

Guide pour les utilisateurs du site ayant un compte “Contributeur”

Informations générales

Contributeur

Les contributeurs peuvent écrire ajouter / modifier / supprimer leurs podcasts mais ne peuvent pas publier

Accès

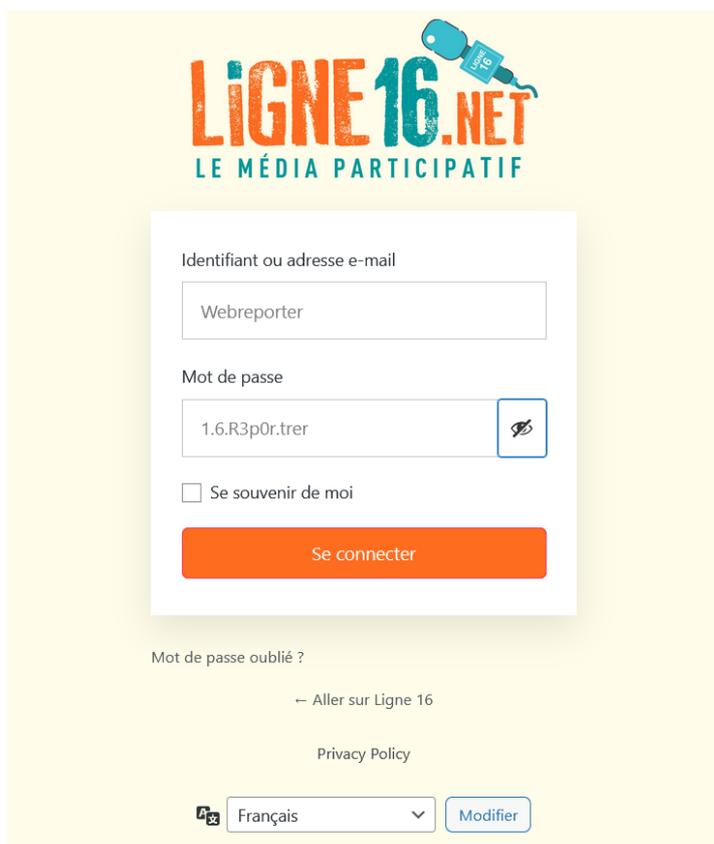
Adresse : ligne16.net

Accès au tableau de bord : ligne16.net/wp-admin

Code

Login : webreporter

Mot de passe : 1.6.R3p0r.ter



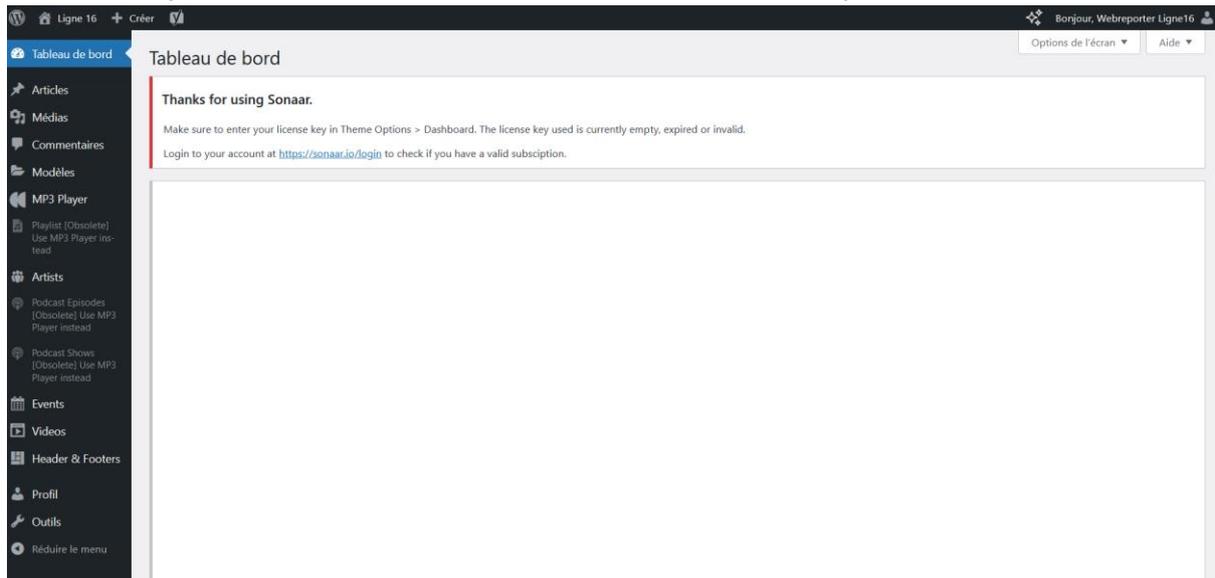
The image shows a login form for 'LIGNE 16.NET LE MÉDIA PARTICIPATIF'. The form is centered on a light yellow background. At the top, there is a logo for 'LIGNE 16.NET' with a blue microphone icon and the tagline 'LE MÉDIA PARTICIPATIF'. Below the logo, the form contains the following elements:

