

NEWS HVFE ASBL

Belgique-Belgie
PP
6180 Courcelles
P/301109

Périodique trimestriel n° 123 – mars 2019



Smartphones : des ondes et des doutes

Se créer un journal sur mesure

Assemblée générale 2019



Bureau de dépôt : B-6180 COURCELLES
Editrice responsable : Souad BOUROUA
rue Winston Churchill 121A – B-6180 COURCELLES

SOMMAIRE

EDITORIAL	1
EN SOUVENIR DE MARCEL ET JEANNINE... ..	1
AU CŒUR DU HVFE	2
Appel à cotisation aux membres effectifs	2
Soirée de soutien du HVFE.....	3
LE CLIN D'OEIL DE VERO.....	3
Jeu d'évasion pour tous à Charleroi.....	3
Jambalaya revisité	5
NOUVELLES TECHNOLOGIES	7
Smartphones : des ondes et des doutes.....	7
Comprendre les dessous du discours marketing.....	10
INTERNET.....	13
Se créer un journal sur mesure.....	13

« Les articles n'engagent que leur auteur. »

EDITORIAL

Chère Lectrice,
Cher Lecteur,

Quel plaisir de vous retrouver pour cette nouvelle édition du NEWS, le trimestriel qui vous informe sur l'actualité de l'asbl HVFE et sur les avancées technologiques adaptées aux déficiences visuelles.

Je profite de cet édito pour vous inviter à réserver dès à présent quelques dates importantes dans vos agendas !

Le *Thudi-Nordic-Walking Club* et la Ferme de l'*Escafène* organisent une marche au profit de notre association en date du 11 mai 2019. Vous trouverez prochainement plus d'information concernant cette activité sur notre site Internet et notre page Facebook. Nous vous y attendrons nombreux.

Cette année, l'Assemblée générale de notre Association aura lieu le samedi 22 juin prochain. Elle nous donne l'occasion de rencontrer nos membres effectifs et de les informer sur l'ensemble des actions menées lors de l'année écoulée.

Notre soirée de soutien destinée à récolter les fonds nécessaires au bon fonctionnement de notre Service d'accompagnement spécifique en informatique adaptée aux personnes aveugles et gravement malvoyantes aura lieu le samedi 5 octobre 2019. Le thème de cet évènement sera « Les Années 80 ». Ambiance festive et conviviale en prévision !

Ce numéro du NEWS vous renseignera sur le meilleur type de fichier audio à télécharger et sur la manière de faire le tri dans la masse d'informations qui nous assaille sur Internet. Avez-vous déjà entendu parler de l'indice DAS ? Celui-ci vous renseigne sur la quantité d'ondes radio émises par nos mobiles. Découvrez, en page 7, si votre smartphone présente un indice plus ou moins élevé et comment éviter les désagréments éventuels sur votre santé. Véronique a testé l'escape game à Charleroi ! Elle partage ses impressions et avis en page 3. Elle nous dévoile également la recette de son délicieux *Jambalaya* revisité que nous avons eu le plaisir de déguster.

Bonne lecture !

Souad BOUROUA
Rédactrice en chef

EN SOUVENIR DE MARCEL ET JEANNINE...

Les années passent et les larmes laissent place à la nostalgie.
Leur souvenir sera éternellement présent dans nos esprits.
Dans nos cœurs à tout jamais, ils garderont une grande place.

AU CŒUR DU HVFE

Appel à cotisation aux membres effectifs

Cher Membre effectif,
Cher ami du HVFE,

Comme chaque année, nous nous tournons vers vous, stagiaires du HVFE et sympathisants aux projets que nous défendons, pour vous inviter à être membre effectif de l'asbl.

L'association dispense des formations personnalisées aux personnes aveugles et malvoyantes pour faciliter leur inclusion au sein de notre société.

Les membres de l'équipe proposent une très large palette de formations : la maîtrise des outils informatiques, de la manipulation du smartphone à la lecture et au paiement des factures en ligne, des logiciels de loisirs à ceux à usage professionnel. Ces formations sont à la pointe de la technologie, selon les attentes de chaque bénéficiaire.

Si le HVFE offre des services de haute qualité et d'un grand professionnalisme, l'équipe favorise un climat convivial où chacun apprend à son rythme et trouve un accueil souriant et cordial.

Mais, pour vivre et se développer durablement, une association a impérativement besoin que ses membres s'y impliquent, qu'ils apportent leurs idées et leur dynamisme.

Alors, cette année encore, le HVFE vous invite à devenir membre effectif, ce qui vous permettra de participer à notre assemblée générale annuelle.

Rejoignez la sympathique communauté du HVFE pour construire ensemble l'avenir de l'association.

**Notre Assemblée générale annuelle se déroulera
le samedi 22 juin 2019 à 10.00 heures.**

Après réception de votre cotisation, vous recevrez : la convocation, l'ordre du jour ainsi que les documents de travail de cette réunion.

La cotisation demeure inchangée et s'élève à 25,00 €, montant à verser au compte n° BE71 8778 5249 0169. Un bulletin de virement est joint à la présente.

L'équipe du HVFE

Soirée de soutien du HVFE

Nous comptons sur votre générosité !

Depuis 2010, nous organisons une soirée de soutien annuelle qui connaît un grand succès.

Cette année, elle aura lieu le **samedi 5 octobre 2019 avec pour thème :**

« Les années 80 ».

Le résultat financier de cet événement dépend en grande partie de votre présence, mais aussi du sponsoring et de la qualité des lots offerts lors du Bingo organisé durant la soirée.

C'est la raison pour laquelle nous nous permettons de faire appel à votre générosité.

Une publicité importante est prévue pour tous nos sponsors ainsi que pour les lots reçus : encart publicitaire sur les invitations et les menus, dans notre revue trimestrielle News, sur notre site Internet et notre page Facebook, placement de matériel publicitaire dans la salle...

