



L'Incroyable Aventure dans une école hors du commun

n° 1, décembre 2021 par le BDE de l'ESPTA

École Supérieure Pour les Talents Atypiques, 16, rue Ampère, 95300 Cergy-Pontoise

www.espta.fr

SOMMAIRE

ÉDITO :

« Le Départ » par Armelle Chapalain (Directrice)

EN INFORMATIQUE :

« Les premiers pas en graphisme » par Justin

EN LITTÉRATURE :

« Les découvertes littéraires à l'ESPTA » par Sophie

AU BDE :

« Formation en equicoaching » par Le BDE

EN DIRECT DE LA COLOC :

« Soirée pizza du 23 novembre » par Justin

JEUX VIDÉOS :

« Runin » par Georges et Alisée

HUMOUR ASPIE :

« Les 3 premières blagues » par Georges

ÉCHECS :

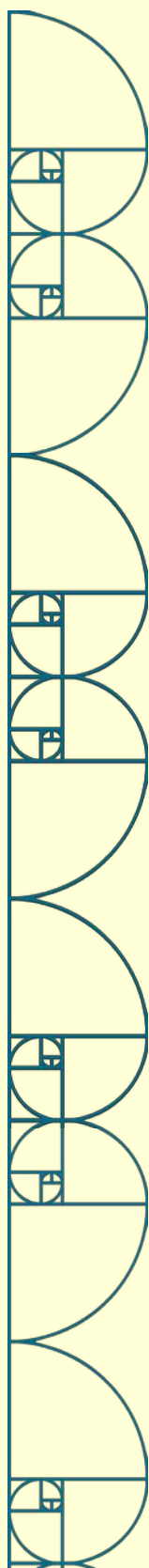
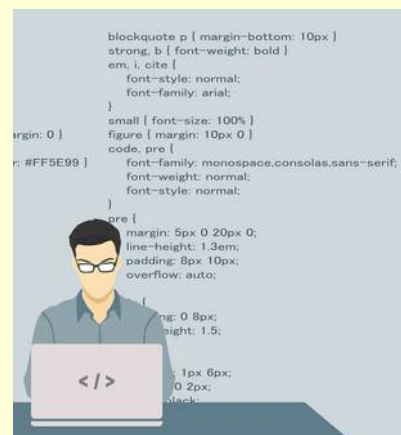
« Le mat de l'escalier » par Georges

RECETTE :

« Chouquettes faciles » par Alisée

ÉVÈNEMENTS À L'ESPTA :

Conférences, nouveautés, sorties passées et à venir



ÉDITO

**Chers Amis du Campus, institutionnels, entreprises partenaires,
Chers étudiants et leurs familles,**

C'est avec une grande fierté que nous vous proposons ce premier numéro de *l'Incroyable Aventure*, lettre d'information créée, imaginée et rédigée par les étudiants de l'ESPTA.

Ce titre d'Incroyable Aventure a surgi comme un cri du cœur de Justin, Président du Bureau des Étudiants, pour résumer en quelques mots, ses premiers mois à l'ESPTA, depuis septembre dernier. Confirmé par ses camarades participant à cette lettre d'information, il a révélé toutes les attentes, mais aussi l'enthousiasme de nos jeunes adultes pour la reprise ou le début de leurs études au sein de notre établissement d'enseignement supérieur conçu pour et par les Asperger.

Le Comité de rédaction, composé principalement d'étudiants de notre École, a choisi d'aborder ce que nos jeunes ont déjà appris à mettre en œuvre dans les deux cursus proposés par l'ESPTA en *développement de logiciels* et en *rédaction web & littéraire*. Mais nos étudiants ont aussi décidé de partager : sur l'actualité du BDE, sur la vie de la colocation (une première pour de jeunes autistes), ainsi que sur leurs passions et centres d'intérêts personnels. Vous trouverez donc des moments uniques, des anecdotes, de l'humour de jeunes bien dans leur époque et désireux par le biais de cette lettre d'information de commencer un dialogue avec d'autres Asperger dans les Grandes Écoles et Universités, avec les équipes qui les auront accueilli en stage ou encore avec des familles s'interrogeant sur les possibilités d'études pour leurs enfants.

Cette lettre d'information sera publiée trimestriellement. N'hésitez pas à vous y abonner et à faire part de vos propositions d'articles, d'annonces d'évènements... Pour la direction et l'équipe pédagogique de l'ESPTA, cette initiative qui a vocation à s'inscrire dans la durée, est un vrai cadeau. L'occasion de vous souhaiter à tous un très joyeux Noël et de très bonnes fêtes de fin d'année. Bonne lecture !

