

TÂCHE 1 Nouvelles scientifiques

(0) L'actualité des sciences. Bonjour, Fabienne Chauvière.
Bonjour, Éric.

Dans votre rendez-vous, Les Savanturiers, on va rappeler qu'il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer.

Non, selon une étude de l'université de Londres qui vient d'être publiée dans "Nature", les poumons auraient la capacité de se régénérer, même après des années de tabagisme. Beaucoup de scientifiques - et de fumeurs- pensaient que les mutations occasionnées aux cellules par le tabac étaient irréversibles. **(1) Et que disent certains gros fumeurs, Éric?**

Beuh, ils disent que, après tout, foutu pour foutu, ça ne sert à rien d'arrêter.

Et chez les fumeurs, neuf cellules pulmonaires sur dix présentent des mutations. Des mini-bombes à retardement pour les médecins. Parmi les fumeurs étudiés, certains avaient fumé plus de 15.000 paquets. Eh bien, quelques années après avoir arrêté, de nombreuses cellules de leurs voies respiratoires ne présentaient plus de dommages. **(2) Cette étude n'a été effectuée qu'avec 16 patients ; les chercheurs aimeraient maintenant savoir où se trouve le réservoir de cellules saines qui remplacent les cellules endommagées.**

Quand je vois cette cigarette, je me dis "mais comment j'ai fait pour me passer d'un bonheur comme ça pendant autant d'années, d'un plaisir comme ça. Je suis tellement content, ça y est, j'ai réussi à commencer. Comment j'ai fait pour commencer la cigarette? Il y a un mot: la volonté.

Voilà, Gad Elmaleh dans son sketch sur la cigarette.

Un autre sujet dans Les Savanturiers, Fabienne Chauvière: quand on parle aux bébés, il faut AR-TI-CU-LER.

Une étude publiée lundi montre que s'adresser à son bébé en accentuant est une excellente manière de le faire progresser. **(3) Des parents de nourrissons âgés de 6 mois ont été "coachés" pour parler à leur enfant en déliant les syllabes.** Un deuxième groupe n'avait pas reçu la formation.

Et le résultat, vous nous l'avez déjà donné?

Oui, à 18 mois, le premier groupe est largement en avance sur la vocalisation des mots. Les scientifiques de l'université de Washington, auteurs de l'étude, expliquent qu'une parole simplifiée et des traits de visages qui exagèrent le mouvement sont une combinaison idéale. Cela active la part sociale de leur cerveau et leur motivation à apprendre le langage. Devant bébé, il faut donc parler la bouche bien ouverte!

Après les bébés, les oiseaux, avec cette découverte des chercheurs allemands. Ils ont montré pour la première fois que des oiseaux sont capables d'entraide.

Des ornithologues de l'Institut Max Planck en Allemagne, viennent de démontrer que le perroquet jaco -c'est son nom- aide spontanément ses congénères à atteindre leur but. **(4) Ils ont choisi les perroquets qui ont un cerveau plutôt gros par rapport à leur corps.** D'ailleurs, les chercheurs les surnomment parfois « singes à plumes ».

Des tests ont donc été menés.

Cela s'est passé aux Canaries. On montrait à un perroquet qu'il pouvait avoir des noix s'il remettait à l'expérimentateur un petit disque de métal. L'oiseau pouvait ensuite donner un disque à un congénère qui pouvait le donner à son tour pour avoir des noix. **(5) Sept des huit perroquets jacos ont donné le disque à leur partenaire dès le premier coup.** Les chercheurs veulent maintenant faire le test avec d'autres espèces de perroquets. Il y en a quand même 393 !

Allez, on termine avec la musique, les bienfaits de la musique. Se réveiller en musique, c'est non seulement bon pour le moral mais c'est bon pour le tonus !

Selon des chercheurs australiens qui viennent de publier leurs travaux, privilégier **(6) les alarmes musicales permettrait d'accroître son niveau de vigilance** et de mobiliser les facultés d'attention plus rapidement.

(7) L'ivresse du sommeil, c'est la transition du sommeil vers l'éveil, et cela se traduit par un état de somnolence qui peut durer jusqu'à 4 heures après le réveil. Mais on peut réduire l'ivresse du sommeil.

Selon les scientifiques qui ont fait des tests, les personnes qui ont utilisé une musique pour se réveiller présentaient des niveaux de vigilance accrus en comparaison avec celles qui avaient choisi la sonnerie.

Et quelle est l'explication, Fabienne ?

