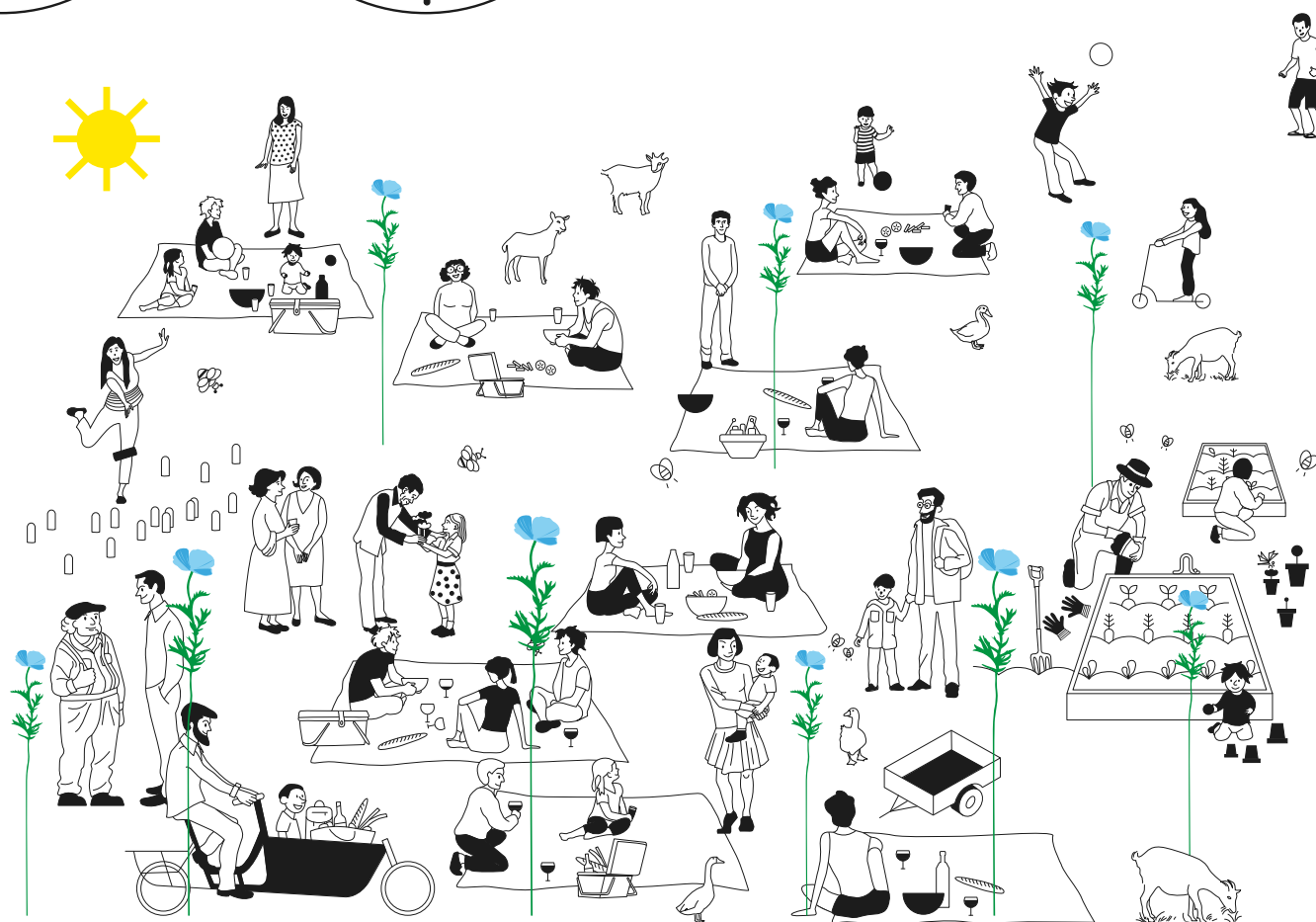
Source : Banque mondiale, 2018.

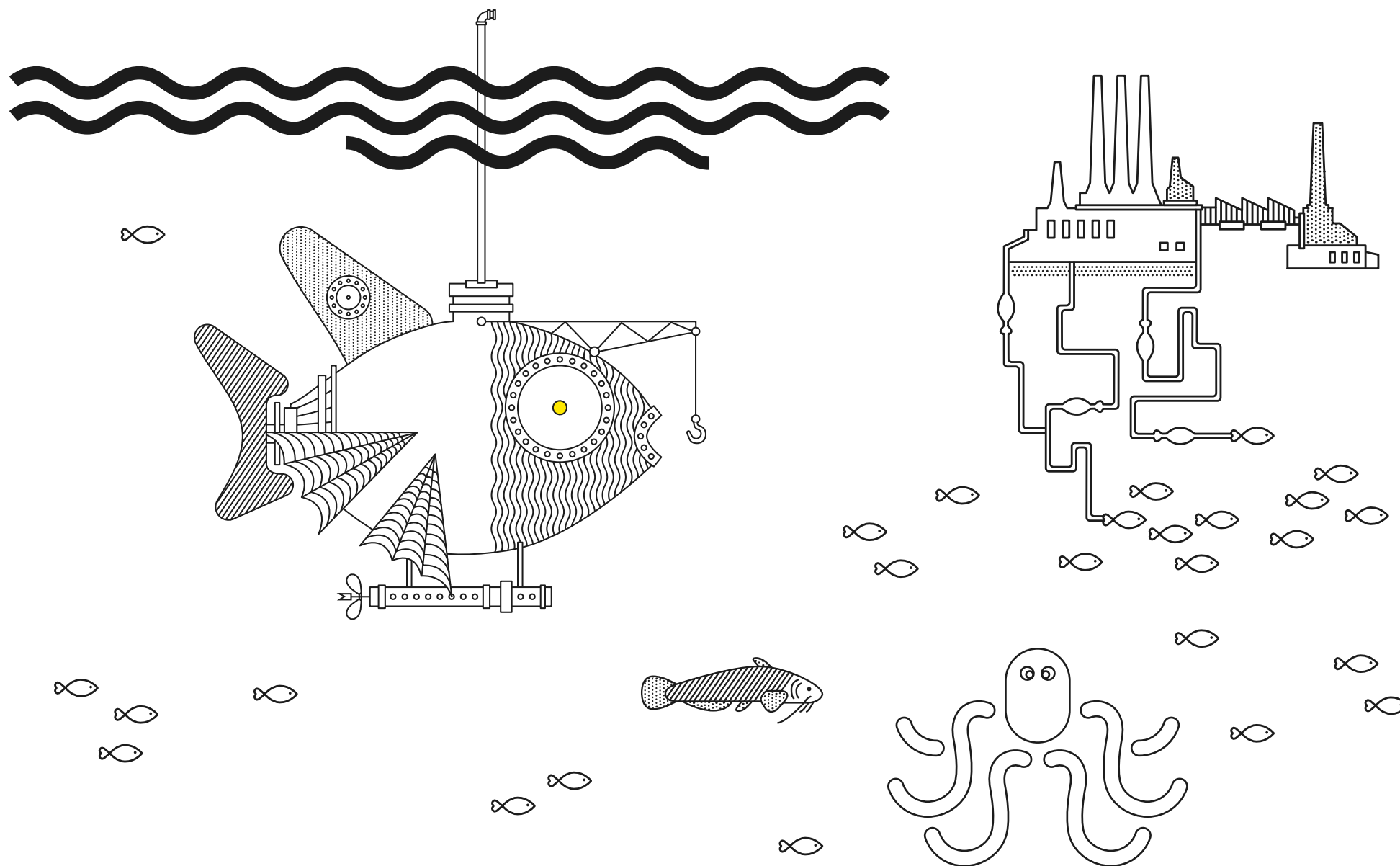




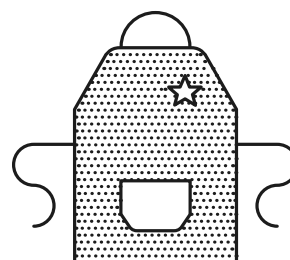
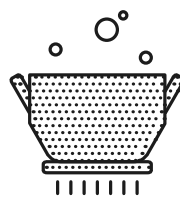
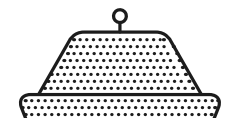
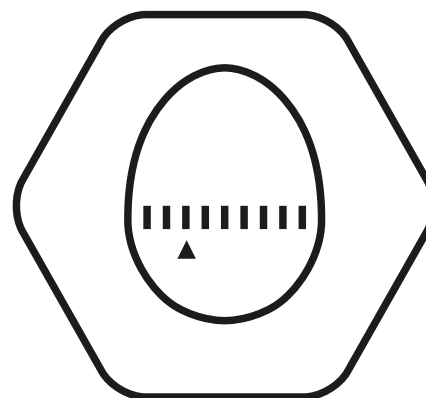
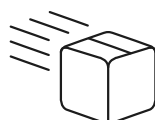
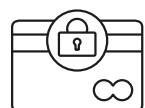
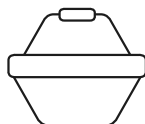
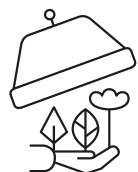