EN INFORMATIQUE

Les premiers pas en graphisme

Parmi toutes les matières que nous étudions en informatique, il en est une dont j'ai envie de vous parler aujourd'hui : le graphisme. En ce moment, nous étudions *GIMP*, une application pour les images en 2D.

Les techniques apprises cette semaine nous ont permis d'apprendre comment copier ou transférer des images, par exemple sur des fonds d'écran. Il est aussi possible de transférer nos têtes sur le corps d'une autre personne et ainsi devenir, aux yeux de tous, président ou bien de supers Bodybildeurs sur la plage.



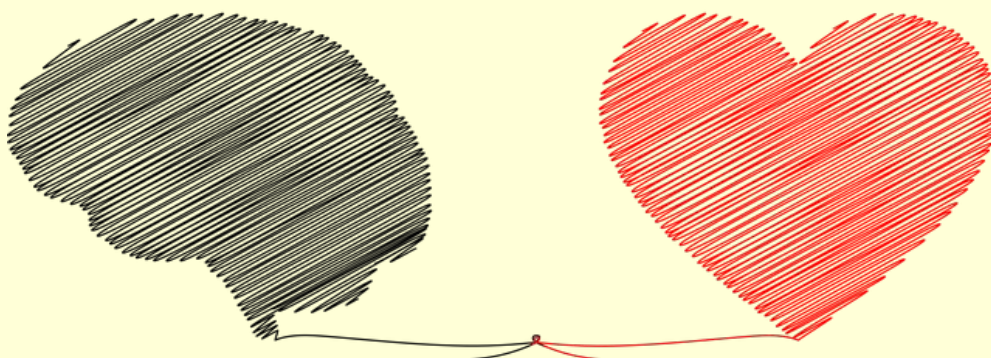
Le but est de prendre plusieurs images et de les ajouter sur des calques pour ensuite les empiler. Le résultat est surprenant ! N'est-il pas ?



EN LITTÉRATURE

Les découvertes littéraires à l'ESPTA

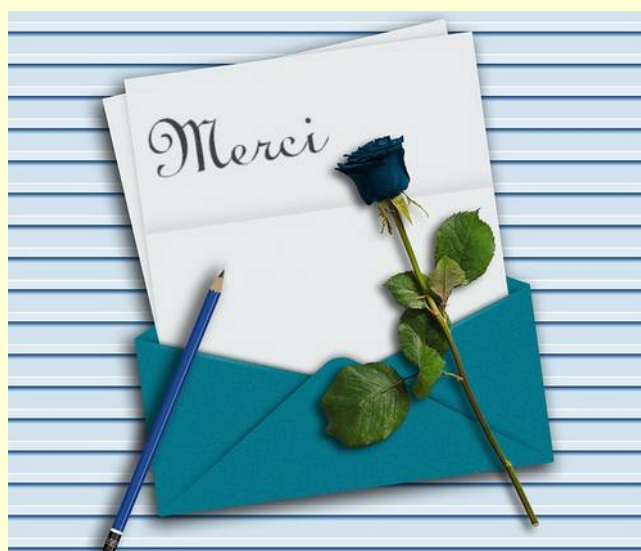
Cette première période de formation du cursus littéraire, par des apprentissages et liens nouveaux, me fait sentir à ma place au sein de cette école pour élèves atypiques. Je peux avancer à mon rythme (en apprenant à le respecter) avec des professeurs toujours bienveillants.



Les auteurs étudiés, au premier abord impressionnants, sont à bien des égards atypiques. Ils ont l'art de transmettre les émotions, très fortes parfois, par leur travail des mots et du rythme.

J'ai ri en lisant des passages empruntés à Gogol ou Rabelais. Suivre Werther (jeune poète amoureux) dans les étapes de la dépression, fidèlement retranscrites par Goethe, m'a particulièrement touchée. Enfin, je n'aurais jamais pu avoir accès à la psychologie des joueurs d'échecs sans Stefan Zweig !

C'est une chance de faire partie de l'aventure !