Les chercheurs, Éric, pensent que la sonnerie pourrait perturber notre activité cérébrale, qu'une belle musique, comme celle des Cure, par exemple, pourrait nous aider à nous réveiller de manière plus efficace. Oui, les chercheurs ont cité The Cure !

"Just like heaven", comme au paradis, donc le morceau de Cure, sachez quand même, le meilleur des réveils, c'est bien sûr sur France Inter.

TÂCHE 2 Des millions dans les sabots!

(J= Journaliste) **(0) Sandrine Oudin, c'est votre séquence!**

(S=Sandrine) Présente!

(J) "C'est mon actu"...ou plutôt ce matin: "c'est LEUR actu". Ils s'appellent Bold Eagle, Davidson Du Pont, Face Time Bourbon, Delia du Pommereux...en tout, ils sont 18 et ils n'ont qu'une semaine encore pour se chauffer les jambes et je précise qu'il y a des millions d'euros en jeu. Où ça? Dans leurs sabots.

(S) C'est reparti pour le Grand Prix d'Amérique qui fête ses 100 ans le weekend prochain sur l'hippodrome de Vincennes. Le Prix d'Amérique, c'est la plus grande course de trot au monde, que des cracks sur le départ, **(1) près de 6 millions de paris**, plus de 40 millions de mises tous les ans. L'épreuve reine du trot bat tous les records, y compris en nombre de spectateurs: ils sont plus de 40000 dans les tribunes et je peux vous dire pour y être allée, c'est du délire!

(J2=autre journaliste) C'était l'année dernière, on y était d'ailleurs allées ensemble avec Laetitia Bernard et effectivement ça hurle comme j'ai jamais entendu hurler nulle part, même sur un stade de foot.

(S) Et vous avez joué et vous avez perdu.

(J2) Ouais, c'est vrai, et vous aussi d'ailleurs.

(S) et moi aussi! **(2) Alors, ceux qui crient le plus fort dans les tribunes sont pas forcément ceux qu'on croit. Je veux dire par là que c'est pas forcément les plus gros parieurs;** c'est souvent les clubs de supporters des trotteurs. Ce n'est pas l'appât du gain qui les anime mais vraiment l'amour du cheval qu'ils défendent.

(J) Alors, ils sont capables de prendre le bus et il n'y a que pour ce grand Prix d'Amérique qu'ils sont capables de prendre le bus et de bondir les cars. Si vous en avez rencontré deux parmi les supporters et vous nous emmenez donc ce matin à Gacé, c'est dans l'Orne. Rencontre avec deux supporters qui ne jurent que par **(3) la tenante du titre, la jument Belina Josselyn.** Écoutez, c'est Nono et Cheucheu, qui ont tout préparé:

(N/C) Là on est 57 exactement avec le chauffeur, oui.

(S) Ah oui, quand même, 57?!

(N/C) Oui, oui, c'est un car complet.

(N/C) Tout est prêt: la glacière, les casquettes, les écharpes brodées au nom de la jument et les petits bonnets parce que quand on est dans les tribunes, il fait froid, Madame.

(N/C) On commence à se chauffer dans le car.

(S) C'est-à-dire?

(N/C) Bein, on commence à chanter un peu.

(S) C'est-à-dire?

(N/C) Elle a les yeux bleus, Belina...et en fait, quand on arrive là-bas, on voit les autres cars, on se met face à face et on gueule plus fort et en général, notre car, c'est le meilleur.

(S) C'est quoi ce prix? Pourquoi se déplacer uniquement pour lui?

(N/C) Parce que c'est la plus belle course au monde. C'est un petit peu comme la première finale de football France-Brésil, quoi. Là-bas c'est la finale de la coupe du monde des chevaux. Le speaker fout le feu dans les tribunes, il y a 40 mille personnes, c'est vraiment génial, quoi.

(N/C) Quand on est vraiment sur l'hippodrome, quand ils font le décompte du départ, et la musique à fond, **(4) ça prend aux tripes et on en pleurerait, comme des enfants. C'est tellement beau, c'est impressionnant.** Je peux pas trop l'expliquer, c'est...magnifique! Il faut venir, il faut vraiment le vivre au coeur de Vincennes pour vivre le Prix d'Amérique franchement, ouais. Ah ouais, je pourrais pas me retrouver dans mon canapé ou bar PMU du coin, inimaginable!

(S) Qu'est-ce qu'on ressent?

