

# Les échos de l'Actu'

## High-Tech

### QUOI DE NEUF AUX MANETTES EN NOVEMBRE? (3<sup>ÈME</sup> PARTIE)

Troisième semaine... et donc troisième partie de notre rubrique hebdomadaire consacrée aux jeux vidéo qui sortent dans les bacs en ce mois de novembre 2024. Le tour d'horizon se poursuit... on le débute avec Dragon Ball : Sparking ! Zéro, disponible sur PC, Sony PS5 et Xbox Series. Dragon Ball : Sparking Zero est le nouvel épisode de la saga des Dragon Ball Z : Budokai Tenkaichi. Il prend la forme d'un jeu de combats en 3D dans l'univers de Dragon Ball et propose un grand casting de personnages jouables couvrant les différentes séries tirées de l'oeuvre d'Akira Toriyama, de Dragon Ball Z à Dragon Ball Super.

On continue sur PC, Sony PS5, Xbox Series et PS4 avec Metaphor : ReFantazio. Il s'agit d'un jeu de rôle japonais par les créateurs de Persona 3, Persona 4 et Persona 5. Dans cette aventure se déroulant dans un monde fantastique, le joueur doit se lancer dans un voyage pour surmonter les obstacles et tisser des liens avec ses amis, alors que le royaume est au bord du précipice.

Starship Troopers : Extermination à venir sur PC, PS5 et Xbox Series. Starship Troopers : Extermination est le 4ème jeu de la série Starship Troopers, inspirée par la célèbre saga littéraire et filmique. Le jeu se concentre autour de plusieurs missions coopératives avec 12 joueurs, où en tant que membre d'une garnison de soldats d'élites, il vous faudra reprendre le contrôle des planètes sous le joug d'une espèce arachnide surpuissante.

On termine avec Metro Awakening qui sera disponible sur PC, Sony PS5. Inspiré de la série de romans au succès international de Dmitry Glukhovsky, la saga Metro revient avec un épisode dédié à la VR. Son histoire se déroule avant les événements de Metro 2033 et offre un nouveau point de vue aux fans de la série Metro. Vous incarnerez le personnage de Sedar, un docteur à la recherche de sa femme dans les tunnels de métro étouffants et irradiés d'un Moscou post-apocalyptique.

## Santé

### COEUR : AGIR POUR EVITER LES FACTEURS DE RISQUES !

La prévention primordiale repose sur une approche récente populationnelle, récemment développée aux Etats-Unis par l'association américaine de cardiologie AHA. Située en amont de la prévention primaire, elle vise à favoriser l'adoption d'une bonne hygiène de vie pour tenir éloignés les facteurs de risques cardio-vasculaires.

Bien manger - Adopter une alimentation équilibrée aide à réduire le taux de cholestérol, à contrôler la glycémie ou à diminuer la tension artérielle. Sans oublier de limiter le sel à 6 grammes/jour et la consommation d'alcool.

Manger dans des petites assiettes pour limiter les quantités tout en ayant une assiette bien remplie. Mâcher ses aliments et prendre le temps pour permettre une bonne assimilation. Poser ses couverts régulièrement et parler pendant les repas pour faire durer le plaisir et améliorer la sensation de satiété.

Bien bouger - Rompre avec la sédentarité en limitant le temps passé assis, marchant au lieu de prendre sa voiture, pratiquant des activités de plein air...

Trucs et astuces pour bouger davantage - Aller à l'école à pied ou à vélo avec ses enfants, pour leur transmettre de bons réflexes. Descendre une station de métro ou de bus plus tôt. Prendre les escaliers plutôt que l'ascenseur ou les escalators. Se garer à cinq minutes de chez soi. Préférer la marche ou le vélo pour des trajets inférieurs à 2 km. Arrêter de fumer est un bénéfice certain et rapide. C'est un acte positif, efficace et gagnant sur toute la ligne. Le bénéfice cardio-vasculaire est très important et rapide. Trucs et astuces pour arrêter le tabac - Fixer une date et la faire connaître à son entourage. Se débarrasser de ses briquets, cigarettes et cendriers. Lorsque l'envie survient, boire un verre d'eau, changer d'activité ou charger de pièce. Eviter de reprendre même une seule cigarette, c'est la cause majeure de rechute. Se faire accompagner par un professionnel.

