

# La gazette de l'Immac

**Edito** : Chers habitants et habitantes,

Face à cette crise sanitaire sans précédent, nous sommes tous et toutes concerné(e)s par les mesures de confinement. Plus que jamais, les valeurs qui nous animent peuvent nous aider à surmonter cette situation et ces conséquences (isolement, accroissement des inégalités de tous ordres...). Nous avons ainsi choisi de rester en lien avec vous, grâce aux outils modernes dont nous disposons.

Nous espérons que le contenu que nous vous avons concocté vous sera utile, agréable, distrayant et qu'il vous donnera aussi envie de partager vos belles idées, dans notre prochain numéro ! Nous attendons vos réactions et nous vous espérons en bonne santé.

## L'école à la maison ?! Pas toujours simple.

Nous vous proposerons donc dans les newsletters à venir quelques sites ressources et idées ludiques, qui pourraient vous y aider. En voici déjà deux, bon courage !

Le cned à la maison : <https://ecole.cned.fr/login/index.php>

Appli gratuite pour apprendre en musique : <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.studyStack.phonegap&hl=fr>

## SOUTIEN MATHS LYCÉES : AVIS AUX LYCÉENS

*inscrits au soutien Math Lycée*

Nous vous proposons de nous faire part de vos éventuels besoins par mail : une partie des bénévoles qui vous accompagnent le mercredi seraient disponibles pour un soutien à distance.

## Culture

Pourquoi ne pas profiteriez-vous pas de ce temps pour visiter des musées ?! Virtuellement, bien sûr ... Seul(e), ou à plusieurs, un café à la main ou installer confortablement sur votre fauteuil. À vous de choisir !

<https://quatremille.be/10-musees-en-ligne-a-visiter-depuis-chez-vous-gratuitement/>

## Bien-être

Méditation

<https://www.youtube.com/watch?v=eIVAykgcnT0>

Séance de réflexologie des mains, à faire chez soi

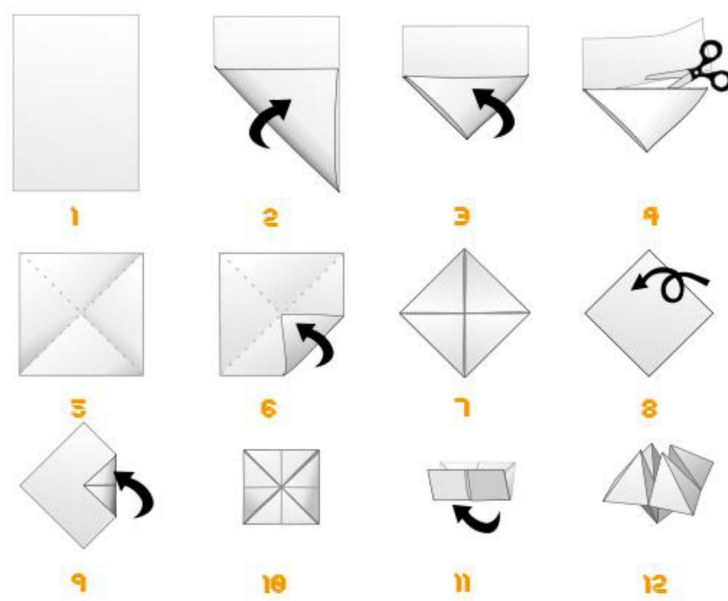
<https://www.youtube.com/watch?v=eJ-gmjF34Q>

# En famille

## Ré création en famille

Il vous faut une paire de ciseaux, des feuilles, des crayons feutres et de la colle.

**ETAPE 1** : FAIRE LE PLIGAGE CI-DESSOUS



**ETAPE 2** : CHOISISSEZ VOTRE ANIMAL ET METTEZ LA COULEUR QUE VOUS AVEZ BESOIN SUR VOTRE PAPIER



**ETAPE 3** : A VOS CREATIONS...COUPEZ...COLLEZ...COLORIEZ ET N'HESITEZ PAS A NOUS ENVOYER VOS PHOTOS QUAND LE TRAVAIL EST FINI !

## CADAVRES EXQUIS EN DESSINS

**Nombre de joueurs :** 2 à 6. Diviser la feuille en fonction du nombre de participants (Si vous jouez à 2 : on partage la mission, ou plutôt le corps, par la moitié, si on joue à 3 : la tête , le buste , les jambes et les pieds, ect...)