- A text input field labeled 'Identifiant ou adresse e-mail' containing the text 'Webreporter'.
- A text input field labeled 'Mot de passe' containing the text '1.6.R3p0r.ter', with a small eye icon to its right for toggling visibility.
- A checkbox labeled 'Se souvenir de moi' which is currently unchecked.
- An orange button labeled 'Se connecter'.

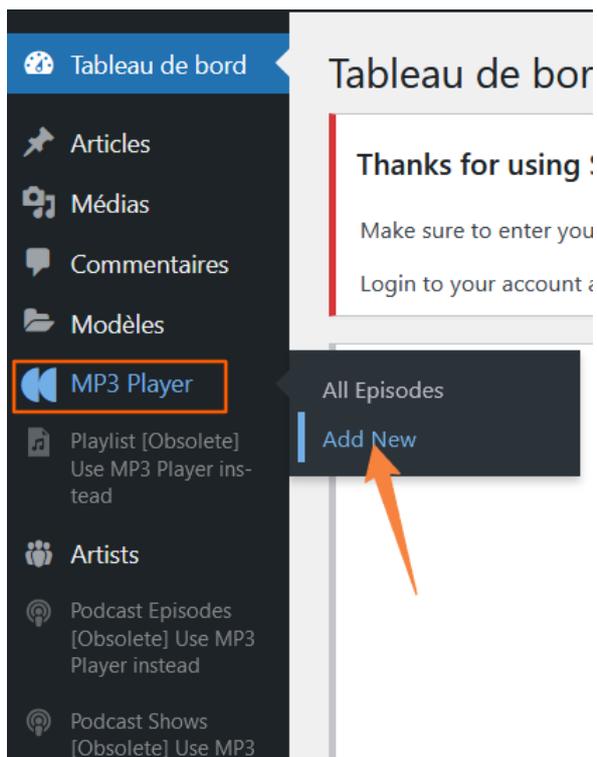
Below the form, there are three links: 'Mot de passe oublié ?', '← Aller sur Ligne 16', and 'Privacy Policy'. At the bottom, there is a language selector showing 'Français' with a dropdown arrow and a 'Modifier' button next to it.

Publication d'un podcast

Avec le compte "Contributeur", le tableau de bord est vide au départ



Ajouter un nouveau podcast



Rappel...

Add Podcast or Episode Title

Saisir « / » pour choisir un bloc

Player Settings

Episode Content

Episode Subtitle

Do not loop episodes list

Do not skip to the next episode

Reverse Order

Tracklist Source

Episodes List

Expand/Collapse All

Add Another Episode

Flèche en bas = panneau fermé

Flèche en haut = panneau ouvert

Pour une lecture plus simple fermer toutes les sections

Add Podcast or Episode Title

Saisir « / » pour choisir un bloc

Fermer tous les sections

Player Settings

Episode Content

Essential Grid

Yoast SEO

Renseignements principaux

- **Titre** : simple avec les mots clés importants, pas trop long si possible !
- **Catégorie(s)** : choix d'une ou plusieurs
- **Catégorie principale** : choix d'une seule catégorie, important pour le référencement
- **Vignette du podcast** : respecter le format 16:9