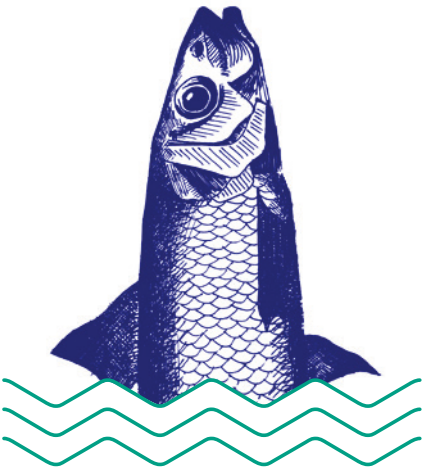
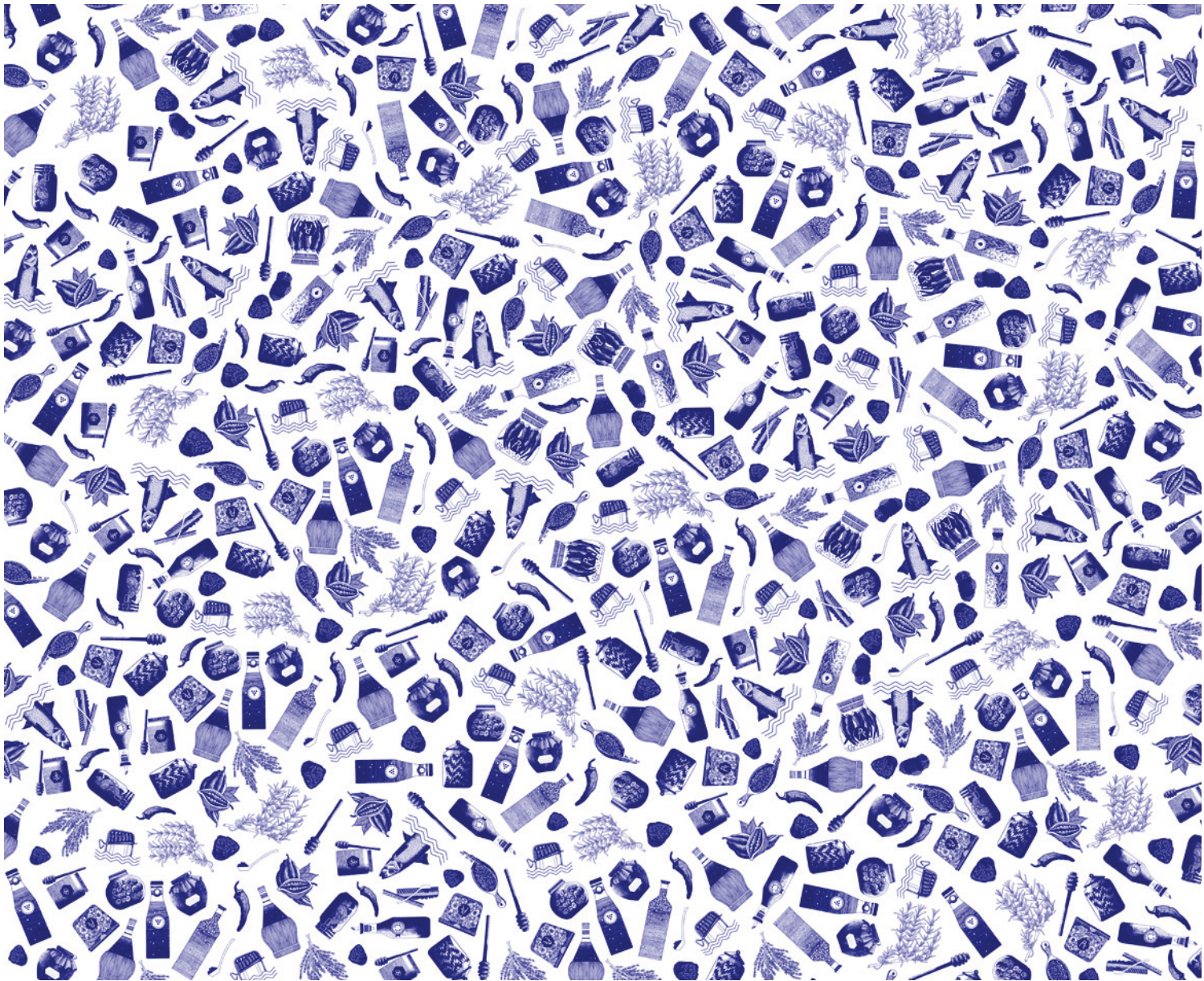
la  
manufacture



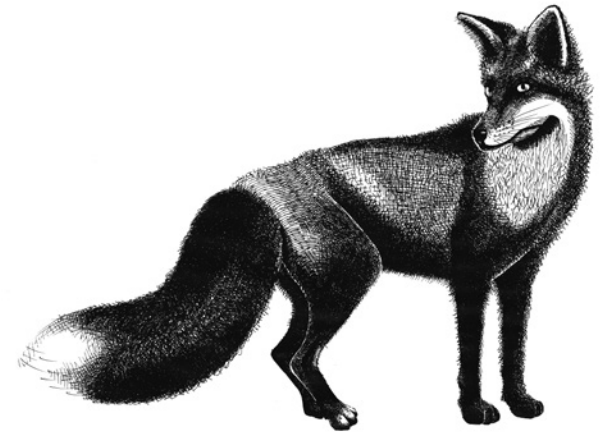
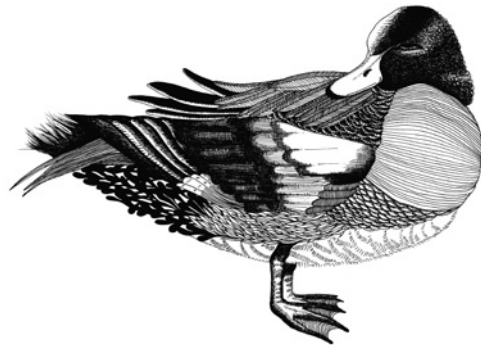
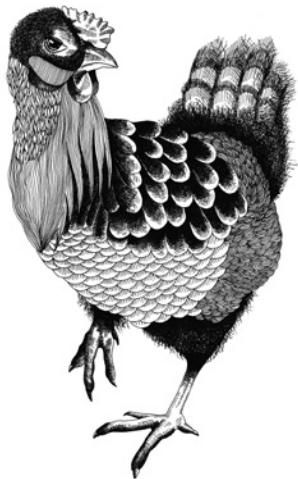
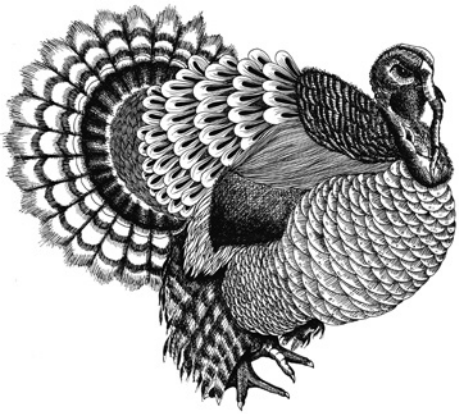


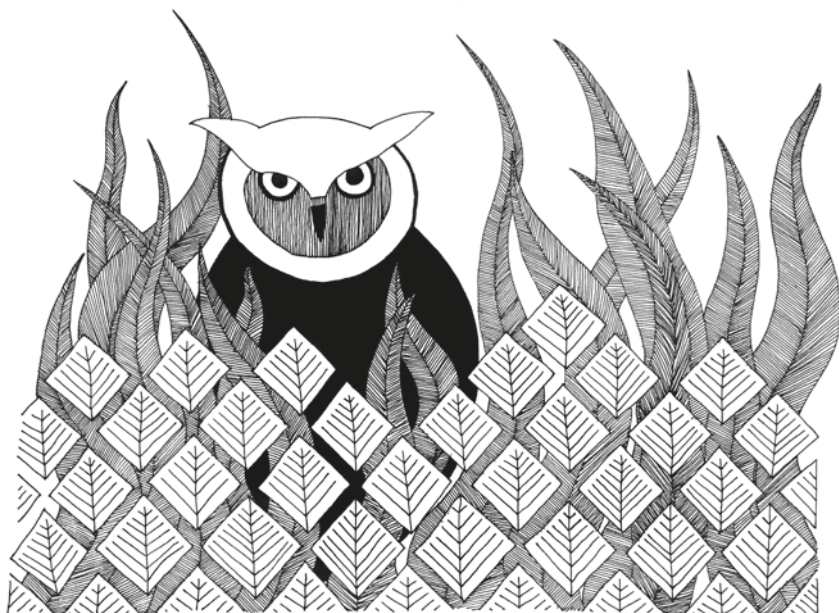
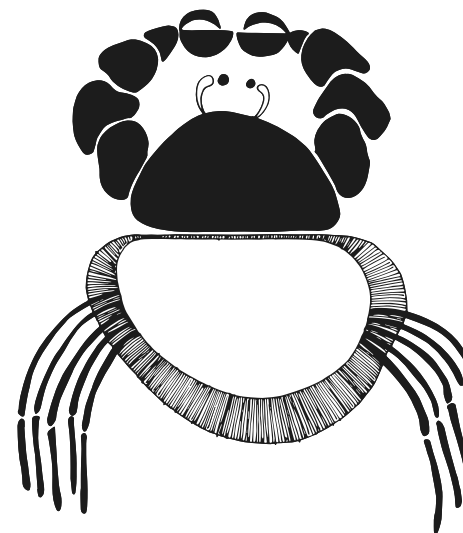
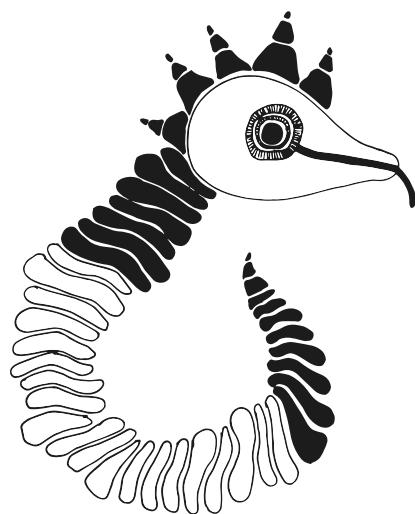
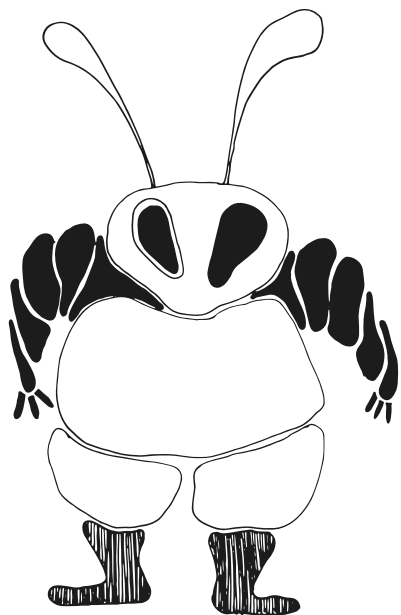










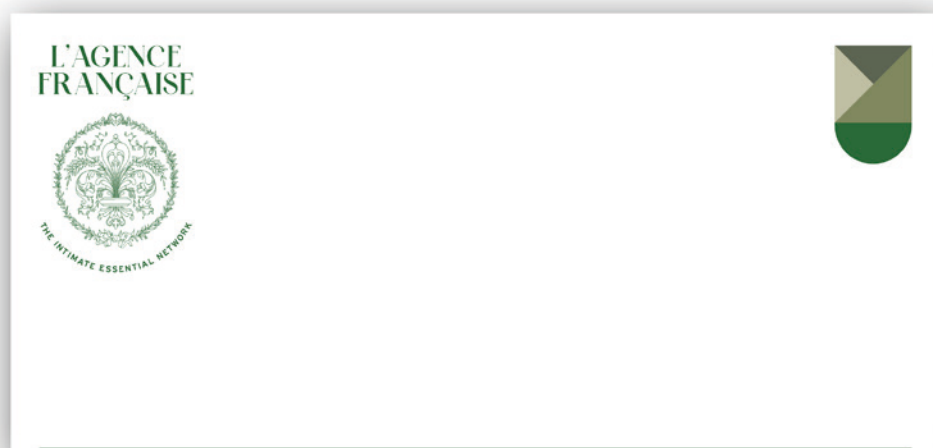




IDENTITÉ VISUELLE



# L'AGENCE FRANÇAISE







### RÈGLES DU JEU

**MISE EN PLACE DU JEU**

Pour pouvoir mettre en place le jeu, il faut que vous soyez en possession d'une boîte de jeu de Monopoly® classique. Si vous organisez une séance avec plusieurs parties en simultané, prévoyez autant de boîtes que de groupes constitués.