L'équipe du HVFE

LE CLIN D'OEIL DE VERO

Jeu d'évasion pour tous à Charleroi



Carolo, passionné de jeux et fondateur de Dico.be, Didier Colart est déjà bien connu pour avoir créé de nombreux jeux de société personnalisés tels que les versions carolo des célèbres Monopoly et Cluedo, un Trivial Pursuit sur le thème des bières belges ou encore le fameux Qui est-ce ? dédié à nos chers Diables Rouges.

Voilà plusieurs années que Didier Colart et Pierre De Roover, accompagnateur scolaire de l'Œuvre nationale des Aveugles tentent de mettre au point un jeu à l'attention des personnes déficientes visuelles. L'adaptation pour un tel public est particulièrement complexe tant il existe de types de malvoyances. Leur défi est d'adapter un concept pour que tout un chacun y trouve son compte.

Lors d'un voyage à Paris, Didier et son épouse Valérie ont testé un jeu d'évasion dans le noir. Tous deux ont un réel coup de cœur... et le concept en question est à vendre ! Le jeu d'évasion, plus communément appelé « escape room », invite ses participants à résoudre une énigme dans un endroit clos et dans un temps imparti. Alors que sa première escape room « Le cabinet de Maître Hembise » située sur le quai Arthur Rimbaud est une création toute personnelle, il fait ici l'acquisition d'un concept existant avec sa technologie et son histoire. Il faut alors trouver une salle disponible au centre de Charleroi pour l'accueillir. La configuration des locaux du n°20 de la Galerie Bernard semble parfaite. S'en suit une longue et profonde réflexion en famille et avec ses collaborateurs pour adapter le jeu et y mettre leur grain de sel. Avec l'aide de l'ONA, il propose fin 2018 à un petit groupe de déficients visuels (dont je faisais partie) de tester le jeu.

L'escape game qu'il a renommé « *Kalikazan* ou le secret de la nature » vous immerge de suite dans une fabuleuse aventure où le noir est absolu puisque tous les joueurs portent un masque sur les yeux qu'ils doivent absolument garder au risque de subir un très mauvais sort. Le défi à relever n'est rien de moins que de sauver la planète ! Pas question ici de se guider avec sa canne, son chien ou son résidu visuel. « Tu es où ? Là ? Où là ? Hé, c'est quoi ça ? C'est mon bras ! ». Il faut sans nul doute faire preuve d'orientation, de logique, et d'esprit d'équipe pour résoudre l'énigme dans les temps. Dans tous les cas, les fous rires sont de la partie.

Didier Colart est persuadé que nous pourrions résoudre l'énigme fort aisément. A posteriori, il apparaît que l'expérience est aussi déstabilisante pour les déficients visuels que pour un autre public. Il est aussi sans doute important que, pour jouer dans le noir, les participants se connaissent bien. En somme, que l'on soit non-voyant, malvoyant ou voyant, le challenge est loin d'être évident. Évasion, coopération et amusement sont garantis. Que les anxieux se rassurent, les joueurs peuvent explorer l'environnement en toute sérénité. Et aucune clé ne vient sceller la porte !

Comme tous ceux qui participent à ce type de jeu, j'ai juré que je n'en dirai pas plus... A vous de tester si vous êtes joueur !

Avis :

« Que tu sois rusé comme le renard, plein de piquants comme le hérisson, le tout est un travail d'équipe pour s'échapper. » Jean-Luc

« Enfin un jeu d'équipe adapté et particulièrement amusant que je recommande les yeux fermés ! Merci ! » Véro

Infos pratiques : Comptez 100€ pour un public familial de 4 personnes et pour une durée maximale d'une heure. Plus d'infos en consultant le site www.charlerooms.be ou en téléphonant au 0498/528.308.



**Véronique J.
Stagiaire**

Jambalaya revisité

Ce plat épicé aux couleurs chatoyantes et au nom chantant est une spécialité emblématique de la Nouvelle-Orléans.

Que les puristes me pardonnent, la recette qui suit ne comporte ni jambon ni riz.

Ingrédients pour 6 personnes

- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 100g. de lardons de bacon (ou de lardons fumés)
- 100g. de chorizo doux ou fort selon l'envie de piquant
- 350g. de poulet coupé en dés
- 3 branches de céleri
- 1 poivron rouge ou jaune
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive ou d'arachide
- 300g. de pâtes (genre Spirelli ou même Spaghetti)
- 1 boîte de tomates concassées de 400g. ou la même quantité de votre délicieux coulis maison
- ½ cuillère à café d'épices cajun (à utiliser avec modération !)
- Ou votre propre dosage de piment de Cayenne (ou pili-pili), de paprika et éventuellement de cumin
- 1 feuille de laurier
- Une dizaine de grosses crevettes ou gambas décortiquées
- Persil haché



Préparation

- 1) Préparez et pesez les ingrédients.
- 2) Lavez le céleri et le poivron. Coupez le poivron en deux, retirez la queue, les graines et les cloisons internes. Pour une meilleure digestion, vous pouvez aussi peler poivron et céleri avec un économe avant de les déliter en petits dés.
- 3) Épluchez l'oignon et émincez-le. Pressez les deux gousses d'ail après avoir ôté pelure et germe.
- 4) Dans une poêle ou casserole assez grande, mettez une cuillère à soupe d'huile. L'étaler avec un pinceau permet de réduire la quantité de matière grasse. Faites-y dorer les dés de poulet pendant quelques minutes et ajoutez ensuite les lardons de bacon et le chorizo. Réservez-les au chaud.
- 5) Dans la même poêle, remettez un peu d'huile si nécessaire et faites revenir quelques minutes l'oignon émincé. Ajoutez ensuite les dés de poivrons et de céleri ainsi que l'ail pressé. Faites cuire environ 8 min. en remuant de temps en temps
- 6) Incorporez-la ½ cuillère à café d'épices Cajun ou votre savant dosage d'épices dans la boîte de tomates concassées que l'on verse dans la poêlée de légumes. Déposez-y la feuille de laurier. Salez et laissez mijoter environ 15 minutes.
- 7) Ajoutez les viandes à la poêlée de légumes. Laissez mijoter à nouveau à feu très doux.
- 8) Cuisez les pâtes dans l'eau bouillante salée ou additionnée d'un cube de bouillon. Egouttez.
- 9) Incorporez les pâtes au mélange légumes/viandes.