AU BDE

Formation en équicoaching

Lundi, nous sommes allés faire de l'équithérapie. Cette journée avec nos nouveaux amis à crinières a été tellement bénéfique ! Cela nous a permis de découvrir le monde de la pratique thérapeutique par l'équitation. Le but : nous entraîner à avoir confiance en nous mais aussi dans les autres. Nous avons rencontré le fondateur du centre d'équicoaching puis avons effectué une série d'exercices en groupe de trois personnes avec des poneys et des chevaux.



Le premier consistait à guider des poneys, sans avoir recours au langage verbal et uniquement à l'aide d'une longe. Il fallait leur faire éviter des obstacles, des barres et leur faire emprunter des passages marqués au sol ainsi que des slaloms.



Pour réussir le deuxième, il convenait de guider un cheval dans le même parcours d'obstacles, toujours avec une longe mais avec les yeux bandés ! L'animal était guidé uniquement par la voix du partenaire : c'était un exercice de confiance.



Afin de clôturer cette série d'exercices, il a fallu, à tour de rôle, faire galoper le cheval, puis le faire ralentir.



D'un point de vue unanime, nous avons, étudiants et professeurs accompagnateurs, passé un moment agréable ensemble pour découvrir notre courage intérieur. C'était une expérience inoubliable qui apporte la preuve que nous avons la force de croire en nous. Voici deux témoignages :

« Je suis arrivé avec la boule au ventre en croyant que les chevaux allaient me mordre. Je suis parti satisfait d'avoir pu approcher des chevaux en ayant vaincu ma peur. J'étais même parfaitement détendu lors du dernier exercice. »

« Les chevaux étaient très gentils et les poneys très mignons bien qu'un peu plus brusques. L'après-midi a été génial malgré le froid. »

EN DIRECT DE LA COLOC

Soirée pizza du 23 novembre

Dans notre coloc des étudiants 100 % Aspie, nous avons lancé l'idée des soirées à thème.

Le 23 novembre, nous avons organisé une soirée pizza pour nous changer les idées et ne plus penser à nos devoirs. Chacun de nous a pu choisir une pizza selon ses goûts et, de préférence, distincte de celle des autres.

C'était un moment très agréable nous permettant de mieux nous connaître en échangeant nos idées. Nous avons abordé divers sujets : jeux vidéos, sorties cinéma... Nous avons parlé des expressions imagées comme celle-ci par exemple : *colosse au pied d'argile*.

Une jeune étudiante portait une veste de peau de vache. Cet accoutrement original nous a donné l'occasion d'évoquer notre relation avec les animaux.

Ce fut une soirée fort agréable, relaxante et conviviale. Résultat : nous allons très bientôt organiser une nouvelle soirée pizza !



JEUX VIDÉOS

Ronin, le dernier samouraï

浪人 最後の侍

Aujourd'hui, je vais commenter *Ronin le dernier samurai*, jeu mobile dont je réalise les meilleures vidéos françaises (bon ! En même temps je suis le seul français à le faire) et que j'ai découvert sur le Discord de Demon Blade (dont je parlerai une prochaine fois). Le concept est simple : il faut battre tous les ennemis dans des vagues (*niveaux*) puis dans des niveaux (*chapitres*). Il est possible d'attaquer les ennemis avec le bouton d'attaque, ce qu'il faut d'ailleurs faire lorsqu'ils sont caractérisés par le symbole rouge; le bouton pour se déplacer permet de bloquer les attaques et même de contrer une attaque normale en appuyant au bon moment.



Il y a trois types d'ennemis :

- Les *normaux* (le croquant standard) dont certains se transforment plus loin dans le jeu,
- Les *corrompus* (les versions améliorées du croquant standard) qui sont les mêmes, mais avec de meilleures statistiques et une amélioration passive,
- Les *puissants* (pas le croquant standard), uniques et dont la première confrontation consiste en un duel.



Le jeu propose des moyens d'améliorer le personnage. Ceci devient même obligatoire contre les ennemis utilisant la régénération et demeures, sinon, optionnel.

Le degré de difficulté des niveaux peut être augmenté lors de l'option *shura* du jeu (le mode difficile) et encore accentué avec l'option *hôtel du cauchemar* (le mode difficile du mode difficile) afin d'obtenir plus de récompenses.



Le jeu fait l'objet de fréquentes mises à jour, ce qui rajoute du contenu. C'est le cas du *gashadokuro* (traduction possible par "squelette affamé" ou "clic-clac") : un ennemi qu'il convient de frapper le plus possible afin d'avoir des récompenses en conséquence.