**Avant toute chose, il est conseillé de prendre connaissance des règles du jeu de Monopoly® classique et de les reporter aux joueurs avant de commencer une partie.**

### MATÉRIEL

1. Ce qu'il faut prendre dans une boîte de jeu de Monopoly® classique :

- Un plateau de jeu.
- Des billets de banque.
- 22 maisons (des hôtels ne sont pas utilisés dans notre version).
- Les cartes TITRE DE PROPRIÉTÉ, uniquement dans la version.
- Des dés.

2. Ce qu'il faut prendre dans la boîte à outils :

- Le guide d'animation pour l'animateur, afin d'accompagner les joueurs durant la partie.
- Le questionnaire des règles du jeu et les données clés.
- Les cases additionnelles pour personnaliser le jeu : ÉVÉNEMENT, REDISTRIBUTION et ALLEZ EN PRISON.
- Autant de cartes PERSONNAGE que de participants.
- Les 37 cartes ÉVÉNEMENT.
- Les points correspondant aux personnages choisis.

### MISE EN PLACE DU PLATEAU

Le jeu se joue sur un plateau de Monopoly® classique dont certaines cases sont modifiées :

- Positionnez les cases ÉVÉNEMENT à la place des cases « Cases de commerces », à l'impasse sur le revenu « Chance », « Compagnie de transport d'eau et d'électricité » et « Taxe de Luxe ».
- Positionnez la case REDISTRIBUTION à la place de « Par Chance ».
- Positionnez la case ALLEZ EN PRISON à la place de « Par Chance ».
- Modifiez les cases ÉVÉNEMENT et placez-les face cachée sur le plateau (toutes positions positionnées certaines cartes en haut de la pile si vous souhaitez aborder un sujet en particulier).

### L'ANIMATEUR

L'animateur tient la Banque et anime la partie. Il distribue les cartes PERSONNAGE aux joueurs et leur argent (patrimoine) au début de la partie en fonction de leur personnage. Il dispose de la fiche «Règles» des règles du jeu et «Données clés» pour être utile aux joueurs et joueuses. Il peut mobiliser ce guide contenant la justification des règles et la Banque durant le jeu. Sa mission est d'animer la partie et les discussions.

Dans le cadre scolaire, un élève de chaque groupe gère la Banque (il peut également jouer s'il le souhaite). L'enseignant est présent pour répondre aux questions des élèves.

| Nombre de joueurs | Nombre de personnes catégorie A | Nombre de personnes catégorie B | Nombre de personnes catégorie C |
|-------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| 3                 | 1                               | 1                               | 1                               |
| 4                 | 1                               | 2                               | 1                               |
| 5                 | 1                               | 2                               | 2                               |
| 6                 | 2                               | 2                               | 2                               |

Par exemple, pour une partie à 5 joueurs : 1 joueur de catégorie A, 2 de catégorie B et 2 de catégorie C.

Sur chaque carte PERSONNAGE sont indiqués la catégorie du personnage, son sexe, son âge, son salaire et le montant de son patrimoine, le nombre de dés avec lesquels il a droit de jouer, le nombre de terrains qu'il possède (ou non) au début de la partie et s'il est atteint d'un handicap.

Chaque joueur prend le pion correspondant à son personnage et le place sur la case DÉPART.

### RÉPARTITION DES PERSONNAGES

Chaque participant joue avec une carte PERSONNAGE qui lui est distribuée au tout début de la partie par l'animateur. Il la pose devant lui, afin qu'elle soit visible de tous, avant de commencer la partie. Les joueurs sont invités à analyser leur carte et à la comparer avec les autres pour rendre visibles les inégalités de départ. Nous conseillons à l'animateur de distribuer au maximum ces cartes de manière à ce qu'elles ne représentent pas l'identité du joueur (par exemple, distribuer un personnage féminin à un joueur masculin, un personnage d'une autre couleur de peau, que celle du joueur, etc.). Cela permet de mettre en place une «distanciation» vis-à-vis de son expérience personnelle mais aussi de se mettre à la place d'un «autre», suscitant ainsi leur empathie. Attention, chaque catégorie de personnages doit être représentée dans la distribution des cartes (les reporter aux catégories de personnes, à savoir : les personnes à faible revenu, les personnes à revenu moyen, les personnes à haut revenu, les personnes à faible revenu, les personnes à revenu moyen, les personnes à haut revenu, les personnes à faible revenu, les personnes à revenu moyen, les personnes à haut revenu, etc.).

Guide d'animation du Monopoly des Inégalités

## RÉCAP' EN BREF

### DES RÈGLES DU MONOPOLY DES INÉGALITÉS

Observatoire des Inégalités

#### TOP DÉPART !

Le personnage blanc est le plus riche.

Le personnage blanc est le plus riche.

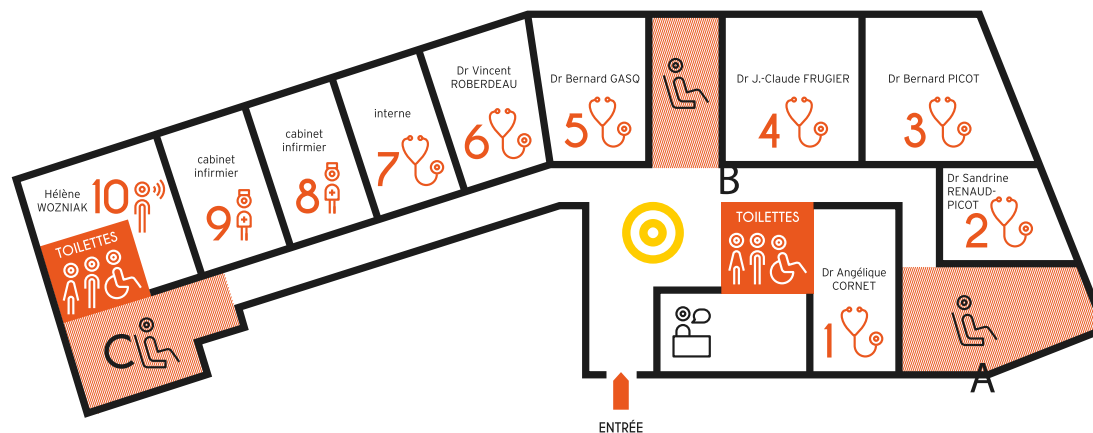
#### C'EST UN SEUL DÉ

Les personnages de catégorie C ne jouent qu'avec un seul dé.

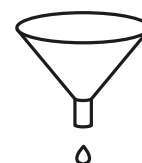
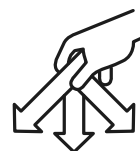
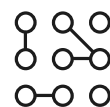
#### ATTENTION AU MARCHEPIED

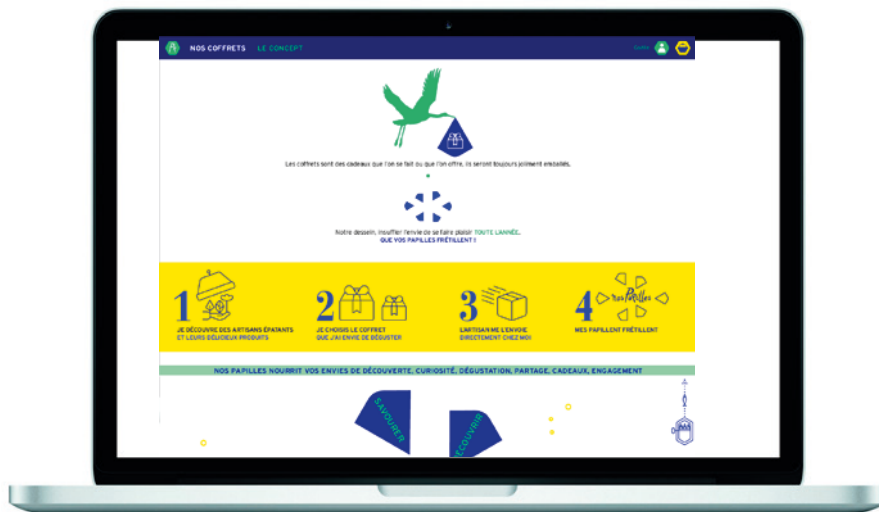
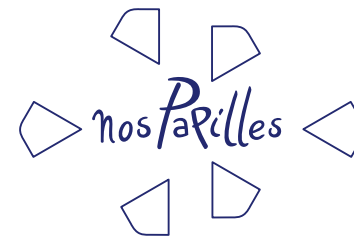
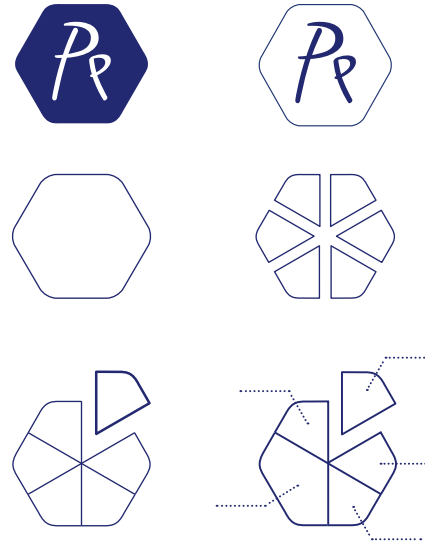
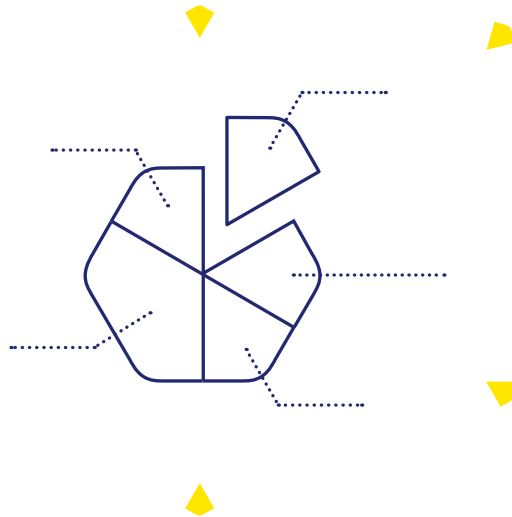
Les gens servent à déplacer.