- 10) Quelques minutes avant de servir, rajoutez les crevettes au plat ce qui permet de les réchauffer sans les assécher.
- 11) Saupoudrez de persil haché.

Le saviez-vous ? Le **mélange Cajun** est un fort concentré d'épices composé généralement d'oignon rose, de thym, d'ail, de poivre noir, de paprika, de piment fort, de graines de moutarde, d'origan et de cumin. Pour les fans du « fait maison », voici la recette (non testée) que propose le site de cuisine américaine :

(<https://www.recette-americaine.com/sauces/melange-epices-cajun.php>).

Si la capsaïcine contenue dans le piment déclenche chez vous un plan catastrophe, mieux vaut ingérer du sucre en poudre, de la crème ou du yaourt entier que de boire des citernes d'eau puisqu'il ne s'agit en rien d'une brûlure.



Pour la petite histoire...

Les recettes de Jambalaya semblent aussi variées que les explications de ses origines. Certains diront que son nom est d'origine française : « jambon à la Ya ». Ya désignant le riz en Afrique de l'ouest. D'autres lui attribueront la signification de « fête » ou encore de « méli-mélo ». La recette d'origine à base de riz semble avoir été influencée par une brève domination de l'Espagne sur le territoire de Louisiane.

Cajun ? La plupart des francophones se sont appropriés le terme Cajun alors qu'il s'agit de l'appellation anglaise du groupe ethnique des Cadiens, descendants directs des Acadiens rendus célèbres notamment grâce à la chanson de Michel Fugain :

<https://youtu.be/hGiqSdWNUhw>

Il y a 400 ans, les Acadiens vivaient en Acadie, territoire qui correspond actuellement à la Nouvelle-Ecosse (province maritime de l'est du Canada). Des immigrants français, principalement des agriculteurs et pêcheurs, s'y étaient installés au début du 17^{ième} siècle. Par le traité d'Utrecht (1713), la France céda l'Acadie à l'Angleterre. Et en 1755, les anglais déportèrent les acadiens francophones et catholiques par bateau. Lors de ce long périple plus connu sous le nom de « grand dérangement », plus de la moitié n'ont pas survécu. Les rescapés ont alors trouvé comme seul refuge les terres marécageuses de Louisiane. Voilà comment on y retrouve encore aujourd'hui un français certes, mais aux expressions très locales et à l'accent plus que prononcé.

Photo issue du site www.lepoulet.qc.ca

Sources : maisondelacadie.com, jocelyn.richez.free.fr

**Véronique J.
Stagiaire**

NOUVELLES TECHNOLOGIES

Smartphones : des ondes et des doutes

Nos téléphones auraient-ils des effets nocifs sur notre cerveau ? Si les scientifiques peinent toujours à accorder leurs violons sur ce sujet, un indice, le DAS, renseigne sur la quantité d'ondes radio émises par nos mobiles.

En lecteur attentif, vous avez sûrement remarqué que, pour chacun de nos tests de smartphone, nous indiquons systématiquement l'indice DAS (débit d'absorption spécifique). Il se compose d'un nombre et d'une unité de mesure en watts par kilogramme (W/kg). Une donnée qui peut varier sensiblement d'un appareil à un autre. Mais savez-vous ce qu'elle recouvre vraiment ? Nous vous proposons ici de faire le tour du sujet en nous appuyant sur des réponses de spécialistes.

Qu'est-ce que le débit d'absorption ?

Téléphones portables et objets connectés émettent et réceptionnent des ondes radio. Le corps humain en absorbe une partie, ce qui provoque une élévation de la température des tissus. Le débit d'absorption spécifique quantifie l'énergie reçue par un individu quand il se trouve à proximité d'un appareil émettant des ondes électromagnétiques au maximum de sa puissance.

Cette mention est-elle obligatoire ?

Selon un arrêté du 12 octobre 2010, « les distributeurs et les fabricants sont tenus d'afficher le DAS tête (près du crâne) des téléphones mobiles sur les lieux de vente et dans toute publicité », indique Pascal Bary, responsable chez Orange des questions sur les ondes électromagnétiques et la santé. La définition du DAS et la valeur limite de 2 W/kg imposée par la réglementation européenne doivent aussi figurer clairement. Certains ajoutent la mesure concernant le corps (ou le tronc), mais celle-ci demeure facultative, tout comme celle des membres (lire ci-contre).

Qui le calcule et comment ?

Les constructeurs effectuent eux-mêmes les mesures sur leurs appareils en laboratoire. Ils utilisent un mannequin en fibre de verre intégré à une table en bois. Ce « fantôme » est rempli d'un liquide – principalement de l'eau salée – qui reproduit les caractéristiques des tissus du corps humain. Pour l'évaluation du DAS tête, cette forme adopte celle d'un crâne ; pour celui du tronc ou des membres, il s'agit d'une surface plane. L'appareil à tester est placé sous ce dispositif, à une distance définie en fonction d'une norme. Un bras robot articulé vient positionner une sonde dosimétrique à l'intérieur du mannequin et effectue de multiples relevés à la puissance d'émission maximale du téléphone. La procédure évalue différentes bandes de fréquences (dont la 3G et la 4G).

Quelles sont les valeurs à appliquer en Europe ?

Pour accéder au marché européen, les fabricants de téléphones portables doivent prouver que leurs appareils satisfont à deux critères établis par la directive RED de 2014, applicable depuis juin 2016 : un DAS tête (mesuré au contact) et un débit d'absorption pour le tronc (pris à 5 mm du corps), tous les deux inférieurs à 2 W/kg. Pour être considéré comme bon, celui concernant la tête se situe plutôt sous 0,7 W/kg.

Qui vérifie les mesures ?

