

# Les échos de l'Actu'



## QUOI DE NEUF AUX MANETTES EN JANVIER ? (1ÈRE PARTIE)

Nouveau mois, nouvelle année et nouveau tour d'horizon des... nouveautés en matière de jeux-vidéo pour janvier 2023... Comme d'habitude, une rubrique à suivre chaque semaine au fil des sorties dans les bacs. On commence sur PC, PS4, ONE, IOS, et Android, avec KartRider Drift. Il s'agit d'un jeu de course arcade free-to-play. Vous pourrez affronter vos amis, ou des joueurs à travers le monde. Vous aurez accès à différents personnages et karts que vous pourrez personnaliser à votre sauce. On poursuit sur PC, PS5, Xbox Series et PS4 avec One Piece Odyssey. Le nouveau jeu de la franchise One Piece où l'on découvre Luffy et son équipage parcourir les îles et les explorer dans un monde ouvert rempli d'éénemis qu'il faut affronter. Il est possible de contrôler le personnage de son choix. Sur Nintendo Switch : Fire Emblem Engage est un tactical-RPG prenant place en Elyos, un continent composé de quatre royaumes entourant une terre sainte. Mille ans auparavant, une terrible guerre a opposé le peuple d'Elyos au Dragon Déchu. Cependant, des signes récents semblent présager que ce terrible ennemi est sur le point de renaître... Incarnez Alear, membre d'une famille royale de dragons réverrés en tant que dieux, qui s'éveille d'un sommeil de mille ans sans aucun souvenir de son passé. On termine sur PC, PS5 et Xbox Series avec Forspoken. Forspoken, précédemment connu sous le nom de Project Athia, est un jeu de type action-RPG, développé par Luminous Production, une branche de Square Enix. L'héroïne se nomme Frey Holland et utilise des pouvoirs magiques pour survivre dans un monde fantastique.



## PRENDRE UN PETIT-DÉJEUNER AIDE À PRÉVENIR LES MALADIES CARDIOVASCULAIRES

Vos médecins vous le disent régulièrement : il faut commencer la journée par un petit déjeuner.

Une étude d'une équipe de l'Université de Wuhan (Chine) publiée récemment dans une revue américaine de cardiologie (\*) vient de le confirmer.

Cette étude prospective, a été réalisée à partir des données d'une cohorte nationale de 6 550 adultes de 40 à 75 ans suivis de 1988 à 1994, avec un âge moyen de 53,2 ans et 48,0 % d'hommes. Elle avait pour but de rechercher s'il y avait un lien entre le fait de ne pas prendre de petit déjeuner et la mortalité cardiovasculaire et la mortalité de toutes causes.

Les habitudes alimentaires des ces 6550 personnes sont les suivantes : 5,1 % ne prennent jamais de petit déjeuner, 10,9 % le prennent rarement, 25,0 % le prennent certains jours et 59,0 % le prennent tous les jours.

Les résultats confirment l'intérêt de prendre un petit déjeuner tous les jours. Après ajustement, le risque de décès d'origine cardiovasculaire ou de décès de toutes causes est apparu plus élevé chez ceux ne prenant jamais de petit déjeuner par rapport aux sujets prenant régulièrement leur petit déjeuner tous les jours.

Parmi les explications à ces constatations, il y a le fait que ceux qui ne prennent pas de petit-déjeuner pourraient « se rattraper » dans la journée avec des aliments de faible valeur nutritionnelle et ayant un effet défavorable sur leur santé. Il est également évoqué la possibilité d'une tension artérielle plus élevée ou un mauvais profil lipidique. Plus simplement, cela pourrait être aussi le marqueur de mauvaises habitudes alimentaires et d'une mauvaise hygiène de vie.

Et vous, avez-vous pris ce matin votre petit déjeuner ?

(\*) Association of Skipping Breakfast with Cardiovascular and All-Cause Mortality. Rong S et al. J Am Coll Cardiology 2019 ; 73 : 2025-32



## ON L'A TESTÉ POUR VOUS PEUGEOT 408

Elle en impose cette nouvelle lionne. A tel point qu'il est difficile de lui attribuer une silhouette... Certains y verront une berline surélevée, d'autres un SUV rabaissé. La marque nous affirme qu'il s'agit bien d'une berline que nous essayons sur les routes Catalognes. La spectaculaire calandre, inspirée de la 308, exhibe fièrement le nouveau logo de la marque ainsi que les feux Matrix qui scindent le faisceau LED afin de ne pas éblouir les autres usagers (de série sur GT). A peine plus petite que la grande 508, la nouvelle 408 s'étire sur 4,69 m pour une hauteur de seulement 1,48 m. A l'arrière, pas de becquet, mais de petits appendices aérodynamiques baptisés « oreilles de chat ». Le coffre de 536 litres avec fonction "bras chargés" sera un peu réduit sur les versions hybrides (471) et vous perdrez encore quelques litres si vous optez pour la Hi-Fi Focal (9 haut-parleurs, + caisson de basses).

### Vie à bord

La planche de bord longiligne vient empiéter sur les contre-portes accentuant l'effet de largeur. Petit volant chauffant en option) et i-Cockpit 3D (sur GT) sont bien sûr de la partie. Ce dernier, personnalisable, affiche les informations importantes en relief, attirant ainsi l'attention du conducteur. Si les sièges avant disposent de la fonction massage, les invités à l'arrière seront généreusement lotis malgré le pavillon retombant dû à la ligne de carrosserie. Avec un empattement de 2,79 m, l'espace aux genoux est de presque 19 cm ! Côté sécurité, les dernières innovations d'aides à la conduite sont au programme avec pas moins



de 6 caméras et 9 radars en veille d'éventuelles alertes.(anti-collision, lecture des panneaux, feux de route intelligents). De plus, le système de vision de nuit, intégré au combiné devant le conducteur, verra le danger avant vous. La nouvelle 408 obéit aussi à votre voix. D'un "OK Peugeot" vous pourrez lui demander de baisser la température, d'écouter votre radio favorite ou de lancer un guidage.

### Sur la route

Sous le capot, 2 hybrides rechargeables de 180 et 225 ch ( combinés avec un moteur électrique de 110 ch) et un petit 3 cylindres de 130 ch. Pas de boîte manuelle, mais uniquement l'automatique à 8 rapports très onctueuse et silencieuse. Un silence qui est renforcé par un confort acoustique retravaillé avec des vitres plus épaisses, presque 4mm, et feuilletées à l'avant. En plus du confort, notre parcours ibérique, qui comportait tout type de revêtements, nous a permis de constater la précision des trajectoires. La 408 hybride rechargeable embarque un chargeur de 3,7 kW qui permet une charge complète de la batterie en 7h sur une prise domestique standard ou 3h25 sur une prise renforcée 16 A. Pour recharger rapidement, le chargeur embarqué de 7,4 kW permettra de faire le plein d'électricité en 1h40 sur une WallBox.

L'autonomie en tout électrique est annoncée pour 64 kilomètres en mode mixte. A partir de 37 350 euros (130 ch). Version à l'essai 225 GT : 51 400 euros. Tous les essais complets sur autoweekend.wix.com/drive

Texte / Photos © Thierry ANDRE