Cost du déplacement : 1 euro / 20 € / vers 2 euros / 40 € / vers 3 euros / 60 € / vers 4 euros / 80 € / vers 5 euros / 100 € / vers 6 euros / 120 € / vers 7 euros / 140 € / vers 8 euros / 160 € / vers 9 euros / 180 € / vers 10 euros / 200 € / vers 11 euros / 220 € / vers 12 euros / 240 € / vers 13 euros / 260 € / vers 14 euros / 280 € / vers 15 euros / 300 € / vers 16 euros / 320 € / vers 17 euros / 340 € / vers 18 euros / 360 € / vers 19 euros / 380 € / vers 20 euros / 400 € / vers 21 euros / 420 € / vers 22 euros / 440 € / vers 23 euros / 460 € / vers 24 euros / 480 € / vers 25 euros / 500 € / vers 26 euros / 520 € / vers 27 euros / 540 € / vers 28 euros / 560 € / vers 29 euros / 580 € / vers 30 euros / 600 € / vers 31 euros / 620 € / vers 32 euros / 640 € / vers 33 euros / 660 € / vers 34 euros / 680 € / vers 35 euros / 700 € / vers 36 euros / 720 € / vers 37 euros / 740 € / vers 38 euros / 760 € / vers 39 euros / 780 € / vers 40 euros / 800 € / vers 41 euros / 820 € / vers 42 euros / 840 € / vers 43 euros / 860 € / vers 44 euros / 880 € / vers 45 euros / 900 € / vers 46 euros / 920 € / vers 47 euros / 940 € / vers 48 euros / 960 € / vers 49 euros / 980 € / vers 50 euros / 1000 € / vers 51 euros / 1020 € / vers 52 euros / 1040 € / vers 53 euros / 1060 € / vers 54 euros / 1080 € / vers 55 euros / 1100 € / vers 56 euros / 1120 € / vers 57 euros / 1140 € / vers 58 euros / 1160 € / vers 59 euros / 1180 € / vers 60 euros / 1200 € / vers 61 euros / 1220 € / vers 62 euros / 1240 € / vers 63 euros / 1260 € / vers 64 euros / 1280 € / vers 65 euros / 1300 € / vers 66 euros / 1320 € / vers 67 euros / 1340 € / vers 68 euros / 1360 € / vers 69 euros / 1380 € / vers 70 euros / 1400 € / vers 71 euros / 1420 € / vers 72 euros / 1440 € / vers 73 euros / 1460 € / vers 74 euros / 1480 € / vers 75 euros / 1500 € / vers 76 euros / 1520 € / vers 77 euros / 1540 € / vers 78 euros / 1560 € / vers 79 euros / 1580 € / vers 80 euros / 1600 € / vers 81 euros / 1620 € / vers 82 euros / 1640 € / vers 83 euros / 1660 € / vers 84 euros / 1680 € / vers 85 euros / 1700 € / vers 86 euros / 1720 € / vers 87 euros / 1740 € / vers 88 euros / 1760 € / vers 89 euros / 1780 € / vers 90 euros / 1800 € / vers 91 euros / 1820 € / vers 92 euros / 1840 € / vers 93 euros / 1860 € / vers 94 euros / 1880 € / vers 95 euros / 1900 € / vers 96 euros / 1920 € / vers 97 euros / 1940 € / vers 98 euros / 1960 € / vers 99 euros / 2000 € / vers 2010 € / vers 2020 € / vers 2030 € / vers 2040 € / vers 2050 € / vers 2060 € / vers 2070 € / vers 2080 € / vers 2090 € / vers 2100 € / vers 2110 € / vers 2120 € / vers 2130 € / vers 2140 € / vers 2150 € / vers 2160 € / vers 2170 € / vers 2180 € / vers 2190 € / vers 2200 € / vers 2210 € / vers 2220 € / vers 2230 € / vers 2240 € / vers 2250 € / vers 2260 € / vers 2270 € / vers 2280 € / vers 2290 € / vers 2300 € / vers 2310 € / vers 2320 € / vers 2330 € / vers 2340 € / vers 2350 € / vers 2360 € / vers 2370 € / vers 2380 € / vers 2390 € / vers 2400 € / vers 2410 € / vers 2420 € / vers 2430 € / vers 2440 € / vers 2450 € / vers 2460 € / vers 2470 € / vers 2480 € / vers 2490 € / vers 2500 € / vers 2510 € / vers 2520 € / vers 2530 € / vers 2540 € / vers 2550 € / vers 2560 € / vers 2570 € / vers 2580 € / vers 2590 € / vers 2600 € / vers 2610 € / vers 2620 € / vers 2630 € / vers 2640 € / vers 2650 € / vers 2660 € / vers 2670 € / vers 2680 € / vers 2690 € / vers 2700 € / vers 2710 € / vers 2720 € / vers 2730 € / vers 2740 € / vers 2750 € / vers 2760 € / vers 2770 € / vers 2780 € / vers 2790 € / vers 2800 € / vers 2810 € / vers 2820 € / vers 2830 € / vers 2840 € / vers 2850 € / vers 2860 € / vers 2870 € / vers 2880 € / vers 2890 € / vers 2900 € / vers 2910 € / vers 2920 € / vers 2930 € / vers 2940 € / vers 2950 € / vers 2960 € / vers 2970 € / vers 2980 € / vers 2990 € / vers 3000 € / vers 3010 € / vers 3020 € / vers 3030 € / vers 3040 € / vers 3050 € / vers 3060 € / vers 3070 € / vers 3080 € / vers 3090 € / vers 3100 € / vers 3110 € / vers 3120 € / vers 3130 € / vers 3140 € / vers 3150 € / vers 3160 € / vers 3170 € / vers 3180 € / vers 3190 € / vers 3200 € / vers 3210 € / vers 3220 € / vers 3230 € / vers 3240 € / vers 3250 € / vers 3260 € / vers 3270 € / vers 3280 € / vers 3290 € / vers 3300 € / vers 3310 € / vers 3320 € / vers 3330 € / vers 3340 € / vers 3350 € / vers 3360 € / vers 3370 € / vers 3380 € / vers 3390 € / vers 3400 € / vers 3410 € / vers 3420 € / vers 3430 € / vers 3440 € / vers 3450 € / vers 3460 € / vers 3470 € / vers 3480 € / vers 3490 € / vers 3500 € / vers 3510 € / vers 3520 € / vers 3530 € / vers 3540 € / vers 3550 € / vers 3560 € / vers 3570 € / vers 3580 € / vers 3590 € / vers 3600 € / vers 3610 € / vers 3620 € / vers 3630 € / vers 3640 € / vers 3650 € / vers 3660 € / vers 3670 € / vers 3680 € / vers 3690 € / vers 3700 € / vers 3710 € / vers 3720 € / vers 3730 € / vers 3740 € / vers 3750 € / vers 3760 € / vers 3770 € / vers 3780 € / vers 3790 € / vers 3800 € / vers 3810 € / vers 3820 € / vers 3830 € / vers 3840 € / vers 3850 € / vers 3860 € / vers 3870 € / vers 3880 € / vers 3890 € / vers 3900 € / vers 3910 € / vers 3920 € / vers 3930 € / vers 3940 € / vers 3950 € / vers 3960 € / vers 3970 € / vers 3980 € / vers 3990 € / vers 4000 € / vers 4010 € / vers 4020 € / vers 4030 € / vers 4040 € / vers 4050 € / vers 4060 € / vers 4070 € / vers 4080 € / vers 4090 € / vers 4100 € / vers 4110 € / vers 4120 € / vers 4130 € / vers 4140 € / vers 4150 € / vers 4160 € / vers 4170 € / vers 4180 € / vers 4190 € / vers 4200 € / vers 4210 € / vers 4220 € / vers 4230 € / vers 4240 € / vers 4250 € / vers 4260 € / vers 4270 € / vers 4280 € / vers 4290 € / vers 4300 € / vers 4310 € / vers 4320 € / vers 4330 € / vers 4340 € / vers 4350 € / vers 4360 € / vers 4370 € / vers 4380 € / vers 4390 € / vers 4400 € / vers 4410 € / vers 4420 € / vers 4430 € / vers 4440 € / vers 4450 € / vers 4460 € / vers 4470 € / vers 4480 € / vers 4490 € / vers 4500 € / vers 4510 € / vers 4520 € / vers 4530 € / vers 4540 € / vers 4550 € / vers 4560 € / vers 4570 € / vers 4580 € / vers 4590 € / vers 4600 € / vers 4610 € / vers 4620 € / vers 4630 € / vers 4640 € / vers 4650 € / vers 4660 € / vers 4670 € / vers 4680 € / vers 4690 € / vers 4700 € / vers 4710 € / vers 4720 € / vers 4730 € / vers 4740 € / vers 4750 € / vers 4760 € / vers 4770 € / vers 4780 € / vers 4790 € / vers 4800 € / vers 4810 € / vers 4820 € / vers 4830 € / vers 4840 € / vers 4850 € / vers 4860 € / vers 4870 € / vers 4880 € / vers 4890 € / vers 4900 € / vers 4910 € / vers 4920 € / vers 4930 € / vers 4940 € / vers 4950 € / vers 4960 € / vers 4970 € / vers 4980 € / vers 4990 € / vers 5000 € / vers 5010 € / vers 5020 € / vers 5030 € / vers 5040 € / vers 5050 € / vers 5060 € / vers 5070 € / vers 5080 € / vers 5090 € / vers 5100 € / vers 5110 € / vers 5120 € / vers 5130 € / vers 5140 € / vers 5150 € / vers 5160 € / vers 5170 € / vers 5180 € / vers 5190 € / vers 5200 € / vers 5210 € / vers 5220 € / vers 5230 € / vers 5240 € / vers 5250 € / vers 5260 € / vers 5270 € / vers 5280 € / vers 5290 € / vers 5300 € / vers 5310 € / vers 5320 € / vers 5330 € / vers 5340 € / vers 5350 € / vers 5360 € / vers 5370 € / vers 5380 € / vers 5390 € / vers 5400 € / vers 5410 € / vers 5420 € / vers 5430 € / vers 5440 € / vers 5450 € / vers 5460 € / vers 5470 € / vers 5480 € / vers 5490 € / vers 5500 € / vers 5510 € / vers 5520 € / vers 5530 € / vers 5540 € / vers 5550 € / vers 5560 € / vers 5570 € / vers 5580 € / vers 5590 € / vers 5600 € / vers 5610 € / vers 5620 € / vers 5630 € / vers 5640 € / vers 5650 € / vers 5660 € / vers 5670 € / vers 5680 € / vers 5690 € / vers 5700 € / vers 5710 € / vers 5720 € / vers 5730 € / vers 5740 € / vers 5750 € / vers 5760 € / vers 5770 € / vers 5780 € / vers 5790 € / vers 5800 € / vers 5810 € / vers 5820 € / vers 5830 € / vers 5840 € / vers 5850 € / vers 5860 € / vers 5870 € / vers 5880 € / vers 5890 € / vers 5900 € / vers 5910 € / vers 5920 € / vers 5930 € / vers 5940 € / vers 5950 € / vers 5960 € / vers 5970 € / vers 5980 € / vers 5990 € / vers 6000 € / vers 6010 € / vers 6020 € / vers 6030 € / vers 6040 € / vers 6050 € / vers 6060 € / vers 6070 € / vers 6080 € / vers 6090 € / vers 6100 € / vers 6110 € / vers 6120 € / vers 6130 € / vers 6140 € / vers 6150 € / vers 6160 € / vers 6170 € / vers 6180 € / vers 6190 € / vers 6200 € / vers 6210 € / vers 6220 € / vers 6230 € / vers 6240 € / vers 6250 € / vers 6260 € / vers 6270 € / vers 6280 € / vers 6290 € / vers 6300 € / vers 6310 € / vers 6320 € / vers 6330 € / vers 6340 € / vers 6350 € / vers 6360 € / vers 6370 € / vers 6380 € / vers 6390 € / vers 6400 € / vers 6410 € / vers 6420 € / vers 6430 € / vers 6440 € / vers 6450 € / vers 6460 € / vers 6470 € / vers 6480 € / vers 6490 € / vers 6500 € / vers 6510 € / vers 6520 € / vers 6530 € / vers 6540 € / vers 6550 € / vers 6560 € / vers 6570 € / vers 6580 € / vers 6590 € / vers 6600 € / vers 6610 € / vers 6620 € / vers 6630 € / vers 6640 € / vers 6650 € / vers 6660 € / vers 6670 € / vers 6680 € / vers 6690 € / vers 6700 € / vers 6710 € / vers 6720 € / vers 6730 € / vers 6740 € / vers 6750 € / vers 6760 € / vers 6770 € / vers 6780 € / vers 6790 € / vers 6800 € / vers 6810 € / vers 6820 € / vers 6830 € / vers 6840 € / vers 6850 € / vers 6860 € / vers 6870 € / vers 6880 € / vers 6890 € / vers 6900 € / vers 6910 € / vers 