Contrairement aux médicaments, aucun contrôle préalable ne s'effectue lors de la mise sur le marché des smartphones. Mais les États membres de l'Union européenne gardent la possibilité de s'assurer a posteriori que les obligations réglementaires sont bien remplies. Une charge, qui, depuis 2012, incombe en France à l'ANFR (Agence nationale des fréquences). À partir de sondages, celle-ci surveille la présence des mentions obligatoires relatives au DAS dans les documents livrés avec le mobile. « Nos inspecteurs prélèvent aléatoirement des appareils neufs dans les boutiques sur tout le territoire français. Puis nous les envoyons dans un laboratoire accrédité où les DAS sont vérifiés », explique Gilles Brégant, directeur général de l'ANFR. Les résultats sont publiés chaque semestre par l'agence, qui envisage de s'intéresser également aux mobiles vendus d'occasion.

Et si un téléphone dépasse la norme ?

Lorsqu'un smartphone se révèle non conforme, « nous fournissons le rapport de test au constructeur qui, la plupart du temps, élabore un patch pour faire passer son DAS sous les 2 W/kg, précise le directeur général de l'ANFR. Nous examinons aussi le correctif. Dans les rares cas où l'appareil ne peut être corrigé, nous demandons son retrait du marché. Ce qui n'est arrivé que deux fois jusqu'à présent. »

Le DAS correspond-il à la réalité ?

Les appareils sont testés à leur puissance maximale. Ce qui, dans la vraie vie, n'arrive que lorsque vous essayez de mener une conversation sans interruption alors que votre mobile a du mal à afficher une malheureuse barre de réseau. L'évaluation réalisée en laboratoire ne colle donc pas tout à fait aux usages habituels et la valeur du débit d'absorption s'avère volontairement surévaluée afin de protéger les utilisateurs. Par ailleurs, l'exposition aux radiofréquences varie selon la technologie mobile utilisée et la densité des antennes relais situées à proximité. Ainsi, le DAS réel d'un smartphone en 3G/4G s'avère 100 fois plus faible qu'en 2G. Rassurant lorsque l'on sait que, pour ce même réseau, l'indice annoncé par le fabricant se montre encore de deux à cinq fois supérieur à la réalité. Enfin, plus l'appareil se trouve éloigné du corps, plus l'exposition diminue. Or on téléphone de moins en moins avec le smartphone collé à la joue. Ce qui conduit le gouvernement à réfléchir sur l'obligation de cet affichage pour les DAS tronc et membre.

Les normes sont-elles universelles ?

Si le DAS européen partage la même unité – le watt par kilogramme – avec son équivalent américain le SAR (Specific Absorption Rate), ce dernier s'appuie sur une autre méthodologie de mesure. Aussi, pour un même appareil, les deux références aboutissent à des valeurs dissemblables. En Europe, le calcul de l'indice s'établit sur 10 g de tissus du corps humain pendant six minutes, avec un seuil de 2 W/kg. Les États-Unis, eux, se montrent plus sévères. Le contrôle porte sur 1 g pendant trente minutes, avec une valeur maximale de 1,6 W/kg. Une différence à prendre en compte si vous achetez un smartphone sur Internet ou à l'étranger.

Quid des réseaux sans fil et des doubles SIM ?

La puissance du Wifi et du Bluetooth des téléphones reste bien inférieure à celle des émissions radio de l'appareil vers les antennes relais. Pas de risque, donc, de ce côté-là. Quant aux mobiles équipés de double SIM, les ondes ne sont pas multipliées par deux puisque « les puces n'émettent jamais en même temps », affirme Joe Wiart, directeur de la chaire Modélisation, caractérisation et maîtrise des expositions aux ondes électromagnétique (C2M) de Télécom ParisTech (chaire soutenue par l'Institut Mines-Télécom et l'ANFR).

Comment limiter l'exposition aux ondes ?

L'Agence nationale de sécurité sanitaire (Anses) formule quelques recommandations adressées, notamment, aux personnes les plus vulnérables, telles que les enfants et les femmes enceintes. D'abord, elle leur conseille de privilégier l'usage d'un appareil affichant le DAS le plus faible (lire classement ci-dessus). Ensuite, pour ceux qui passent une bonne partie de la journée les oreilles collées au smartphone, mieux vaut recourir aux options mains libres (haut-parleur intégré, oreillettes ou accessoires similaires). Enfin, l'agence préconise de téléphoner le plus possible dans de bonnes conditions de réception. Car, « quand le mobile affiche quatre barres, son DAS se voit divisé par 10 000 », affirme Gilles Brégant, directeur général de l'ANFR.

Bonnes surprises et déceptions

Ce classement compare les DAS tête et tronc de mobiles mis sur le marché depuis moins de dix-huit mois. Presque tous les fabricants proposent dans leur gamme des bons ET des mauvais élèves. Samsung s'en sort plutôt mieux que les autres, réussissant à caser quatre de ses modèles dans le top 10 des appareils les plus vertueux. A noter qu'un smartphone offrant un bon DAS tête n'affiche pas forcément un bon DAS tronc, et inversement. Rappelons que « le seuil de 2W/kg demeure 50 fois inférieur au seuil de dangerosité pour l'homme », selon Joe Wiart, de Télécom ParisTech.