(N/C) L'adrénaline parce que c'est vrai que bein on n'est jamais à l'abri, c'est comme une Formule 1: si la voiture crève au départ, bein 'y a plus de course et en fait, les chevaux, c'est exactement pareil! Il peut se mettre au galop dans les premiers 100 mètres, disqualifier et malheureusement, bein voilà, c'est fini pour eux.

(S) L'idéal pour Belina.

(N/C) **(5) C'est laisser partir les quatre cinq devant, rester derrière et sortir vraiment au sprint final, dans les derniers 150 mètres** et là, ça fonce!

(J) Et là, ça fonce!

(S) Et là, c'est la folie, non?

(N/C) Bein franchement, on...'fin...c'est inimaginable, comme l'année dernière, quand on l'a vue déboiter dans la dernière ligne droite...moi qui est petit, j'étais sur les épaules des copains, c'était impressionnant: on gueulait, on gueulait et là, quand on l'a vue passer le peloton en premier...

(J) On ressent quoi?

(N/C) C'est comme si on avait gagné. Et même nous, c'est comme si on était sur le cheval.

(J) C'est comme si on avait gagné, vous êtes d'accord avec Cheucheu?!

(N/C) Ah oui, complètement, c'est les poils qui se redressent, c'est les cheveux sur la tête, les larmes qui arrivent, on est complètement cinglés hein. **(6) J'ai sauté la rambarde, j'ai été sur la piste, je me suis fait courser par des vigiles parce que j'avais pas le droit.**

(S) Vous n'avez pas pu vous empêcher?!

(N/C) Bein non

(S) Vous êtes parti tout de suite

(N/C) Ah ouais, on voulait l'embrasser, on voulait caresser la jument.

(S) Parlez-moi d'elle alors. Parlez-moi de Belina.

(J) Pourquoi on la surnomme "la ballerine"?

(N/C) "La ballerine" parce qu'elle trotte des fois les 4 pieds ne touchent pas par terre. C'est vraiment une danseuse étoile, on va dire ça. Il y a une photo dans le turf une année, elle touchait pas par terre, elle volait quoi.

(S) Juste avant son entrée en piste, vous essayez de l'approcher, de la voir, ou pas?

(N/C) Oui, oui, **(7) on essaye de la voir et on essaye de passer un petit mot au driver** et après on laisse la magie faire.

(S) Et pas de petit mot à Belina?

(N/C) Si si, c'est dans le coeur ça! Si elle nous regarde bien, elle comprend.

(S) Alors, je ne vous demande pas pour qui vous pariez.

(N/C) Bein, non. On fait toujours un petit jeu et souvent avec le car aussi. Des fois, on demande à chacun 2€ et puis on met tout sur Belina.

(S) Pourquoi petit jeu? C'est pas parce que c'est le Prix d'Amérique que vous allez plus jouer?

(N/C) Non, pas du tout, non. J'ai pas d'enveloppe pour ce jour-là.

(S) Et vous, c'est pareil?

(N/C) Ah oui oui oui, j'emmène pas la grosse enveloppe à Paris Vincennes, non non. Ça m'est arrivé une année que, il y avait tellement de monde dans les coulisses qu'on pouvait même pas jouer et ça m'a pas dérangé. **(8) Le jeu, c'est secondaire.**

(S) Ah oui donc c'est pourquoi?

(N/C) Spectacle, ambiance, adrénaline, frissons, avant tout, la course.

(N/C) Tous les ans, décembre arrive, Noël pour les enfants puis nous...bein...Prix d'Amérique pour nous! Comme le Père Noël! C'est notre cadeau de Noël, nous c'est le Prix d'Amérique.

(J) Vous comptez les jours là?

(N/C) Ah oui! Ça, on a hâte d'arriver.

(J) Vous avez les yeux qui pétillent.

(S) Tous les deux, hein

(N/C) Oui, on a hâte vraiment d'y être. Faut y être, faut y être! Allez-y tous! On vous y attend!

(J) Rendez-vous donc sur l'hippodrome de Paris Vincennes dimanche prochain! Je vous dis, c'est 5€ l'entrée.

TÂCHE 3 On verra ça demain!

Dorothée Barba et ses "Captures d'écrans". Vous vouliez nous parler d'une **(0) série documentaire**, je crois, Dorothée. Oui, mais j'aime autant vous en parler demain, ça vous dérange pas?!

Ah bein si un peu.

D'accord.