6920 € / vers 6930 € / vers 6940 € / vers 6950 € / vers 6960 € / vers 6970 € / vers 6980 € / vers 6990 € / vers 7000 € / vers 7010 € / vers 7020 € / vers 7030 € / vers 7040 € / vers 7050 € / vers 7060 € / vers 7070 € / vers 7080 € / vers 7090 € / vers 7100 € / vers 7110 € / vers 7120 € / vers 7130 € / vers 7140 € / vers 7150 € / vers 7160 € / vers 7170 € / vers 7180 € / vers 7190 € / vers 7200 € / vers 7210 € / vers 7220 € / vers 7230 € / vers 7240 € / vers 7250 € / vers 7260 € / vers 7270 € / vers 7280 € / vers 7290 € / vers 7300 € / vers 7310 € / vers 7320 € / vers 7330 € / vers 7340 € / vers 7350 € / vers 7360 € / vers 7370 € / vers 7380 € / vers 7390 € / vers 7400 € / vers 7410 € / vers 7420 € / vers 7430 € / vers 7440 € / vers 7450 € / vers 7460 € / vers 7470 € / vers 7480 € / vers 7490 € / vers 7500 € / vers 7510 € / vers 7520 € / vers 7530 € / vers 7540 € / vers 7550 € / vers 7560 € / vers 7570 € / vers 7580 € / vers 7590 € / vers 7600 € / vers 7610 € / vers 7620 € / vers 7630 € / vers 7640 € / vers 7650 € / vers 7660 € / vers 7670 € / vers 7680 € / vers 7690 € / vers 7700 € / vers 7710 € / vers 7720 € / vers 7730 € / vers 7740 € / vers 7750 € / vers 7760 € / vers 7770 € / vers 7780 € / vers 7790 € / vers 7800 € / vers 7810 € / vers 7820 € / vers 7830 € / vers 7840 € / vers 7850 € / vers 7860 € / vers 7870 € / vers 7880 € / vers 7890 € / vers 7900 € / vers 7910 € / vers 7920 € / vers 7930 € / vers 7940 € / vers 7950 € / vers 7960 € / vers 7970 € / vers 7980 € / vers 7990 € / vers 8000 € / vers 8010 € / vers 8020 € / vers 8030 € / vers 8040 € / vers 8050 € / vers 8060 € / vers 8070 € / vers 8080 € / vers 8090 € / vers 8100 € / vers 8110 € / vers 8120 € / vers 8130 € / vers 8140 € / vers 8150 € / vers 8160 € / vers 8170 € / vers 8180 € / vers 8190 € / vers 8200 € / vers 8210 € / vers 8220 € / vers 8230 € / vers 8240 € / vers 8250 € / vers 8260 € / vers 8270 € / vers 8280 € / vers 8290 € / vers 8300 € / vers 8310 € / vers 8320 € / vers 8330 € / vers 8340 € / vers 8350 € / vers 8360 € / vers 8370 € / vers 8380 € / vers 8390 € / vers 8400 € / vers 8410 € / vers 8420 € / vers 8430 € / vers 8440 € / vers 8450 € / vers 8460 € / vers 8470 € / vers 8480 € / vers 8490 € / vers 8500 € / vers 8510 € / vers 8520 € / vers 8530 € / vers 8540 € / vers 8550 € / vers 8560 € / vers 8570 € / vers 8580 € / vers 8590 € / vers 8600 € / vers 8610 € / vers 8620 € / vers 8630 € / vers 8640 € / vers 8650 € / vers 8660 € / vers 8670 € / vers 8680 € / vers 8690 € / vers 8700 € / vers 8710 € / vers 8720 € / vers 8730 € / vers 8740 € / vers 8750 € / vers 8760 € / vers 8770 € / vers 8780 € / vers 8790 € / vers 8800 € / vers 8810 € / vers 8820 € / vers 8830 € / vers 8840 € / vers 8850 € / vers 8860 € / vers 8870 € / vers 8880 € / vers 8890 € / vers 8900 € / vers 8910 € / vers 8920 € / vers 8930 € / vers 8940 € / vers 8950 € / vers 8960 € / vers 8970 € / vers 8980 € / vers 8990 € / vers 9000 € / vers 9010 € / vers 9020 € / vers 9030 € / vers 9040 € / vers 9050 € / vers 9060 € / vers 9070 € / vers 9080 € / vers 9090 € / vers 9100 € / vers 9110 € / vers 9120 € / vers 9130 € / vers 9140 € / vers 9150 € / vers 9160 € / vers 9170 € / vers 9180 € / vers 9190 € / vers 9200 € / vers 9210 € / vers 9220 € / vers 9230 € / vers 9240 € / vers 9250 € / vers 9260 € / vers 9270 € / vers 9280 € / vers 9290 € / vers 9300 € / vers 9310 € / vers 9320 € / vers 9330 € / vers 9340 € / vers 9350 € / vers 9360 € / vers 9370 € / vers 9380 € / vers 9390 € / vers 9400 € / vers 9410 € / vers 9420 € / vers 9430 € / vers 9440 € / vers 9450 € / vers 9460 € / vers 9470 € / vers 9480 € / vers 9490 € / vers 9500 € / vers 9510 € / vers 9520 € / vers 9530 € / vers 9540 € / vers 9550 € / vers 9560 € / vers 9570 € / vers 9580 € / vers 9590 € / vers 9600 € / vers 9610 € / vers 9620 € / vers 9630 € / vers 9640 € / vers 9650 € / vers 9660 € / vers 9670 € / vers 9680 € / vers 9690 € / vers 9700 € / vers 9710 € / vers 9720 € / vers 9730 € / vers 9740 € / vers 9750 € / vers 9760 € / vers 9770 € / vers 9780 € / vers 9790 € / vers 9800 € / vers 9810 € / vers 9820 € / vers 9830 € / vers 9840 € / vers 9850 € / vers 9860 € / vers 9870 € / vers 9880 € / vers 9890 € / vers 9900 € / vers 9910 € / vers 9920 € / vers 9930 € / vers 9940 € / vers 9950 € / vers 9960 € / vers 9970 € / vers 9980 € / vers 9990 € / vers 10000 € / vers 10010 € / vers 10020 € / vers 10030 € / vers 10040 € / vers 10050 € / vers 10060 € / vers 10070 € / vers 10080 € / vers 10090 € / vers 10100 € / vers 10110 € / vers 10120 € / vers 10130 € / vers 10140 € / vers 10150 € / vers 10160 € / vers 10170 € / vers 10180 € / vers 10190 € / vers 10200 € / vers 10210 € / vers 10220 € / vers 10230 € / vers 10240 € / vers 10250 € / vers 10260 € / vers 10270 € / vers 10280 € / vers 10290 € / vers 10300 € / vers 10310 € / vers 10320 € / vers 10330 € / vers 10340 € / vers 10350 € / vers 10360 € / vers 10370 € / vers 10380 € / vers 10390 € / vers 10400 € / vers 10410 € / vers 10420 € / vers 10430 € / vers 10440 € / vers 10450 € / vers 10460 € / vers 10470 € / vers 10480 € / vers 10490 € / vers 10500 € / vers 10510 € / vers 10520 € / vers 10530 € / vers 10540 € / vers 10550 € / vers 10560 € / vers 10570 € / vers 10580 € / vers 10590 € / vers 10600 € / vers 10610 € / vers 10620 € / vers 10630 € / vers 10640 € / vers 10650 € / vers 10660 € / vers 10670 € / vers 10680 € / vers 10690 € / vers 10700 € / vers 10710 € / vers 10720 € / vers 10730 € / vers 10740 € / vers 10750 € / vers 10760 € / vers 10770 € / vers 10780 € / vers 10790 € / vers 10800 € / vers 10810 € / vers 10820 € / vers 10830 € / vers 10840 € / vers 10850 € / vers 10860 € / vers 10870 € / vers 10880 € / vers 10890 € / vers 10900 € / vers 10910 € / vers 10920 € / vers 10930 € / vers 10940 € / vers 10950 € / vers 10960 € / vers 10970 € / vers 10980 € / vers 10990 € / vers 11000 € / vers 11010 € / vers 11020 € / vers 11030 € / vers 11040 € / vers 11050 € / vers 11060 € / vers 11070 € / vers 11080 € / vers 11090 € / vers 11100 € / vers 11110 € / vers 11120 € / vers 11130 € / vers 11140 € / vers 11150 € / vers 11160 € / vers 11170 € / vers 11180 € / vers 11190 € / vers 11200 € / vers 11210 € / vers 11220 € / vers 11230 € / vers 11240 € / vers 11250 € / vers 11260 € / vers 11270 € / vers 11280 € / vers 11290 € / vers 11300 € / vers 11310 € / vers 11320 € / vers 11330 € / vers 11340 € / vers 11350 € / vers 11360 € / vers 11370 € / vers 11380 € / vers 11390 € / vers 11400 € / vers 11410 € / vers 11420 € / vers 11430 € / vers 11440 € / vers 11450 € / vers 11460 € / vers 11470 € / vers 11480 € / vers 11490 € / vers 11500 € / vers 11510 € / vers 11520 € / vers 11530 € / vers 11540 € / vers 11550 € / vers 11560 € / vers 11570 € / vers 11580 € / vers 11590 € / vers 11600 € / vers 11610 € / vers 11620 € / vers 11630 € / vers 11640 € / vers 11650 € / vers 11660 € / vers 11670 € / vers 11680 € / vers 11690 € / vers 11700 € / vers 11710 € / vers 11720 € / vers 11730 € / vers 11740 € / vers 11750 € / vers 11760 € / vers 11770 € / vers 11780 € / vers 11790 € / vers 11800 € / vers 11810 € / vers 11820 € / vers 11830 € / vers 11840 € / vers 11850 € / vers 11860 € / vers 11870 € / vers 11880 € / vers 11890 € / vers 11900 € / vers 11910 € / vers 11920 € / vers 11930 € / vers 11940 € / vers 11950 € / vers 11960 € / vers 11970 € / vers 11980 € / vers 11990 € / vers 12000 € / vers 12010 € / vers 12020 € / vers 12030 € / vers 12040 € / vers 12050 € / vers 12060 € / vers 12070 € / vers 12080 € / vers 12090 € / vers 12100 € / vers 12110 € / vers 12120 € / vers 12130 € / vers 12140 € / vers 12150 € / vers 12160 € / vers 12170 € / vers 12180 € / vers 12190 € / vers 12200 € / vers 12210 € / vers 12220 € / vers 12230 € / vers 12240 € / vers 12250 € / vers 12260 € / vers 12270 € / vers 12280 € / vers 12290 € / vers 12300 € / vers 12310 € / vers 12320 € / vers 12330 € / vers 12340 € / vers 12350 € / vers 12360 € / vers 12370 € / vers 12380 € / vers 12390 € / vers 12400 € / vers 12410 € / vers 12420 € / vers 12430 € / vers 12440 € / vers 12450 € / vers 12460 € / vers 12470 € / vers 12480 € / vers 12490 € / vers 12500 € / vers 12510 € / vers 12520 € / vers 12530 € / vers 12540 € / vers 12550 € / vers 12560 € / vers 12570 € / vers 12580 € / vers 12590 € / vers 12600 € / vers 12610 € / vers 12620 € / vers 12630 € / vers 12640 € / vers 12650 € / vers 12660 € / vers 12670 € / vers 12680 € / vers 12690 € / vers 12700 € / vers 12710 € / vers 12720 € / vers 12730 € / vers 12740 € / vers 12750 € / vers 12760 € / vers 12770 € / vers 12780 € / vers 12790 € / vers 12800 € / vers 12810 € / vers 12820 € / vers 12830 € / vers 12840 € / vers 12850 € / vers 12860 € / vers 12870 € / vers 12880 € / vers 12890 € / vers 12900 € / vers 12910 € / vers 12920 € / vers 12930 € / vers 12940 € / vers 12950 € / vers 12960 € / vers 12970 € / vers 12980 € / vers 12990 € / vers 13000 € / vers 13010 € / vers 13020 € / vers 13030 € / vers 13040 € / vers 13050 € / vers 13060 € / vers 13070 € / vers 13080 € / vers 13090 € / vers 13100 € / vers 13110 € / vers 13120 € / vers 13130 € / vers 13140 € / vers 13150 € / vers 13160 € / vers 13170 € / vers 13180 € / vers 13190 € / vers 13200 € / vers 13210 € / vers 13220 € / vers 13230 € / vers 13240 € / vers 13250 € / vers 13260 € / vers 13270 € / vers 13280 € / vers 13290 € / vers 13300 € / vers 13310 € / vers 13320 € / vers 1333