Les premiers de la classe et les cancre

- Wiko Lenny 4 - DAS Tête 0,15 W/KG - DAS Tronc 0,85 W/KG
- Samsung Galaxy Note8 - DAS Tête 0,17 W/KG - DAS Tronc 1,29 W/KG
- Wiko View XL - DAS Tête 0,19 W/KG - DAS Tronc 1,28 W/KG
- Samsung Galaxy A8 - DAS Tête 0,24 W/KG - DAS Tronc 1,25 W/KG
- LG G7 ThinQ - DAS Tête 0,24 W/KG - DAS Tronc 1,47 W/KG
- Honor 7A - DAS Tête 0,26 W/KG - DAS Tronc 0,88 W/KG
- Samsung Galaxy S8+ - DAS Tête 0,26 W/KG - DAS Tronc 1 W/KG
- Nokia 5.1 - DAS Tête 0,29 W/KG - DAS Tronc 1,8 W/KG
- LG Q6 - DAS Tête 0,28 W/KG - DAS Tronc 1,54 W/KG
- Samsung Galaxy S9+ - DAS Tête 0,29 W/KG - DAS Tronc 1,35 W/KG
- Xiaomi Mi A1 - DAS Tête 1,75 W/KG - DAS Tronc 0,76 W/KG
- Wiko Jerry 3 - DAS Tête 1,61 W/KG - DAS Tronc 1,71 W/KG
- OnePlus 6T - DAS Tête 1,55 W/KG - DAS Tronc 1,27 W/KG
- Apple iPhone 7 - DAS Tête 1,37 W/KG - DAS Tronc 1,39 W/KG
- Apple iPhone 8 - DAS Tête 1,35 W/KG - DAS Tronc 1,36 W/KG
- HTC Desire 12 - DAS Tête 1,34 W/KG - DAS Tronc 1,01 W/KG
- OnePlus 6 - DAS Tête 1,33 W/KG - DAS Tronc 1,38 W/KG
- Xiaomi Redmi Note 5 - DAS Tête 1,29 W/KG - DAS Tronc 1,24 W/KG
- Huawei P smart - DAS Tête 1,27 W/KG - DAS Tronc 0,99 W/KG
- Azus ZenFone 5 - DAS Tête 1,2 W/KG - DAS Tronc 1,48 W/KG

Quelles précautions pour les plus jeunes ?

Avec une épaisseur de la boîte crânienne plus fine, les enfants se montrent davantage sensibles aux ondes électromagnétiques. Ainsi, un niveau de DAS de 2 W/kg pour un adulte correspond à un indice de 2,19 W/kg pour un bambin de 10 ans et de 3,06 W/kg lorsqu'il n'a que 5 ans. Toutefois, après une expertise spécifique, l'Anses indique dans son rapport publié en juillet 2016 que « les données actuelles ne permettent pas de conclure à l'existence ou non d'incidences chez l'enfant sur le comportement, les fonctions auditives, le développement, le système reproducteur ou immunitaire, ni d'effets cancérogènes ». Si les experts ont recensé des conséquences négatives sur le bien-être (fatigue, troubles du sommeil, stress, anxiété), ils les attribuent à une utilisation intensive du téléphone portable et non aux ondes. A ce titre, l'Anses recommande de réduire l'exposition des marmots en les incitant à un usage modéré du mobile.

Alexandre SALQUE
Magazine 01Net - N° 902 du 6 au 19 février 2019

Comprendre les dessous du discours marketing

LES MIRAGES DE LA HAUTE DÉFINITION

Elle est censée offrir aux mélomanes un son plus riche et plus pur. Mais, des baladeurs aux plateformes de streaming, l'adoption de la norme Hi-Res se ressent surtout dans les prix.

Confortablement installé entre son piano et son saxophone vintage, à côté des photographies de ses musiciens préférés, Samy Thiébault est tout oreilles. Ce jazzman, ex-élève surdoué du Conservatoire de Paris, écoute religieusement la playlist que *01net Magazine* lui a soumise : des chansons de Björk et de Daft Punk, particulièrement riches en tonalités suraiguës, des mélodies de Berlioz et de Stravinsky, ainsi que de vieux tubes de Prince et Coltrane.

Chacun de ces morceaux enregistrés à l'origine dans un format audio haute résolution (Hi-Res) a été dupliqué dans une version en simple qualité CD, au moyen du logiciel professionnel Adobe Soundbooth. Nous avons fait écouter à Samy les deux versions de chaque titre en lui demandant d'identifier la Hi-Res. Verdict ? Il n'y est jamais parvenu. « *L'exercice était vraiment difficile, reconnaît-il. Au bout du compte, je suis convaincu que la différence est inaudible.* »

Nous avons réitéré l'opération avec Frédéric Vertol, un ingénieur du son qui a travaillé sur des albums de Louis Chedid, d'Eddy de Pretto, de DJ Cam, de Feu ! Chatterton, ou encore d'IAM. Lui non plus n'a pas réussi à faire la distinction lors du test en aveugle. « *Ça ne me surprend pas, commente-t-il juste après, dans son studio parisien. C'est même classique, dans l'industrie musicale, de multiplier les formats pour vendre plusieurs fois la même œuvre.* »

Les emballements du passé invitent à la prudence

Quand elle a été lancée, en 2014 au Japon, avec le soutien de Sony et d'autres fabricants d'électronique, la norme audio Hi-Res prétendait pourtant enchanter nos tympanes, avec un son plus riche et plus pur. Ces promesses ont fait émerger toute une série de baladeurs, de marque Cowon, FiiO ou encore Astell&Kern, dont certains modèles coûtent plusieurs milliers d'euros. En même temps, de nouveaux marchands de musique en ligne ont saisi l'occasion

de se faire une place aux côtés des géants du streaming Apple Music, Spotify et Deezer, qui se limitaient à offrir au mieux des morceaux de qualité CD, moyennant une souscription mensuelle de 10 euros maximum. Après Tidal (une société scandinave rachetée en 2015 par le rappeur américain Jay-Z) et le français Qobuz, qui proposent des abonnements mensuels au prix de 20 à 25 euros, voilà désormais Sony avec sa plateforme Mora Qualitas. Elle sera réservée dans un premier temps aux Japonais, qui devront s'acquitter d'environ 16 euros par mois pour profiter d'une bibliothèque musicale haute définition.

Notre test, réalisé avec le meilleur matériel - un casque Amiron de Beyerdynamic (500 euros) et le lecteur SP1000M d'Astell&Kern (2 500 euros) - montre que le jeu n'en vaut pas vraiment la chandelle. Mais est-ce réellement une surprise ? L'histoire du high-tech nous enseigne qu'il faut toujours se méfier des promesses de la haute définition, quel que soit le domaine concerné. Quittons un moment le rayon de la hi-fi pour rejoindre celui des téléviseurs, en nous projetant quelques années en arrière. Certes, en 2006, l'avènement de la Full HD avait révolutionné la petite lucarne, en améliorant nettement la qualité des images. Mais quelques années après cette transition, les champions de l'électronique avaient remis ça avec l'ultra haute définition, la fameuse 4K, quatre fois plus précise que la Full HD. Sauf que cette différence de piqué n'est vraiment perceptible, à l'œil nu, qu'en ayant quasiment le nez sur l'écran. Avec une dalle de 65 pouces, par exemple, il faut s'approcher à moins de 2,5 mètres, loin des conditions de confort optimales. Sinon, le téléspectateur n'y voit que du feu.