HUMOUR ASPIE

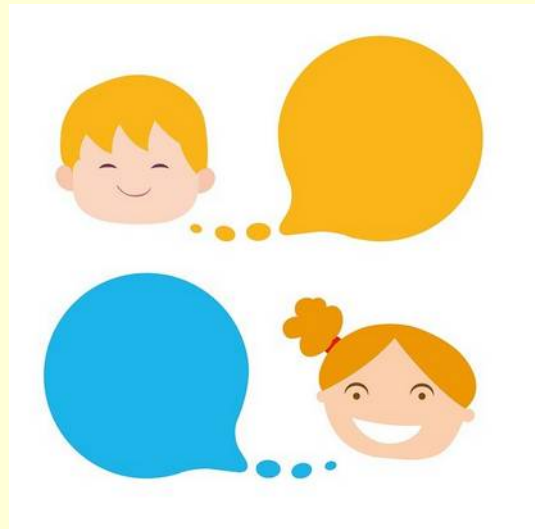
Sur cette page, nous voudrions partager des blagues d'Aspies : celles qui les font rire et celles qui parlent d'eux. Envoyez-nous vos blagues ou vos dessins humoristiques à bde@espta-campus.fr en indiquant en sujet : « Humour Aspie ».

En attendant vos premiers envois, voici les trois blagues qui font rire Georges :

1)

Deux personnes discutent :

- Je n'ai plus beaucoup d'argent en ce moment, dit l'une, et ma femme me demande de lui donner mille euros par jour.
- Comment tu fais alors ? répond l'autre.
- Bah ! Je ne lui donne pas !



2)

Dans un salon il y a un panneau *Attention au chien*.

- Pourquoi il y a ce panneau ? Il n'a pas l'air méchant ! S'en étonne quelqu'un après avoir vu l'animal.
- Parce qu'avant, tout le monde marchait dessus ! Lui répond-on.



3)

Quel peuple était le meilleur en géométrie ?

Réponse : les Angles.



ÉCHECS

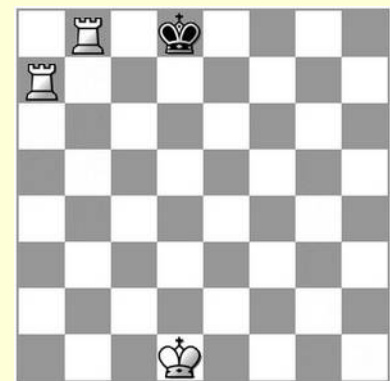
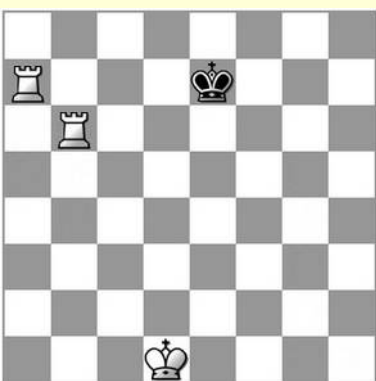
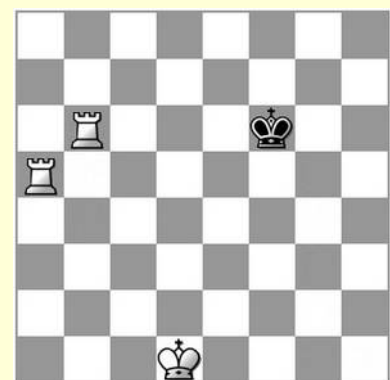
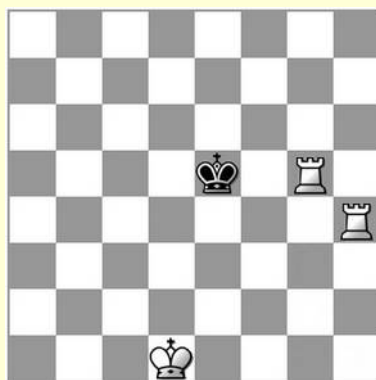
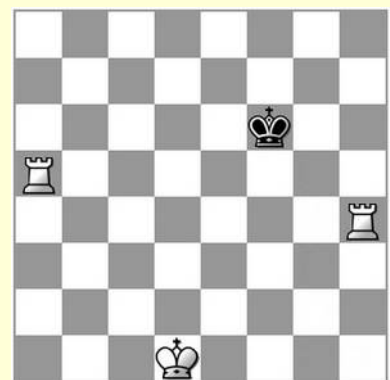
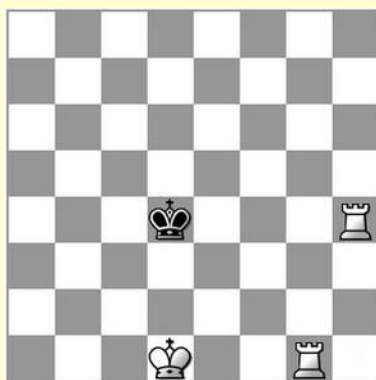
Le mat de l'escalier

Aujourd'hui je vais vous expliquer un mat facile à faire : le *mat de l'escalier*.

