

# Des collégiennes du Havre en lice au concours Science Factor avec un outil anti-stress



Emilie, Elsa et Fleurine présentent leurs coccinelles antistress devant la maquette d'un volcan symbolisant la crise d'angoisse qui monte Paris Normandie

Trois élèves du collège Jean-Moulin au Havre ont développé APA (aide pour les anxieux). Un petit dispositif électronique pour diminuer le stress chez les élèves qui leur vaut de participer à la finale du concours Science Factor 2025 lundi 31 mars 2025.

Organisé chaque année avec le soutien du ministère de l'Éducation nationale, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, le concours Science Factor permet aux collégiens et lycéens de France de développer leur goût des sciences et du numérique à travers des projets innovants à vocation citoyenne et solidaire. Seul concours d'innovation 100 % mixte, les équipes sont obligatoirement pilotées par des filles, une façon de prévenir et de lutter contre le sexisme en faveur d'une égalité concrète.

De petits animaux pour se détendre

Une équipe de 3e du collège Jean-Moulin du Havre participe à la finale, lundi 31 mars 2025 avec un projet particulièrement ingénieux. Fleurine, Emilie et Elsa ont travaillé depuis la rentrée scolaire sur la conception d'un APA (aide pour les anxieux), petit outil antistress électro-

nique qui combine une technologie de vibration et de mouvement pour favoriser la relaxation. Transportable, autonome et ergonomique, il prend la forme d'un rectangle recouvert de mousse en forme de coccinelle, de lion ou encore de fleur. Placé au fond de la poche, il suffit de tenir l'objet pour réguler la respiration et réduire le stress. « Pour être toutes les trois très anxieuses, nous savons combien le contrôle de sa respiration est essentiel pour se détendre. L'APA offre une solution discrète pour permettre de s'apaiser dès les premiers signes d'angoisse. Il pourrait être mis à disposition des élèves dans chaque classe », suggère l'une d'elles.

Le palmarès Science Factor 2025 sera dévoilé avec six prix décernés, parmi 16 finalistes, lundi 31 mars lors du salon Science InFuze à Meudon (Hauts-de-Seine).