Cela n'a pas empêché les fabricants de poursuivre sur leur lancée. Voilà quelques mois, Samsung a ainsi sorti des téléviseurs 8K, quatre fois plus denses en pixels que les 4K. Leur gamme de prix varie de 5 000 euros pour un modèle de 65 pouces jusqu'à 15 000 euros pour un 85 pouces. « *La 8K n'a pourtant aucun intérêt à la maison* », assure Najib Riegert, responsable technique du groupe Eclair, spécialiste de l'image. Cet expert refuse même de céder aux sirènes des équipements 4K. Mais le marketing des constructeurs est redoutable. « *J'ai énormément de difficulté à convaincre mes amis de rester fidèles au Full HD, comme moi* », affirme-t-il.

C'est mieux, mais... on ne s'en rend pas compte

Cette course aux pixels se prolonge bien au-delà de nos salons, et jusque dans nos poches. Elle concerne en effet également les capteurs photo des smartphones. Depuis une vingtaine d'années, l'inflation a même été galopante dans ce domaine. Reconnaissons, là aussi, qu'elle n'a pas toujours été vaine. À la fin des années 90, les téléphones étaient, dans le meilleur des cas, capables de capturer des clichés de 0,3 mégapixel. Les Samsung Galaxy S, iPhone 4S et Sony Ericsson Xperia Arc repoussèrent très loin ces limites avec leurs capteurs à 8 mégapixels, au début de la dernière décennie. Grâce à eux, à partir de 2011, la finesse des images obtenues s'approchait déjà de la qualité d'un appareil argentique. Mais l'escalade s'est poursuivie, sous la pression de Sony notamment. En 2015, le capteur de son Xperia Z5 atteignait les 23 mégapixels. Celui du nouveau modèle annoncé pour début 2019 par le chinois Xiaomi en affichera 48. On se demande bien à quoi peut servir une telle résolution quand aucun support n'est en mesure d'en tirer profit, ni les téléviseurs 4K ni les tirages photo au format A4, limités les uns comme les autres à 9 mégapixels...

Mais puisque ce type d'argument fait vendre, les industriels de la musique auraient tort de ne pas l'exploiter eux aussi. D'autant qu'il existe bel et bien, en théorie, des différences entre une chanson numérisée en qualité CD et une enregistrée en Hi-Res. Rappelons que le son est à l'origine une donnée analogique, qui se propage sous forme d'ondes formant de jolies courbes. Sa numérisation n'est jamais parfaite, car c'est un peu comme si l'on tentait de reconstituer ces courbes à l'aide de briques de Lego : plus celles-ci sont volumineuses, plus les arrondis sont grossiers.

La technique employée est la même pour les fichiers de toutes les normes, mais avec la haute résolution les briquettes sont si petites qu'elles finissent presque par épouser les courbes naturelles des ondes analogiques. Combien de ces parpaings miniatures peut-on empiler entre le rez-de-chaussée, c'est-à-dire le silence absolu, et le sommet de la courbe, qui coïncide avec le bruit le plus puissant ? En qualité CD, on en superpose 65 000, soit 16 bits. En Hi-Res, on en amoncelle 16,7 millions, soit 24 bits. Les nuances sont donc incontestablement plus fines. Pour autant, 65 000 briques en restituent déjà beaucoup. Même pour une oreille entraînée, il serait très difficile, pour ne pas dire impossible, de percevoir des variations de volume plus subtiles.

Changer de norme ou de matériel ?

De plus, ces techniques dites d'échantillonnage ne font pas tout. Les notes jouées par un instrument ont aussi une hauteur, plus ou moins aiguë, caractérisée par leur fréquence. En qualité CD, la musique est enregistrée jusqu'à 44 kilohertz. Même les plus pointues des esgourdes ne sont pas capables de distinguer les sons au-delà de 20 kilohertz mais, en vertu d'une loi physique complexe, cette fréquence doit malgré tout être doublée pour duper notre ouïe. C'est pourquoi Philips, l'inventeur du CD, avait fixé le seuil légèrement au-dessus de 40 kilohertz. Un morceau Hi-Res peut, lui, monter jusqu'à 192 kilohertz. Il recèle donc beaucoup plus d'informations. Mais notre ouïe demeure incapable de les percevoir.

Malgré ces réserves, nombre d'audiophiles plaident en faveur de la haute définition. À les entendre, une mélodie perdrait en naturel une fois amputée des tons suraigus. Même si certains harmoniques nous semblent inaudibles, les supprimer en optant pour une fréquence plus réduite contribuerait, selon eux, à affaiblir la texture du son. Certains affirment aussi que le souffle serait atténué en Hi-Res. Nos écoutes en aveugle n'ont pas permis de le vérifier, loin de là.

Quelle leçon tirer de nos tests et de ces analyses ? Si nous avons un conseil à vous donner, c'est de ne pas acheter de musique haute définition. Gardez votre argent pour investir dans du matériel audio de meilleure qualité. Vous redécouvrirez vos morceaux sous un nouveau jour, le rendu sera plus « vivant » et respectera mieux l'enregistrement d'origine. La solution la moins coûteuse est d'opter pour un bon casque de salon et un lecteur audio performant. Le casque Beyerdynamic Amiron que nous avons employé dans nos tests en aveugle offre un niveau de détail et de naturel exceptionnel. À un niveau de prix plus raisonnable, on peut s'approcher de sa qualité sonore avec l'excellent DT 990 Pro de la même marque (130 euros). Du côté du lecteur audio, les gammes d'Astell&Kern et de Cowon offrent d'excellents baladeurs dès 250 euros. Il n'est pas non plus interdit d'écouter sa discothèque sur un ordinateur, en y branchant par exemple un amplificateur relié à des haut-parleurs et en achetant une bonne carte son externe. Un modèle USB d'AudioQuest (de 100 à 200 euros) fera amplement l'affaire.