Nous sommes en fin de partie, avec quatre pièces au total sur l'échiquier. Ici : deux tours, un roi blanc, et un roi noir. L'objectif du joueur noir est de faire *partie nulle* et celui du joueur blanc est de faire *mat*.

Le roi blanc est inutile pour ce mat, voire gênant. Les deux tours blanches doivent contraindre le roi noir à se placer sur un bord en bloquant simultanément deux colonnes ou lignes. L'une des tours met le roi en échec après que l'autre bloque la ligne/colonne derrière, ceci pour empêcher le roi noir de s'échapper. Les tours blanches ne doivent pas être sur la même ligne ni sur la même colonne. Le roi noir va essayer de prendre l'une des tours. Si l'une est prise, ce *mat* ne sera plus possible même

si on peut en faire un autre avec une seule tour. Pour éviter cela, la tour blanche visée doit aller sur le bord opposé au dernier moment. Si une dame se trouve à la place d'une des tours blanches, il suffit de mettre la tour entre la dame et le roi de manière à ce que les deux pièces se protègent mutuellement.



RECETTE

Chouquettes faciles

Préparation pâte à choux

Ingrédients :

Eau : 250g

Beurre : 100g

Sel : 5g

Sucre : 5g

Farine : 150g

œufs : 250g

1. Tamiser la farine.

2. Beurrer la plaque de cuisson.

3. Préchauffer votre four à 180°C.

4. Dans une casserole, ajouter l'eau, le sel, le sucre et le beurre coupé en dés.

5. Porter le tout à ébullition.

6. Retirer du feu et ajouter la farine tamisée en une seule fois.

7. Dessécher la farine (continuer de la chauffer à feu moyen jusqu'à ce qu'elle se décolle de la casserole).



8. Mettre dans un cul de poule et ajouter les œufs petit à petit (attention a ne pas en ajouter trop, sinon vos chouquettes ne gonfleront pas). La pâte doit former un V.

9. Dresser sur votre plaque de cuisson beurrée avec une poche à douille et une douille ronde N°10 lisse.

10. Ajouter un peu de sucre à chouquette sur chaque chouquette.

11. Cuisson : 185°C pendant 18 à 20 minutes (ne pas les sortir avant, car l'air s'échapperait et ils s'écrouleraient).

12. Laisser reposer quelques minutes le temps qu'elles refroidissent

13. Essayer de ne pas toutes les manger !



ÉVÈNEMENTS À L'ESPTA :

Conférences, nouveautés, sorties passées et à venir

Deux AspieConfs ont déjà eu lieu ce semestre :

Comprendre les
diversités
cognitives

par 

Claire STRIDE
Conférencière neuroscience &
neurodiversité

Conférences
de l'ESPTA
AspieConfs

05/10/2021
à 18h
en ligne sur invitation


Dédicace à distance



Aspies :
multi-talents,
multi-vocations

par 

Anne COSSÉ
Autrice et formatrice

Conférences
de l'ESPTA
AspieConfs

28/10/2021 à 18h
en ligne sur invitation


Dédicace à distance



Pour vous tenir informés des conférences à venir, enregistrez-vous sur :

<https://www.helloasso.com/associations/espta-ecole-superieure-pour-les-talents-atypiques/adhesions/suivre-les-conferences>

Les couvertures lestées à l'ESPTA : les étudiants Asperger peuvent les utiliser lors d'un léger abattement (shutdown autistique). Elles sont disponibles en plusieurs poids et douceurs.



Dans la salle de relaxation, un nouveau matériel, offert par des mécènes, permet de déstresser durant les pauses ou de recharger ses batteries... En cette période de baisse de tonus automnal, les Aspies ont particulièrement besoin de tous les moyens pour protéger leur dynamisme : des vélos pour

se tonifier, des ballons pour se relaxer, des tapis de sol pour méditer, etc.