Bon, ok

Et bien, je vous recommande une remarquable série consacrée à la procrastination, "On verra demain", c'est le titre. Elle est en ligne sur le site d'Arte. Guillaume Podrovnik a voulu rendre **(1) ses lettres de noblesse** à l'art de tout remettre à plus tard. C'est un peu une enquête de fumiste, évidemment, mais c'est drôle et franchement passionnant. Dans un décor constellé de post-its, de courrier à ouvrir et de bouquins à trier, on voit défiler des philosophes, des écrivains, des économistes, des sociologues... Tous spécialistes de la question. Et l'on découvre que l'habitude de remettre au lendemain est moins néfaste qu'elle **(2) (n') en a l'air !**

Du moment qu'on peut organiser sa semaine sur un rétroplanning, 'y a pas à angoisser.

Pour moi, le procrastinateur est un peu un héros parce que ça dénote un espèce de **(3) sang-froid**: on ignore volontairement le facteur temps pour se dire en fait le meilleur de moi-même sera sorti en catastrophe. C'est une personne qui n'a pas peur de la mort d'une certaine manière. Il ne se dit pas que la vie est très courte et il peut se permettre comme ça de badiner, d'attendre que ça passe et de faire exactement **(4) ce pour quoi/ce pourquoi** on ne l'a pas mandaté.

Parmi les personnes interrogées, on croise aussi une collègue de France Inter : Juliette Arnaud, autrice et chroniqueuse de "Par Jupiter". Elle se revendique fièrement procrastinatrice. **(5) Du genre à se lever la nuit pour faire des "to-do listes"** dont elle ne raye évidemment jamais la moindre ligne.

Quels sont les procrastinateurs les plus célèbres de l'Histoire? Léonard de Vinci. Il inventait plein de trucs, s'intéressait à tout, mais n'a jamais terminé le moindre tableau ou presque. Procrastiner, finalement, c'est **(6) faire preuve de curiosité**. C'est aussi une forme de résistance aux injonctions de productivité et d'efficacité. En ce sens, Gaston Lagaffe était un grand résistant ! Mozart, Jaurès, Victor Hugo étaient aussi, chacun dans leur genre, de grands procrastinateurs. Un épisode de la série, **(7) en tout cas**, s'emploie à le prouver avec brio.

Savez-vous quel alibi imparable a trouvé l'écrivain russe Nicolas Gogol pour ne jamais terminer son grand roman "les âmes mortes"? Et bien, il est mort. Bon, vous allez me dire

que ça n'a rien à voir avec de la procrastination. Eh pourtant si si ! Parce que juste avant de mourir, Gogol avait **(8) jeté au feu** la deuxième partie de son roman. Il n'était pas satisfait du résultat. Et cela vient éclairer une chose importante : le procrastinateur est un perfectionniste (parfois un peu inconscient).

Tous les prétextes sont bons pour faire l'éloge de la paresse, quoi. Pas faux! Mais attention, le procrastinateur se distingue du fainéant ou du paresseux.

En tout cas, si le sujet n'a rien de neuf, il a pris de l'ampleur ces dernières années. Car c'est sur les réseaux sociaux que l'on procrastine le mieux. Il y a toujours **(9) une vidéo de chats** beaucoup plus urgente que tout le reste. Les réseaux sociaux sont conçus pour ne pas nous laisser bosser.

Celui qui le dit le mieux, c'est Florent Oiseau. Un écrivain dont le premier roman, ça ne s'invente pas, était intitulé *Je vais m'y mettre*.

J'ai deux mois pour finir mon livre. Hier il y avait un master de pétanque, que j'ai vu 6 fois, je sais très bien que Draguignan va perdre et je le regarde quand même. Je peux m'interroger sur la surface d'un kiwi, je peux perdre du temps sur un master de pétanque, notamment si Christian Fazzino joue...

Christian Fazzino élu joueur du siècle par ses pairs était à Espalion ce weekend. Il remettra son titre en jeu devant les meilleurs spécialistes de la discipline. Quel génie!

Voilà les images d'archives! Comme ce reportage sur les masters de pétanque sont exploités avec beaucoup d'humour. Et cette série, **(10) l'air de rien**, vient déranger avec beaucoup de pertinence notre rapport au temps et au travail. La technologie est censée nous avoir fait gagner du temps mais où est passé tout le temps que nous avons gagné?

Voilà, pensez bien à mettre cette série documentaire sur votre liste de trucs à faire et surtout n'oubliez pas de poser la liste sur la pile de listes de trucs à faire.

Ça s'appelle "On verra demain: excursions en procrastination", 7 épisodes de 10 minutes qui sont en ligne sur le site d'ARTE. Dorothée Barba, merci beaucoup!