Nicolas SIX
Magazine 01 Net - n° 900 du 9 au 22 janvier 2019

INTERNET

Se créer un journal sur mesure

Il est quasiment impossible aujourd'hui, sans outils adaptés, de sélectionner ses sources d'information sur le Web. Comment trouver les données qui nous intéressent réellement parmi cette masse d'informations permanente, traitant de sujets incroyablement divers, disponibles sous des formats aussi différents que : des articles de blog, des articles journalistiques, des vidéos, des podcasts, des vlogs (blogs vidéo), etc. ? On parle d'infobésité ou de surcharge informationnelle pour désigner cet excès d'informations. Ce terme n'est plus nouveau dans l'univers Web, c'est même devenu un phénomène constant. Notre utilisation quotidienne d'Internet, peu importe ce que nous cherchons et pourquoi nous surfons, est automatiquement accompagnée d'informations qui nous assaillent. Nous sommes sans cesse envahis par l'information.

Dans cet article, nous allons vous décrire comment mettre en place un système vous permettant de créer votre propre journal d'informations, à partir de sources disponibles sur Internet et concernant exclusivement les sujets qui vous intéressent.

Les agrégateurs

Existe-t-il un outil qui permettrait de ne plus passer des heures à arpenter le Web à la recherche de la « bonne » information, sans pour autant devoir passer de longs moments à consulter chaque site sur lequel elle pourrait être ? Est-il possible de consigner des sources afin de recevoir les informations qui en émanent à un seul endroit, sans devoir ouvrir les sites de chaque source ? La réponse est oui, cette mission est remplie par les agrégateurs de contenu.

Qu'est-ce qu'un agrégateur ?

La définition proposée par Wikipédia (<https://fr.wikipedia.org/wiki/Agrégateur>) est tout à fait efficace : l'agrégateur est une sorte de « facteur » qui va chercher le courrier à l'extérieur, puis le dépose chez l'utilisateur, dispensant ce dernier d'aller régulièrement aux nouvelles en visitant de nombreux sites Internet.

Comment fonctionne un agrégateur ?

Les sources de contenu (les sites Web en général) proposent l'adresse d'un fil de syndication. C'est ce qu'on appelle un flux RSS (Really Simple Syndication). Ce flux, représenté par cette petite icône orange, prépare les données du site pour les envoyer à l'agrégateur. Une fois le flux enregistré dans l'agrégateur, celui-ci détecte régulièrement les mises à jour du flux et prévient l'utilisateur qu'une nouvelle information provenant d'un site source est arrivée. L'utilisateur ne doit pas visiter périodiquement les sites Internet diffusant les fils de syndication auxquels il s'est abonné. En utilisant les flux RSS, l'information circule et arrive directement dans le navigateur.

Il existe de nombreux agrégateurs de flux RSS, nous avons choisi d'étudier le fonctionnement de l'agrégateur INOREADER (www.inoreader.com), un des seuls proposant, dans sa version gratuite, une interface en français.

1. Créez un compte

L'application est également disponible sur appareil mobile. Afin de retrouver votre agrégateur de flux, installez l'application, connectez-vous avec vos identifiant et mot de passe et vous aurez également accès à vos flux d'information sur votre mobile.

- IOS : <https://goo.gl/o25sSH>
- Android : <https://goo.gl/Q8MmSb>
- Windows phone : <https://goo.gl/G825fY>

2. Insérez des flux dans l'agrégateur

Une fois l'interface de Inoreader installée et la connexion établie avec votre compte, il est temps de chercher des sources d'information qui vous intéressent. L'application vous aide et vous propose, si vous le souhaitez, de « rechercher le contenu auquel vous voulez vous abonner » en sélectionnant parmi une liste non exhaustive de catégories de contenus comme : les nouvelles technologiques, la mode, les voyages, le marketing, etc. En cliquant sur un sujet, Inoreader vous propose une liste de sites Internet disposant donc d'un flux RSS. Ces sites sont proposés en fonction de leur popularité. Et la plupart sont en anglais, car même si cet agrégateur supporte une version française, le contenu proposé nativement reste américain. Si vous souhaitez les ajouter à vos flux, il suffit de cliquer sur le + qui se trouve à côté du site en question.

Comment insérer des flux susceptibles de vous donner l'information qui vous intéresse réellement ?

Notre conseil d'expert : posez-vous tout d'abord la question : quelles sont les informations que je souhaite recevoir ? Sur quel sujet ? Dans quel domaine ? Une fois votre plan d'action défini, nous vous conseillons de créer des dossiers que vous personnaliserez en les nommant en fonction de l'information que vous allez y stocker.

Il existe plusieurs façons d'intégrer des flux dans l'agrégateur :

Vous utilisez le moteur de recherche qu'Inoreader propose. Attention, dans la version gratuite, tout n'est pas disponible. Nous cherchons par exemple à recevoir de l'information sur le recyclage. En tapant « recyclage » dans le moteur de recherches de l'agrégateur, celui-ci nous propose 7 flux. Il est intéressant de pouvoir les sélectionner en comparant le nombre de personnes qui s'y sont déjà abonnées et surtout la fréquence de ses articles. Une fréquence d'articles élevée, ainsi que de nombreux abonnés présagent souvent d'une source fiable et intéressante.

En cliquant sur le +, nous ajoutons cette source à notre agrégateur. Les sources apparaissent sous l'onglet « Abonnements » (dans le menu à gauche). Dans cet exemple, nous avons choisi d'ajouter la source sélectionnée dans un dossier intitulé « RECYCLAGE ».

Comment créer un dossier pour rassembler plusieurs sources traitant du même sujet?

