



DOSSIER P. 54

## Prendre le contrôle de ses rêves

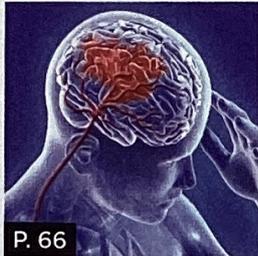
Voler comme Superman, s'entraîner à un sport... tout en dormant ! C'est possible grâce à la technique du rêve lucide, avec laquelle on parvient à maîtriser les événements de son sommeil. Un état de conscience très particulier qui fait l'objet d'études scientifiques pointues et révèle des effets surprenants.



P. 30

### Neutrons : un accélérateur va explorer la matière

L'European Spallation Source en construction dans le sud de la Suède deviendra l'une des plus puissantes « usines à neutrons » du monde. Reportage.



P. 66

### AVC : agir vite pour le cerveau

Afin d'administrer au plus tôt des traitements et ainsi éviter des séquelles lourdes, les spécialistes insistent sur la sensibilisation aux signes avant-coureurs de l'accident vasculaire cérébral.



P. 80

### Bibracte la gauloise n'a pas livré tous ses secrets

Au cœur du Morvan, l'une des villes gauloises les plus importantes est fouillée depuis 40 ans. Le site témoigne du dynamisme politique et de la puissance militaire du peuple celte des Éduens.

- 5 **Éditorial** par Dominique Leglu
- 6 **Courrier**
- 7 **Édito** par Mathieu Nowak

#### PRIX NOBEL

- 10 **Les lauréats 2024**

#### SCIENCES FONDAMENTALES

- 14 **ACTUALITÉS** La Terre aurait possédé des anneaux / L'ESA inaugure sa lune d'entraînement
- 30 **Neutrons : un accélérateur pour explorer la matière**
- 35 **Déviation d'astéroïde : l'enquête se poursuit**
- 38 **Journal de l'IA : Éduquer les modèles de langage**

#### NATURE

- 16 **ACTUALITÉS** Un cataclysme inédit au Groenland / Un cratère d'impact géant en Australie
- 40 **Colombie : la guerre de l'eau est déclarée**
- 46 **Notre avenir passe par les algues**

#### SANTÉ

- 20 **ACTUALITÉS** L'effet yo-yo accentue le risque cardiaque / Voici la première prothèse magnétique
- 54 **Rêve lucide : prenez le contrôle de vos nuits**
- 66 **AVC : agir vite pour le cerveau**
- 78 **Nutrition : La pomme de terre sous toutes ses formes**

#### HISTOIRE

- 24 **ACTUALITÉS** Le capitaine cannibalisé de l'expédition Franklin / Des momies révèlent l'origine du kéfir
- 80 **Bibracte, la ville gauloise n'a pas livré tous ses secrets**
- 86 **Histoire des sciences : La renaissance de la cosmologie**

#### TRANSVERSALES

- 90 **Sélection livres**
- 93 **Expositions**
- 94 **Chroniques**  
Climat par Christophe Cassou et Céline Guivarch / Mathématiques par Claire Mathieu / Éthique par Jean-Gabriel Ganascia / L'œil d'Olivier Lascar
- 96 **Questions de lecteurs**
- 97 **Le ciel de décembre**
- 98 **Jeux**