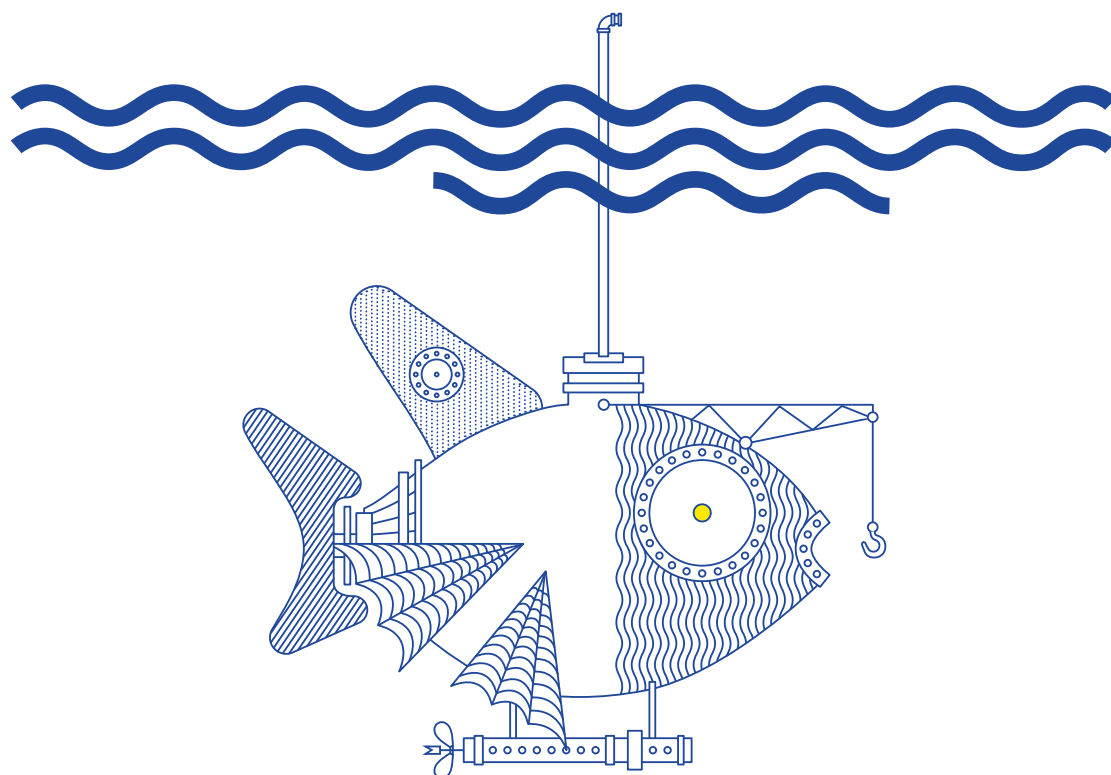
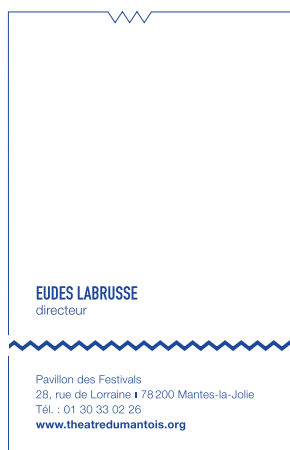