1. Ajout d'un titre

2. Cocher la / les catégorie(s)

3. Choisir une catégories principale

4. Uploader la vignette du podcast

The screenshot shows the 'Add Podcast or Episode Title' form in WordPress. The main title field is highlighted with an orange arrow and the text '1. Ajout d'un titre'. Below the title field, there are several sections: 'Player Settings', 'Episode Content', 'Essential Grid', and 'Yoast SEO'. The 'Episode Content' section is expanded, showing various settings like 'Do not loop episodes list', 'Do not skip to the next episode', 'Reverse Order', and 'Tracklist Source'. The 'Essential Grid' section is also expanded, showing a list of categories with checkboxes. The 'Yoast SEO' section is expanded, showing the 'Podcast Cover image' field with a 'Set Playlist Cover' button. Annotations with orange arrows point to these sections: '2. Cocher la / les catégorie(s)' points to the categories list, '3. Choisir une catégories principale' points to the 'Choisissez la category principale' dropdown, and '4. Uploader la vignette du podcast' points to the 'Podcast Cover image' field.

Ajout du fichier audio

Ouvrir la section "Episode content" puis ouvrir le panneau qui gère l'audio

1. Ouvrir la section "Episode Content"
2. Ouvrir le panneau "Expand / Collapse All"

1. Cliquer sur Episode Content pour voir le contenu de la section

2. Cliquer sur "Expand / Collapse All" pour ouvrir accéder à l'envoi du fichier audio mp3

The screenshot shows the 'Add Podcast or Episode Title' form in WordPress. The 'Episode Content' section is expanded, showing various settings like 'Do not loop episodes list', 'Do not skip to the next episode', 'Reverse Order', and 'Tracklist Source'. The 'Essential Grid' section is also expanded, showing a list of categories with checkboxes. The 'Yoast SEO' section is expanded, showing the 'Podcast Cover image' field with a 'Set Playlist Cover' button. Annotations with orange arrows point to these sections: '1. Cliquer sur Episode Content pour voir le contenu de la section' points to the 'Episode Content' section, and '2. Cliquer sur "Expand / Collapse All" pour ouvrir accéder à l'envoi du fichier audio mp3' points to the 'Expand/Collapse All' button in the 'Essential Grid' section.

Upload du fichier mp3

The screenshot shows the 'Episode 1' upload form. At the top, there's a 'Source File' dropdown set to 'Local MP3'. Below it, a red box highlights the 'MP3 File' section, which contains a text input field and a button labeled 'Ajouter ou mettre un fichier en ligne'. An orange arrow points from the text 'Uploader votre fichier MP3 ici' to this button. The form also includes fields for 'Episode Description/Notes', 'Optional Episode Cover', and 'Lyrics/Karaoke file (ttml)'. On the right, a sidebar contains various settings like 'Episode (MP3 Audio Player Pro)', 'Tags', 'Podcast Cover Image', and 'Sticky Audio Player'.

Upload d'un autre fichier audio

The screenshot shows the 'Add Podcast or Episode Title' screen. It features a search bar with the placeholder 'Saisir « / » pour choisir un bloc'. Below this are 'Player Settings' and 'Episode Content' sections. The 'Episode Content' section includes a subtitle field, checkboxes for 'Do not loop episodes list', 'Do not skip to the next episode', and 'Reverse Order', and a 'Tracklist Source' dropdown. At the bottom, a red box highlights the 'Add Another Episode' button in the 'Episodes List' section. An orange arrow points from the text 'Il est possible d'ajouter plusieurs fichiers audio' to this button. The right sidebar is similar to the previous screenshot.

Une fois ces informations intégrées, vous pouvez enregistrer / publier en cliquant sur le bouton en haut à droite.

Une fois le document validé par un éditeur, il sera accessible sur le site

Résultat

The screenshot shows a web player interface for an audio episode. At the top, the title "Emission publique sur 'Bien manger, l'adolescence et le TDA/H'" is displayed in red text, with an orange arrow pointing to it. Below the title, there is a subtitle "Séjour + / = pour choisir un bloc" and a small square icon. The interface is divided into several sections:

- Player Settings:** A section with various options:
 - Episode-Cover:** A text input field.
 - Episode-Subtitle:** A text input field with a placeholder: "E.g. New album, Coming soon, Sell Out, Release Date: August 20th, etc."
 - Do not loop episode list:** A checkbox with the label "When episode list ends, do not keep to first episode automatically".
 - Do not skip to the next episode:** A checkbox with the label "When the current episode ends, do not play the second episode automatically".
 - Reverse Order:** A checkbox with the label "Display tracklist in reverse order on the front end".
 - Tracklist Source:** A dropdown menu set to "Default".
- Episode List:** A section with a header "EPISODE 4 - Emission publique sur 'Bien manger l'adolescence et le TDA/H.mp3'" and a "Search Columns" button.
- Audio Player:** A section with a "Source File" dropdown set to "Local MP3" and a "Please select which type of audio source you want for this track" label. Below this is an MP3 file player with a play button and a progress bar.
- Right Sidebar:** A sidebar with various settings and options:
 - RECHERCHER DES COLLECTEURS:** A search input field.
 - Categories:** A list of categories with checkboxes: "Tous", "Podcast", "Podcast", "Culture", "Education", "Environnement".
 - Chercher la catégorie principale:** A dropdown menu set to "Séjour +".
 - Tags:** A dropdown menu.
 - Podcast Cover Image:** A thumbnail image of a podcast cover.
 - Direct:** A dropdown menu.
 - Commentaires:** A dropdown menu.
 - Sticky Audio Player:** A section with a checkbox "Display sticky player when page is hidden. Great for podcasts" and a "Search for a post" input field.

Contenu du podcast

Ajout de texte (paragraphe)

The screenshot shows a podcast player interface with the title "Emission publique sur 'Bien manger, l'adolescence et le TDA/H'". The main content area is empty, with a search bar and a "Rechercher" button. A red box highlights a "+" icon in the top right corner, with an arrow pointing to it and the text "1. Cliquer sur le +". Below this, a red box highlights the "Paragraphe" option in a dropdown menu, with an arrow pointing to it and the text "2. Choisir Paragraphe". The dropdown menu also includes options for "Image", "Titre", "Galerie", "Liste", and "Citation". The right sidebar shows the "Paragraphe" block settings, including "Couleur" (Text, Arrière-plan), "Typographie" (TAILLE: S, M, L, XL), and "Avancé".

The screenshot shows the same podcast player interface, but now with a paragraph of text added. The text reads: "Mercredi 3 juillet à 16h, les jeunes reporters de l'atelier 'Devenir le média' ont animé une émission radio publique sur trois sujets : [Que signifie bien manger ?](#) par Ayoub, [l'adolescence](#) par Nada et [le TDA/H](#) par Ela. Chacun a réalisé des interviews audios auprès de citoyens rencontrés au [redacted] sur les liens ci-dessus).". Below the text, there is a rich text editor toolbar with icons for bold, italic, link, and other formatting options. The right sidebar shows the "Paragraphe" block settings, including "Couleur" (Text, Arrière-plan), "Typographie" (TAILLE: S, M, L, XL), and "Avancé". The bottom of the screen shows the "Essential Grid" with options for "Custom Meta", "Alternative Sources", "Skin Modifications", and "Featured Grid".

Ajout du bloc image

The image shows a two-step process for adding an image block to a podcast episode in the Ligne16 software. The top screenshot shows the main editor with a text block about a radio broadcast. A red box highlights the '+' icon in the top left corner, with an arrow pointing to it and the text '1. Cliquer le +'. A second red box highlights the 'Image' icon in the block selection menu, with an arrow pointing to it and the text '2. Sélectionner le bloc image'. The right sidebar shows the episode details, including the title 'Episode (MP3 Audio Player Pro)', visibility 'Publique', and publication date '11 juillet 2024 13 h 33 UTC+0'. The bottom screenshot shows the 'Image' block configuration dialog. A red box highlights the dialog, with an arrow pointing to the 'Téléverser' button. The dialog contains the text 'Téléversez un fichier image, choisissez-en un dans votre médiathèque ou ajoutez-en un avec une URL.' and three options: 'Téléverser', 'Médiathèque', and 'Insérer à partir d'une URL'. The right sidebar in the bottom screenshot shows the 'Image' block settings, including 'Styles' (Par défaut, Arrondis) and 'Réglages' (PROPORTION DE TAILLE, Taille d'origine, LARGEUR, HAUTEUR).

Emission publique sur "Bien manger, l'adolescence et le TDA/H"

Mercredi 3 juillet à 16h, les jeunes reporters de l'atelier "Devenir le média" ont animé une émission radio publique sur trois sujets : [Que signifie bien manger ?](#) par Ayoub, [l'adolescence](#) par Nada et [le TDA/H](#) par Ela. Chacun a réalisé des interviews audios auprès de citoyens rencontrés au hasard et a publié son podcast en intégralité sur Ligne16 (clique sur les liens ci-dessus).