**Matériel(s) nécessaire :** Une feuille A4 et des crayons de couleurs différentes.

**But du jeu :** Réaliser un personnage (animal , monstre , personne ou mélange de tout ça !)

**Règle du jeu :**

Le premier dessine en haut de la feuille la première partie de la tête : cheveux ou pas, fourrure ou pas, front, yeux. Puis, il plie la feuille de manière à cacher ce qu'il a fait. Il prend soin de laisser dépasser les petits traits qui indiquent où doit commencer le suivant.

Le deuxième dessine à la suite le reste de la tête : nez, bouche, oreilles, menton...  
Mêmes recommandations, on cache ce qu'on a dessiné, on plie, on n'oublie pas les petits traits qui indiquent le démarrage du suivant.

Le troisième dessine le haut du corps avec les bras ou pattes sans oublier les recommandations.

Le quatrième dessine le bas du corps .

Le cinquième dessine les jambes ou pattes .

Le sixième dessine les pieds...ou autres .

**PUIS ON DÉCOUVRE LA "CHOSE"**



On peut donner un tas d'attributs à sa partie du dessin : des ailes , des boutons , des vêtements , des ornements ...

**Place à l'imagination !**

*Réalisé par les bénévoles de la maison de quartier.*

# Cuisine

Atelier cuisine : <https://demi-portions.com/>

## Cookies



Préparation : 15 mn

Cuisson : 15 mn

Une vingtaine de cookies

Si tu as anticipé ton envie de cookies en sortant le beurre au moins 30 minutes avant, tu devrais pouvoir les déguster dans la demi-heure qui suit... Croustillants et moelleux à la fois, ces cookies seront encore plus gourmands si tu ajoutes des éclats de noix ou de noisettes, en plus des pépites de chocolat !

### Ingrédients

300 g de farine  
2 œufs  
170 g de sucre roux  
170 g de beurre mou  
2 cuillères à café de levure chimique  
1 sachet de sucre vanillé  
Des pépites de chocolat  
Des noix ou des noisettes (facultatif)

### Préparation

Dans un saladier, coupe **170 g de beurre mou** en morceaux puis écrase-le bien avec le dos d'une fourchette. Mélange-le ensuite avec **170 g de sucre roux** et **1 sachet de sucre vanillé**.

Ajoute ensuite **2 œufs entiers** et mélange à nouveau.

Ajoute progressivement **300 g de farine** et **2 cuillères à café de levure chimique**. Travaille la pâte avec les mains pour bien amalgamer tous les ingrédients.

Ajoute ensuite les **pépites de chocolat** et mélange une fois encore.

Recouvre une plaque de cuisson de papier sulfurisé et fais plusieurs petits tas de pâte avec les mains. N'oublie pas de laisser suffisamment de place entre chaque cookie (environ 5 cm) : la pâte va en effet un peu s'étaler à la cuisson.

Casse quelques noisettes et coupe-les en 4 morceaux. Dispose-les ensuite sur les cookies en appuyant un peu pour les enfoncer dans la pâte.

Glisse la plaque au four pendant environ 10 à 15 mn, thermostat 7.

Lorsque les bords des cookies brunissent, c'est cuit !

Le temps qu'ils refroidissent, profite-en pour nettoyer ton plan de travail, faire la vaisselle et ranger les ingrédients. Comment ça, tu as la flemme ?



- ◆ Pour que tu puisses travailler le beurre sans peine sors-le une heure avant de cuisiner.
- ◆ Tu peux remplacer les noisettes par des noix, et même, mettre les deux. Essaie, c'est délicieux !
- ◆ De la même manière que tu peux doubler les proportions, tu peux aussi les diviser par deux en cas de pénurie de beurre, par exemple.



J'ai simplement ajouté des noisettes à cette délicieuse recettes de cookies publiée sur MarmilTon.



# Santé

Pour se protéger et protéger les autres :

Se laver régulièrement les mains

Tousser dans son coude

Utiliser un mouchoir à usage unique

Malade : portez un masque jetable



Des questions ? 0 800 130 000 (appel gratuit)

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

DES SUGGESTIONS, DES ENVIES, DES  
IDÉES ... CONTACTEZ NOUS :

**Mail :** [mqimmaculee@orange.fr](mailto:mqimmaculee@orange.fr)

**facebook :** <https://www.facebook.com/Maison-de-quartier-de-l-Immacul%C3%A9e-Beauregard-210629402448983/>