Notre conseil d'expert : rassemblez vos sources traitant du même sujet dans un dossier. Pour le créer, 2 façons de faire :

1. En cliquant sur la roue dentée à droite de la section « Paramètres » à gauche de l'écran, cliquez sur « Ajouter un dossier » puis entrez le nom désiré. L'application vous demande de choisir au moins un abonnement à ajouter au dossier et vous propose la liste des flux que vous avez déjà enregistrés. Il suffit alors d'en sélectionner un qui sera ajouté à votre dossier.

2. Autre possibilité, quand vous entrez un flux dans l'application, celle-ci vous demande si vous souhaitez l'ajouter à un dossier. Cliquez sur « Ajouter aux dossiers » et Inoreader vous proposera de cocher le dossier dans lequel ajouter le flux, ou d'en créer un nouveau en entrant son nom.

Comment trouver des flux RSS sur les sites diffusant l'information qui vous intéresse ?

Vous l'avez certainement remarqué, certains sites, surtout ceux d'information, proposent leurs flux directement sur leur page. Voici une astuce pour les trouver : la plupart du temps, le logo du flux RSS se situe en bas de page. Comme c'est le cas sur le site de La Libre (www.lalibre.be), parmi les logos des réseaux sociaux. Pour trouver plus rapidement si un site possède un flux RSS : tapez le nom du site Internet dans la barre d'URL, à l'endroit où s'affichent les adresses des sites que nous consultons. Ensuite, écrivez l'expression « site : » avant le nom du site et sans espace. Site : www.lalibre.be

Ajoutez enfin le mot-clé de recherche RSS en prenant soin d'ajouter un espace entre les deux. Site : www.lalibre.be RSS

Le moteur de recherche que vous utilisez va alors vous proposer la ou les pages du site dans lesquelles se trouvent les flux RSS.

Comment les importer dans votre agrégateur ?

La plupart des sites d'information vous proposent plusieurs flux en fonction de leurs thématiques.

Il vous suffit de cliquer sur l'adresse du flux qui vous intéresse. Par exemple, celui de planète. Une page que vous prendrez certainement pour une page d'erreur va alors s'afficher. C'est tout à fait normal.

Ne vous préoccupez pas du contenu, si la page est remplie de messages incompréhensibles c'est bon signe, c'est que le flux est actif et donc diffuse des informations régulières. Nous allons simplement copier l'adresse URL du flux.

Une fois cette adresse copiée, il vous suffit de l'ajouter dans INOREADER, dans le formulaire situé tout en haut à gauche, là où il vous est proposé de « Rechercher ou s'abonner ».

Comme vous pouvez le constater, le flux s'affiche, il vous suffit de cliquer dessus pour qu'il s'ajoute à vos sources. N'oubliez pas de sélectionner ou de créer le dossier dans lequel vous voulez le mettre.

Les multiples fonctionnalités d'INOREADER

Une fois vos flux ajoutés à l'agrégateur, vous allez pouvoir consulter Inoreader comme votre principale source d'informations, sur le ou les sujets que vous avez vous-même choisis. Tout se passe dans le menu situé à gauche de la page de l'application. En cliquant sur « Tableau de bord », tous les nouveaux articles de vos sources s'affichent. Vous pouvez constater que le dossier dans lequel ils sont classés est précisé, ainsi que le nombre d'articles qu'il renferme. Cliquez sur « Tous les articles » pour consulter tous les articles proposés par vos flux RSS, le nombre est toujours précisé. En cliquant sur l'œil proposé dans les paramètres, vous avez la possibilité de choisir l'affichage des articles (magazine, en colonne, en carte, etc.). Si vous souhaitez lire un article plus tard, cliquez sur l'étoile, puis sur « Articles étoilés » pour les retrouver.

Vous pouvez également ajouter des mots-clés à vos articles en cliquant sur un article et sur « ajouter des mots-clés ». Le fait d'en ajouter un ou plusieurs vous permettra par la suite de le(s) retrouver sous ce même mot-clé. Les mots-clés sont disponibles dans le menu principal sur la gauche de l'écran. Ainsi, des articles n'étant pas dans le même dossier mais ayant une spécificité en commun seront rassemblés.

Si vous êtes utilisateur des réseaux sociaux et que vous souhaitez partager du contenu avec votre communauté, INOREADER vous propose de partager directement une information depuis l'application. Il suffit de vous rendre sur l'article à partager et de cliquer sur l'icône du réseau désiré. Si votre ordinateur ou votre appareil mobile est déjà connecté sur ce réseau, l'application vous propose alors de partager directement l'info, sinon vous devrez procéder à la connexion au réseau avant de pouvoir le faire.

Vous êtes dorénavant prêt à créer votre propre source d'informations. Nous avons exploré Inoreader mais voici d'autres agrégateurs tout aussi performants :

- <https://feedly.com>
- <https://theoldreader.com/>
- <https://feeder.co/>
- <https://flipboard.com/>
- <https://feedreader.com>
- <https://www.netvibes.com>

Choisissez celui qui vous convient le mieux, tous fonctionnent sur la même base qu'Inoreader. Pour réussir votre journal personnalisé, nous vous conseillons de bien vous organiser avant de commencer. Établissez les sujets qui vous intéressent et préparez vos dossiers thématiques à l'avance.

N'hésitez pas à nous faire part de votre expérience en nous envoyant un mail à contact@easi-ie.com

Julie FIARD
Magazine Athena n°339 – Novembre Décembre 2018

Rédactrice en chef :

Souad BOUROUA

Comité de rédaction :

Souad BOUROUA
Véronique J.

Réalisation technique :

Marine DUBOIS
Valérie DUBOIS
Monika SUDOL

Handicap Visuel Formation Emploi asbl

Siège d'exploitation :
rue Winston Churchill 121A – B-6180 COURCELLES

Siège social :
chaussée de Charleroi 1A – B-6061 MONTIGNIES-SUR-SAMBRE

Tél : 071/46.18.08 – Fax : 071/46.06.50
info@hvfe.be – www.hvfe.be

Nagelmackers : BE71 8778 5249 0169
BIC: BNAGBEBB