Cette émission radio publique animée par Brahim présentateur, a permis de partager des informations sur ces sujets et d'en savoir plus avec des invitées expertes : Léa Teyssier diététicienne du service prévention promotion de la santé à la Ville de Nice et Laurence Dionigi, présidente de l'association [HPI](#) (intelligences multiples) et [psychopraticienne](#). Les publics de différentes générations ont pu également poser des questions et intervenir tout au long de l'émission.

Saisir « / » pour choisir un bloc

Emission publique sur "Bien manger, l'adolescence et le TDA/H"

Mercredi 3 juillet à 16h, les jeunes reporters de l'atelier "Devenir le média" ont animé une émission radio publique sur trois sujets : [Que signifie bien manger ?](#) par Ayoub, [l'adolescence](#) par Nada et [le TDA/H](#) par Ela. Chacun a réalisé des interviews audios auprès de citoyens rencontrés au hasard et a publié son podcast en intégralité sur Ligne16 (clique sur les liens ci-dessus).

Cette émission radio publique animée par Brahim présentateur, a permis de partager des informations sur ces sujets et d'en savoir plus avec des invitées expertes : Léa Teyssier diététicienne du service prévention promotion de la santé à la Ville de Nice et Laurence Dionigi, présidente de l'association [HPI](#) (intelligences multiples) et [psychopraticienne](#). Les publics de différentes générations ont pu et intervenir tout au long de l'émission.

Image

Téléversez un fichier image, choisissez-en un dans votre médiathèque ou ajoutez-en un avec une URL.

Téléverser Médiathèque Insérer à partir d'une URL

Image

Insère une image pour illustrer vos propos.

Styles

Par défaut Arrondis

Réglages

PROPORTION DE TAILLE

Taille d'origine

LARGEUR HAUTEUR

Automatique px Automatique px

Avancé

Mercredi 3 juillet à 16h, les jeunes reporters de l'atelier "Devenir le média" ont animé une émission radio publique sur trois sujets : [Que signifie bien manger ?](#) par Ayoub, [l'adolescence](#) par Nada et [le TDA/H](#) par Ela. Chacun a réalisé des interviews audios auprès de citoyens rencontrés au hasard et a publié son podcast en intégralité sur Ligne16 (clique sur les liens ci-dessus).

Cette émission radio publique animée par Brahim présentateur, a permis de partager des informations sur ces sujets et d'en savoir plus avec des invitées expertes : Léa Teyssier diététicienne du service prévention promotion de la santé à la Ville de Nice et Laurence Dionigi, présidente de l'[association HPI](#) (intelligences multiples) et [psychopraticienne](#). Les publics de différentes générations ont pu également poser des questions et intervenir tout au long de l'émission.

3 . Cliquer sur la petite flèche afin de déplacer l'image au-dessus ou en dessous d'un autre bloc

2 . Sélectionner Aligner à droite pour placer l'image à côté du texte

1 . Réduire l'image si besoin

Résultat

Emission publique sur "Bien manger, l'adolescence et le TDA/H"

Mercredi 3 juillet à 16h, les jeunes reporters de l'atelier "Devenir le média" ont animé une émission radio publique sur trois sujets : [Que signifie bien manger ?](#) par Ayoub, [l'adolescence](#) par Nada et [le TDA/H](#) par Ela. Chacun a réalisé des interviews audios auprès de citoyens rencontrés au hasard et a publié son podcast en intégralité sur Ligne16 (clique sur les liens ci-dessus).

Cette émission radio publique animée par Brahim présentateur, a permis de partager des informations sur ces sujets et d'en savoir plus avec des invitées expertes : Léa Teyssier diététicienne du service prévention promotion de la santé à la Ville de Nice et Laurence Dionigi, présidente de l'[association HPI](#) (intelligences multiples) et [psychopraticienne](#). Les publics de différentes générations ont pu également poser des questions et intervenir tout au long de l'émission.

Ajout d'un titre

émission publique sur bien manger, l'adolescence et le TDA/H"

2 . Rechercher le bloc "titre"

3 . sélectionner le bloc "titre"

1 . cliquer sur le +

Vérifier que le titre est bien un H2

Si besoin d'un sous-titre choisir H3

De 1:40 à 18:20 : Bien manger, qu'est ce que cela signifie ?