## Au volant

### NOUVEAU CUPRA FORMENTOR

Pour ce restylage, le Crossover Coupé, leader des ventes de la marque, inaugure la nouvelle signature Cupra avec des optiques redessinées qui abritent un éclairage triangulaire tri-LED (Matrix sur VZ) que l'on retrouvera sur les futurs modèles de la marque. En bout de capot, ou plutôt, en bout de nez de requin, le nom donné à la proue, on trouve le fameux logo cuivré qui se trouvait auparavant dans la calandre. Cette dernière est plus ouverte dans un bouclier lui aussi plus aéré. Le profil ne change pas et, le long de ses 4,45 mètres, on apprécie les arrêtes de carrosserie, dont celles athlétiques des ailes arrières.



La signature triangulaire est aussi présente sur la poupe. Elle est reliée par un bandeau lumineux qui passe par le logo éclairé, une nouveauté permise par une nouvelle réglementation européenne. En bas de bouclier, les doubles sorties d'échappements cuivrées donnent le ton.

La monte pneumatique se fera sur des jantes de 18 ou 19 pouces où des touches de cuivre peuvent également être présentes.

Dans un panel de 8 teintes, nous apprécions le nouveau Century Bronze Mat de l'une de nos voitures d'essai. Terminons par le volume de chargement qui est de 450 dm3 (345 en hybride rechargeable, faute à l'emplacement de la batterie).

#### Vie à bord

Cupra a procédé à quelques ajustements comme de nouveaux matériaux, une console centrale revue et un nouvel écran de 12,9 pouces. Sous ce dernier, la barre sensitive rétroéclairée qui permet d'ajuster le volume du nouveau système audio (jusqu'à 11 haut-parleurs) ou de la climatisation est un coup de main à prendre.

Apple CarPlay et Android Auto sont désormais sans fil et les smartphones pourront être rechargés rapidement avec 15 W délivrés en induction. Côté sécurité, le système prédictif permet, grâce à la position GPS, d'anticiper les virages et

autres ronds-points. Le véhicule freine alors de lui-même. Les dernières aides sont bien sûr présentes dans le nouveau Formentor (Détection de fatigue, Maintien de voie, Alerte de présence d'un objet ou d'un piéton qui s'approche à l'ouverture des portes...).

Devant le conducteur, le nouveau "Digital Cockpit" de 10,25" reçoit un nouveau graphisme personnalisable plus lisible. Si les sièges des versions V et VZ sont très confortables, enveloppants, au maintien parfait, chauffants et à réglages électriques, ils seront encore plus sportifs, largement ajourés et recouverts de suédine sur les versions Extrême.

#### Sur la route

Sous le capot, 6 motorisations sont proposées, les 3 plus puissantes étant réservées à la finition VZ (pour Veloz, rapide en espagnol). Un micro-hybride de 48 V (12 auparavant) composé d'un bloc de 1,5 litre et d'un alternateur de 48 V. Le système, qui développe 150 ch, permet de parcourir quelques mètres en roue libre. Avec la même puissance, certains pourront choisir un bloc Diesel équipé du 2.0 TDI.



Passons ensuite à deux solutions Hybride-Rechargeables. Deux puissances sont proposées avec ce nouveau 1,5 TSI, 204 et 272 ch, notre essai. Notons que sur ces versions l'autonomie électrique peut atteindre 120 km grâce à une nouvelle batterie dont le temps de charge est de 26 minutes. 2 motorisations "thermiques" TSI sont aussi de la partie, un 265 ch, et, pour chapeauter la gamme, un 2,0 litres de 333 ch que le malus français de 60 000 euros (à la date de l'essai) risque d'en retenir plus d'un...

A partir de 42 675 euros (eTSI Hybrid 150ch, finition V(Viajero)) à 57 135 euros pour notre monture Hybride-Rechargeable de 272 ch VZ. L'essai complet et plus de photos sur [autoweekend.wixsite.com/drive](http://autoweekend.wixsite.com/drive)

Texte / Photos © Thierry ANDRE