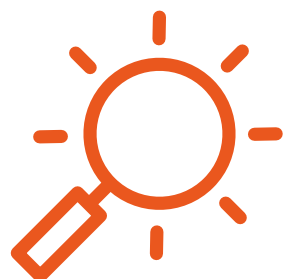












marie-  
laure  
doucet  
conseil

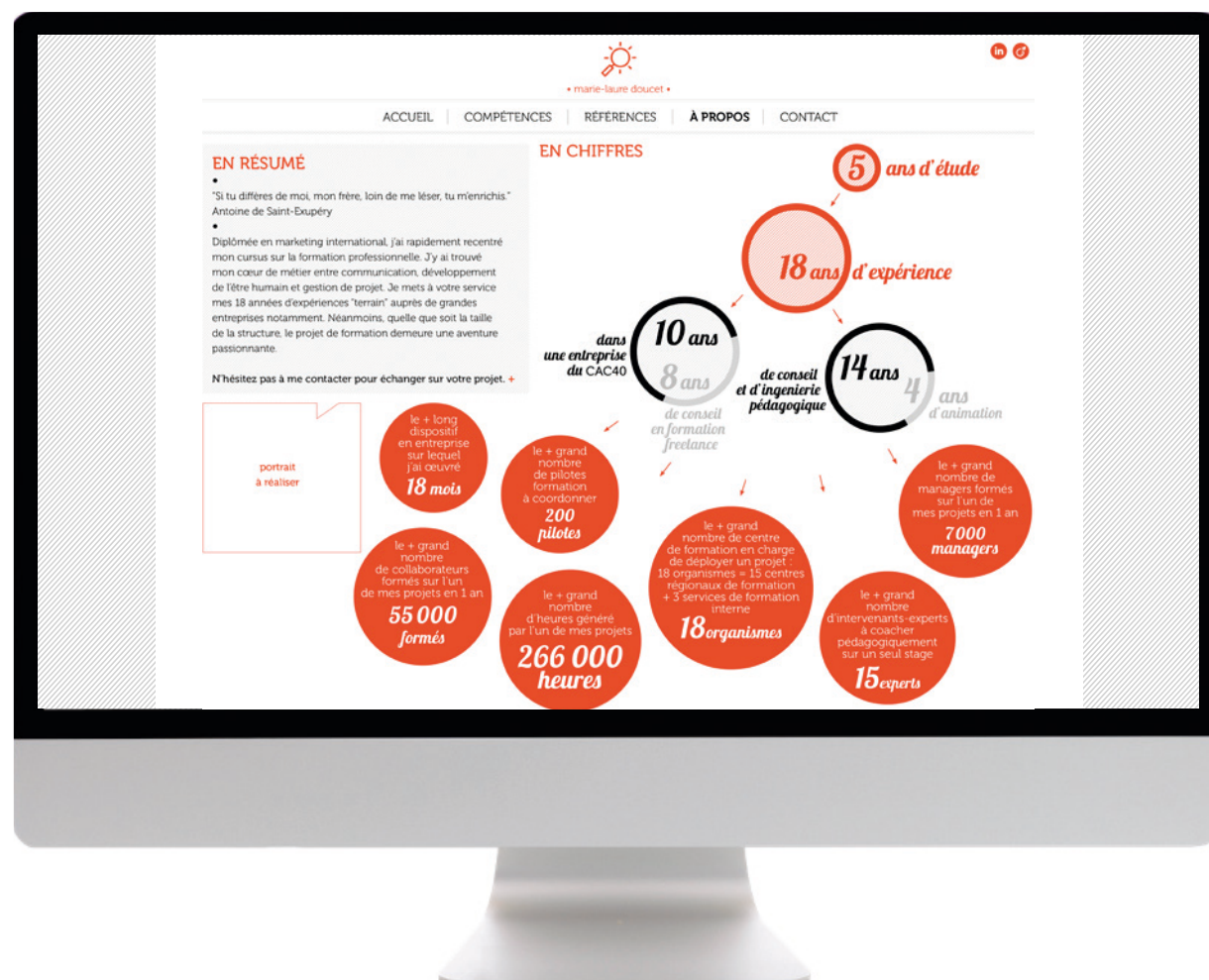


Marie-Laure Doucet  
conseil en formation  
professionnelle

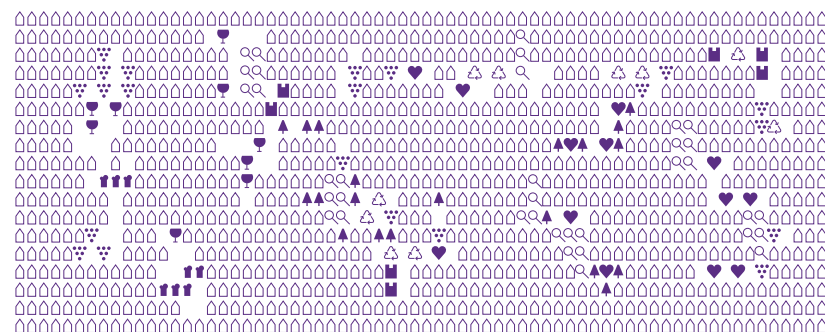


www.mld-conseil.com

Pélagie • Duzer  
Route de Davidon  
0690 730 795 97115 Saint-Rose  
@marie\_laure\_doucet@yahoo.fr







COMMUNICATION VISUELLE











#### 4. Participer à l'animation du débat et du territoire



The illustration depicts a vibrant town square. In the background, there are several stylized buildings of different heights and colors (blue, white, yellow). In the foreground, a diverse group of people are engaged in various activities: some are walking, some are sitting on benches, some are playing games like soccer and basketball, and others are talking in small groups. A dog is also present. The scene is set on a light-colored ground with some greenery and a small fountain on the left.

Des projets culturels pour les plus jeunes

Accompagner la transition numérique

Des occasions pour les tiers

Développer et innover avec les jeunes

Favoriser la coopération des acteurs de et autour de l'école

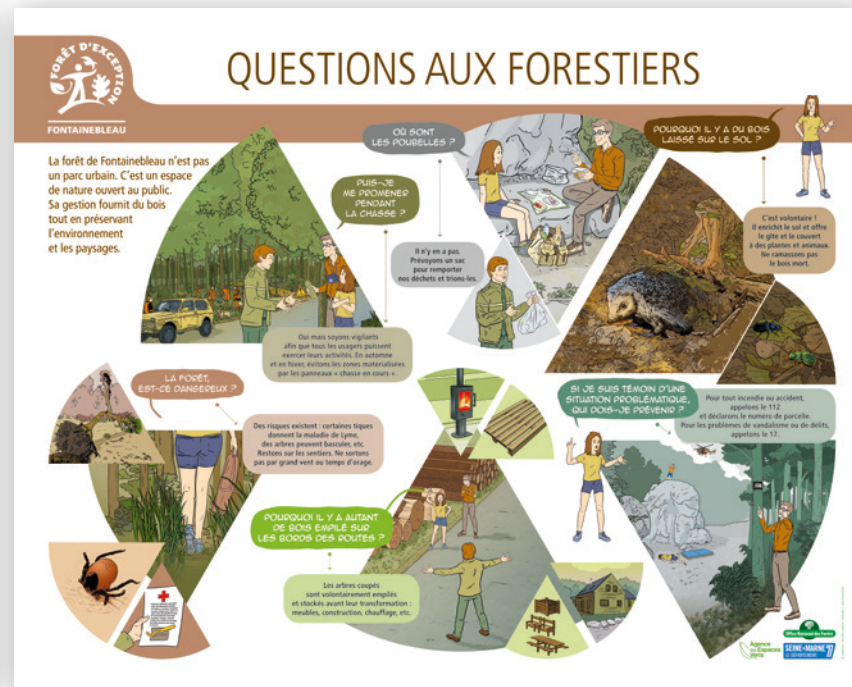
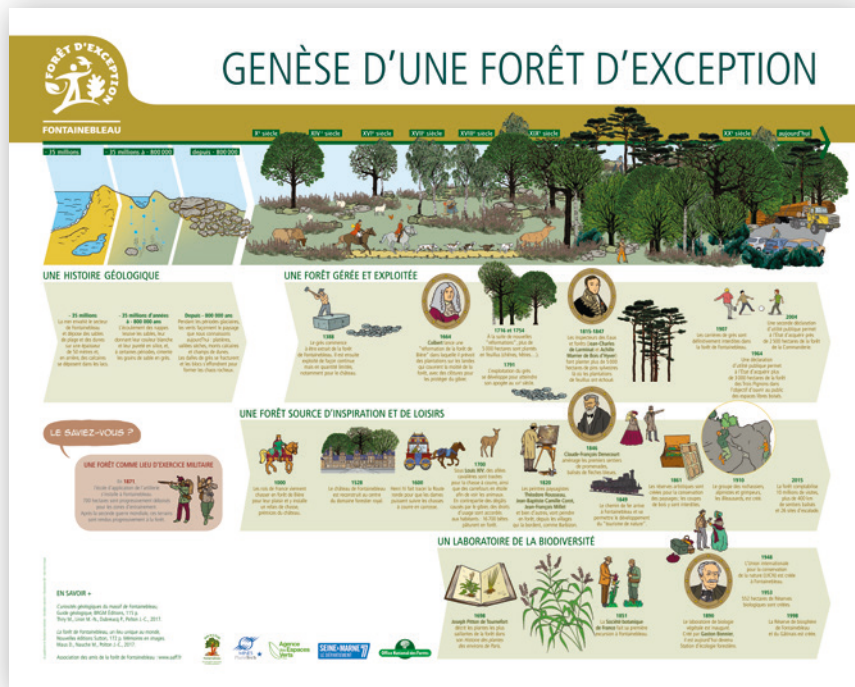
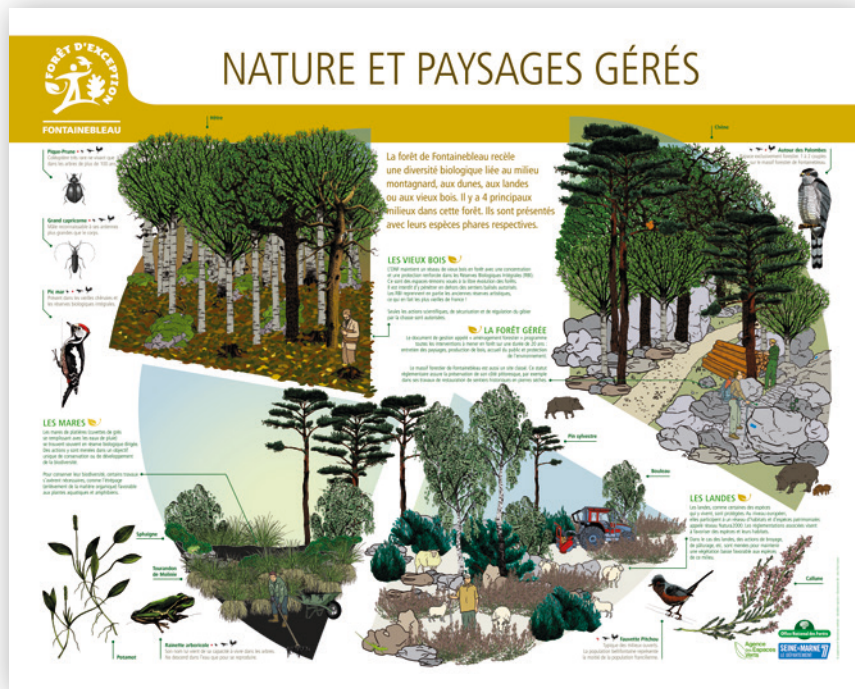
Travailler vers des valeurs de l'ESD

[illegible][illegible]

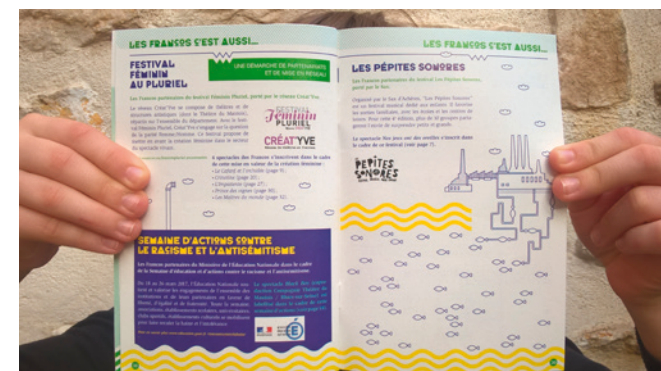
A stylized illustration of a Parisian street scene. In the background, there are several buildings: a tall apartment building on the left, a central building with a mansard roof and dormers, and a smaller building on the right. A large, fluffy cloud is in the sky. In the foreground, a group of six people are riding bicycles, and one person is skateboarding. The people are dressed in casual, modern clothing. The entire scene is set against a light pink background with a white line representing the ground. The illustration is done in a simple, clean style with blue outlines and flat colors.