Résultat final

EMISSION PUBLIQUE SUR "BIEN MANGER, L'ADOLESCENCE ET LE TDA/H"

2024/07/11 1 HR, 13 MIN.



Mercredi 3 juillet à 16h, les jeunes reporters de l'atelier "Devenir le média" ont animé une émission radio publique sur trois sujets : **Que signifie bien manger ?** par Ayoub, **l'adolescence** par Nada et **le TDA/H** par Ela. Chacun a réalisé des interviews audio auprès de citoyens rencontrés au hasard et a publié son podcast en intégralité sur Ligne16 (cliquez sur les liens ci-dessus).

Cette émission radio publique animée par **Brahim présentateur**, a permis de partager des informations sur ces sujets et d'en savoir plus avec des invitées expertes : **Léa Teyssier** diététicienne du service prévention promotion de la santé à la Ville de Nice et **Laurence Dionigi**, présidente de **l'association HPI** (intelligences multiples) et psychopraticienne. Les publics de différentes générations ont pu également poser des questions et intervenir tout au long de l'émission.



DE 1:40 À 18:20 : BIEN MANGER, QU'EST CE QUE CELA SIGNIFIE ?



Léa Teyssier conseille d'avoir un **alimentation variée** et surtout **d'éviter les plats tout préparés** qui n'ont pas l'apport en vitamines, fer, minéraux. Une alimentation équilibrée permet de donner au corps humain tout ce dont il a besoin. Or les plats préparés sont transformés et contiennent des additifs, des conservateurs qui sont moins riches en apport nutritif. Quant au **Nutriscore**, cela reste un simple indicateur. "On ne peut pas comparer par exemple de *Thuille d'olive* et un *yaourt*" qui sera toujours mieux noté par son faible apport calorique. De plus, les marques (comme Nestlé) ont mis des édulcorants à la place du sucre pour être mieux noté (faible en calories), pourtant les édulcorants peuvent être mauvais pour la santé si on en consomme beaucoup (problèmes gastriques et intestinaux). Elle conseille de **se faire la cuisine soi-même** quand on le peut et d'éviter les aliments trop transformés comme les pizzas surgelées. Par contre, elle signale que les légumes surgelés sont bons puisqu'ils ne sont pas modifiés.

DE 18:25 À 48:53 : L'ADOLESCENCE, POURQUOI EST-CE UNE PÉRIODE DÉLICATE ?

L'adolescence commence à l'âge de la puberté aux alentours de 13, 14 ans. C'est là où nous changeons au niveau du corps et les hormones se déclenchent. Les filles sont plus précoces que les garçons (2 ans plus tard). L'adolescence se termine entre 25 et 28 ans. C'est le moment où le cerveau a atteint sa maturité. **Laurence Dionigi** conseille de conserver la communication parents et enfants et surtout d'exprimer ses besoins, ses envies, ses émotions. Plusieurs études montrent que les parents qui passent beaucoup de temps sur le téléphone diminue la réactivité parentale, ils deviennent moins attentifs aux demandes de leurs enfants. Cela empêche les liens de se tisser spontanément au gré de moments même simples. En effet, la capacité des parents à réagir à leurs enfants est déterminante dans la construction des liens émotionnels (revue **parents**, article de février 2024).



A PARTIR DE 49:00 : LE TDA/H, TROUBLE DE L'ATTENTION AVEC OU SANS HYPERACTIVITÉ



Le TDA/H n'est pas une maladie, c'est neurologique, génétique et environnemental. Aujourd'hui, un sondage a montré qu'un enfant par classe est diagnostiqué TDA/H et 4% de la population a ce trouble. Celui-ci peut être léger mais s'il est fort peut devenir un handicap surtout dans les apprentissages. Il se manifeste souvent par l'hyperactivité chez les garçons et l'impulsivité chez les filles. C'est une immaturité du cerveau qui peut aussi être provoquée par la prise de drogue ou d'alcool de la femme enceinte ou lorsque l'enfant est prématuré ou encore secoué.

Les échanges se sont poursuivis lors d'un goûter offert.



Avec **Brahim** présentateur, **Ayoub**, **Nada** et **Ela** chroniqueurs et chroniqueuses, Grégory, Mathéo, Menele (photos), avec l'équipe Tania (article) et Monica (régie), Marc.