[illegible]

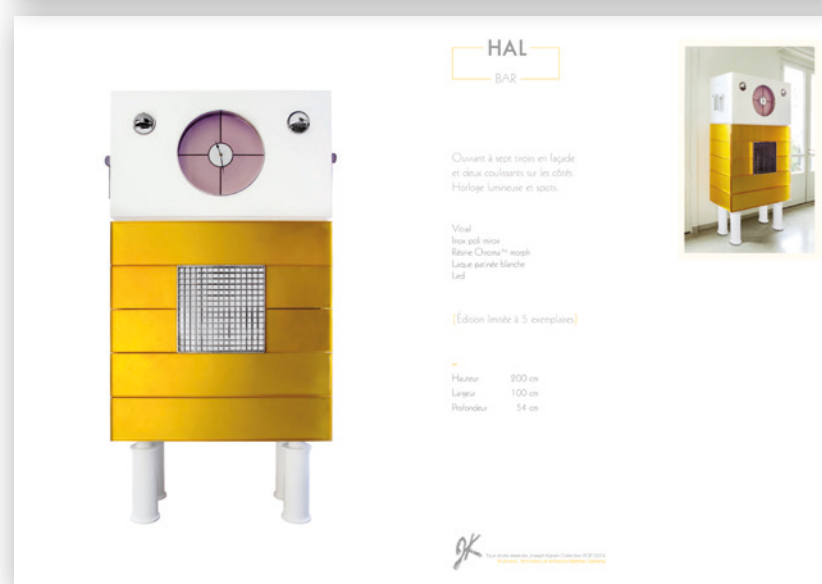
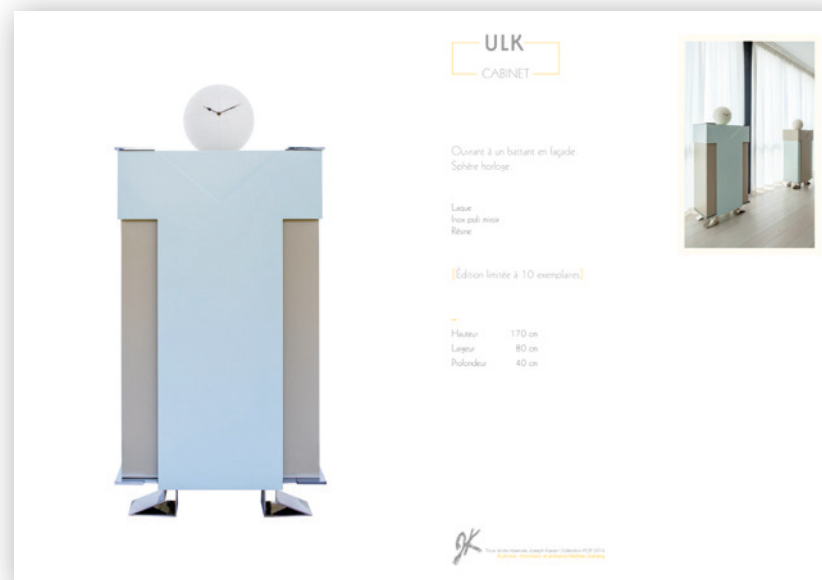
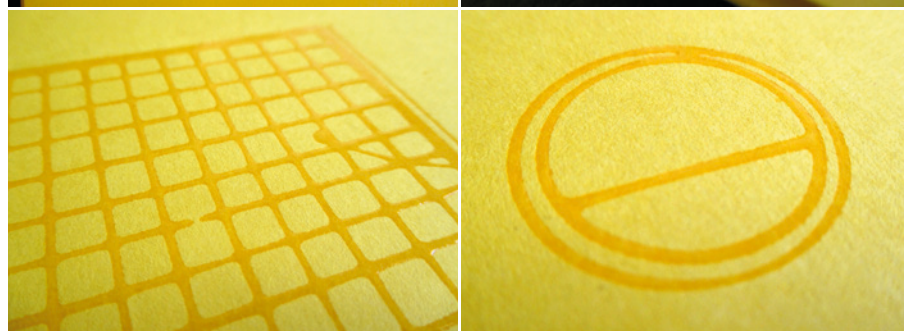












# editorial



Welcome to the 2G&R Project Leader training course

You are going to take a three week training course which aims to further develop your management and execution of integrated 2G&R studies in order to improve productivity (reliability, utility, timeliness, quality).

Moving from a specialised technical role to one involving organisation and supervision does not just happen on its own. It requires increasing your skills or even developing new ones.

This course is intended for future 2G&R Project Leaders, but also for current 2G&R Project Leaders who would like to optimise their management approach. In both cases, it is intended for senior managers with a solid grounding in Reservoir and/or Geology, and/or Geophysics. The course is therefore based on exchanging experiences between the participants and on group discussions of case studies. The objective is more to address everyday issues and the necessary expertise than the acquisition of knowledge per se.

This diary will help you to keep track of what you have learnt throughout the course. A sheet summarising the key points will be handed out at the end of each presentation.

You will therefore be able to fill in a individual development form. Its purpose is to transform what you have learnt into what you are going to do.

Enjoy the course.

The technical coordinator  
The course designers  
The training team

# contents



**The job of a 2G&R Project Leader** p. 11

01 | Role and tasks p. 13

02 | Network of skills p. 21

03 | Key interpersonal skills p. 29

**The workflow** p. 45

01 | General ideas / key messages on the workflow (content, loop,...) p. 47

02 | Adapting the workflow (objectives, constraints,...) p. 53

03 | Adapting the workflow to a specific context and thematic p. 57

**Key points of the workflow** p. 63

01 | Data Management for Studies p. 65

02 | Major field Review p. 69

03 | Geomodel p. 73

04 | Simulation (init, hm, forecast) p. 79

05 | Drawing up the RMPs and monitoring input p. 85

06 | Reserves / Resources p. 89

07 | Uncertainties p. 93

08 | 4D p. 101

**Individual development form** p. 105

**Personal action plan** p. 127

## Synthesis

Adapting the workflow to a specific context and thematic

4/4



**Key points  
of the workflow**

## The role and missions of the 2G&R Project Leader

1/5



2G&R project leadership does not just happen. To be able to conduct integrated 2G&R studies, it is necessary to move on from a specialised technical role to one involving organising and supervision. Whereas for the former it is all about optimising and broadening skills in a specific area to help progress with a project, the skill set of a 2G&R Project Leader is more about using the related skills. It is necessary to embrace a better vision of the project, the organisation and your management style. The role, mission, challenges and quality process... so many aspects that will be dealt with in this summary sheet in order to explain this position and the multiple skills it requires.

### The role of the 2G&R Project Leader

Conducting integrated 2G&R studies that meets the objectives set by the client within the timeframe and to the highest technical standards.

### The missions of the 2G&R Project Leader

#### Technical missions

##### Preparing for and designing study

- Analysing needs
  - Reviewing previous models
  - Reviewing recent data sets
- Analysing objectives
  - Identifying data that may be missing
  - Interpreting the vision of the subsidiary / identifying the needs in terms of operational assistance
  - Anticipating difficulties / the need for short cuts
  - Understanding specialists' involvement
  - Finding a balance between new methods / works, industrial lead times

##### Conducting study

- Using the various available techniques and tools
- Facilitating technical exchanges between functions / specialists
- Ensuring the integration of the activities (conducting summaries / managing interfaces / ensuring feedback)
- Monitoring the major types of modelling: 3D grid / FF sector models / node...

- Being objective in order to relate the various aspects of the study to each other
- Identifying the key points, optimising resources to focus on the areas that need to be worked on
- Managing uncertainties (study level...)
- Managing difficulties, the unknowns: redirecting the workflow
- Managing involvement in operational work

##### Ensuring the Quality of study

- Ensuring the integration of the activities (conducting summaries / managing interfaces / ensuring feedback)
- Checking that homogeneity is maintained during the modelling phases
- Validating the various steps of study
- Respecting the Total E&P Quality Process

##### Reviewing the study

- Validating and transmitting the results
- Managing the interfaces with the subsidiaries / DEV / Drilling
- Sending the results to the various entities involved
- Knowing the impacts on related functions
  - Drilling completion
  - Operation
  - Architecture
- Providing customer service following study

Team and crisis chatting management

## Synthesis

Key messages on the workflow

1/3



Each 2G&R integrated study is different and its organisation has to be adapted. This is one of the key tasks of the 2G&R Project Leader. However, some guidelines have been developed in order to help her/him in this process and to help her/him not to forget any important step.



This general workflow can be displayed as above and is generally split into 10 main steps:

- phase 1: Definition of study
- phase 2a: Data interpretation
- phase 2b: Subsidiary data interpretation
- phase 3a: 2G systems (structural model)
- phase 3b: 2G systems (petro-physiological model)
- phase 4: Reservoir synthesis
- phase 5: 2G&R systems
- phase 6: Preliminary modelling tests
- phase 7: Reservoir modelling
- phase 8: Reservoir flow simulation

All this procedure and workflow is well described in the 2G&R field study document

DEV/2G&Rfieldstudy  
(<http://gtotal-ryp.com/total/field-study/index.html>)

## 03 Key interpersonal skills for 2G&R Project leader

A wide variety of interpersonal skills are required for the role of 2G&R Project Leader, given that it involves project management, people management in both a hierarchical and non-hierarchical context, working as part of a team and encouraging team work. However, three skills are particularly essential: leadership, cooperation and the ability to manage change.

These interpersonal skills are not specific to project management, but they will play a key role in any project's success. It is possible to destroy a technically perfect project through poor people management.

The following sheets offer concrete suggestions on how to optimise and develop each of these three key interpersonal skills.

