LE PETIT FOLLEREAU

Semaine du 30 mars 2020



LE MÉTIER DE LA SEMAINE

Masseur-Kinésithérapeute p 12

CUISINE

Les galettes Le Guily p 21

SPORT

Les courses les plus folles du monde p 16

HOROSCOPE

Ne ratez pas la prédiction de deux spécialistes en la matière qui ont savamment calculé la trajectoire des étoiles afin de vous éclairer au mieux !
p 18



EDITO



LIRE POUR S'EVADER

Ce nouvel edito est l'occasion pour nous de souligner l'objectif principal qui a conduit à la création du *Petit Follereau*. Se voulant à la fois ludique et pédagogique, ce journal a été créé afin de permettre à ses lecteurs de s'aérer l'esprit et de s'évader, par la lecture, durant cette période de confinement. A l'image du film d'animation *Là-haut*, nous espérons que *Le Petit Follereau* sera le ballon qui vous permettra, un temps, de vous envoler hors de chez vous en vous faisant visiter d'autres horizons. Horizons géographiques, à travers des petites anecdotes, horizons culturels, à travers des découvertes en la matière, mais également horizons sociaux, à travers des articles qui vous permettront de mieux connaître l'équipe pédagogique qui vous suit toute l'année et qui, bien qu'absente physiquement en cette période, reste malgré tout à vos côtés.

Anaïs Queva et Johann Chambost

Sommaire

La semaine de la presse victime du décalage horaire. p 4

Communication : Apprendre à convaincre son auditeur. p 5

Pour se distraire : playlist de Mme Nesme, Netflix. p 5

Géographie : Vrai ou Faux ? p 6

Communication : Apprendre à convaincre son auditeur. p 8

Lecture, Jeu de société. p 10

Le saviez-vous ? p 11

Le métier de la semaine : kinésithérapeute. p 12

Mieux connaître ses professeurs : le chassé-croisé entre Mme CHASSAGNE et M. CATALON. p 14

Sport : connaissez-vous ces courses folles ? p 16

Horoscope. p 18

Cuisine : les galettes Le Guily. p 21

Le défi de la semaine. p 22



La semaine de la presse victime du décalage horaire

La semaine dernière, c'était la semaine de la presse. Cependant, comme vos rédacteurs ne font jamais rien comme tout le monde (pour ne pas avouer qu'ils n'en avaient absolument aucune idée), nous vous proposons un petit article proposé par Mme Imbert, comme si de rien n'était ! A Raoul, la semaine de la presse, c'est toutes les semaines !



LA PRESSE EN FRANCE

Il existe près de 4 700 journaux en France ! Certains parlent d'actualité, d'autres de mode ou de nature. Certains sont pour les adultes, d'autres pour les enfants. Ainsi, en lisant des journaux avec des points de vue différents, on peut se faire sa propre opinion ce qui est très important en tant que citoyen. Mais dans certains pays, seuls les journaux qui ne critiquent pas le pouvoir sont autorisés En Erythrée par exemple, seuls les médias d'Etat sont autorisés à diffuser l'actualité. Toute information contre le gouvernement est sanctionnée. L'Érythrée a d'ailleurs le plus grand nombre de journalistes en prison de toute l'Afrique ! Avoir le choix entre plusieurs journaux, c'est signe que la liberté de la presse est respectée. Que chacun peut s'exprimer librement.

Comment l'information circule-t-elle dans le monde ? La presse circule notamment grâce aux agences de presse. Ce sont des entreprises qui ont des journalistes partout sur la planète. Leur rôle : vendre les informations aux médias.

DES PISTES POUR T'INFORMER :

"1 jour, 1 question" propose de répondre chaque jour à une question en une minute et trente secondes.
https://www.lumni.fr/marque/1-jour-1-question



Pour se distraire ...

Studio Ghibli sur Netflix



Ne vous fiez pas aux dessins enfantins, toutes les créations du Studio Ghibli ne sont pas destinées aux enfants, au contraire. Poétiques et enchanteurs, ces dessins animés sont adorés par un très large public.

Ne ratez pas certains dessins animés cultes tels que *Arrietty*, *Les contes de Terremer* ou encore *Le voyage de Chihiro* !

Playlist de Mme Nesme

Pour se mettre de bonne humeur : Sanseverino – *Mal Ô Mains*

Parce que j'ai enfin trouvé le temps de voir le film Rocketman : Elton John – *I'm Still Standing*

Un titre un peu « loose » mais très bien produit : Love Supreme – *Lonely Feelings*

Un peu de poésie : Thomas Fersen – *Un parapluie pour deux*

Pour les petits (et les grands aussi, si vous ne comprenez plus les crises !) : Aldebert – *On m'a volé mon nin-nin !*

Un petit voyage en Espagne ? : Albeniz - *Asturias*

Un classique de la soul à connaître : Aretha Franklin - *Respect*

Un bon vieux rap en hommage à Stevie Wonder : Coolio Gangsta - *Paradise*

Pour ceux qui aiment le mélange : Ibrahim Maalouf – *Maeva In Wonderland*

Si vous aimez le gros son (Bo du film Tron) : Daft Punk – *Derezzed*

Géographie

Vrai ou Faux ?

Les réponses sont sur la page suivante.

a- Il existe 8000 langues parlées dans le monde aujourd'hui.

b- Le Japon est un archipel qui comprend environ 1 000 îles.

c- La mer Méditerranée est bordée par plus de 20 pays riverains.

d- **Les plus hautes chutes du monde se trouvent aux Etats-Unis.**

e- Il y a environ 150 volcans actifs en Indonésie.

f- L'Afrique compte plus de 50 pays.

g- La Chine a 10 pays voisins.

h- En 1970, la population mondiale était la moitié de ce qu'elle est aujourd'hui.

i- Environ 90% de la Lybie est couverte de désert.



a- Faux. Il en existe 6 500. 2000 d'entre elles sont parlées par 1000 personnes.

b- Faux. 6 852 îles dont 430 habitées.

c- Vrai. 21 pays.

d- Faux. Elles se trouvent au Vénézuela : le saut de l'Ange, 918m.

e- Vrai. 20 % de tous les volcans actifs au monde.

f- Vrai. 54

g- Faux. 14 : Inde, Pakistan, Afghanistan, Tadjikistan, Kirghistan, Kazakhstan, Mongolie, Russie, Corée du Nord, Vietnam, Laos, Birmanie, Bouhtan, Nepal.

h- Vrai. 3,6 milliards de personnes contre 7,3 aujourd'hui.

i- **Vrai**. 17ème pays le plus grand du monde.



Communication : apprendre à convaincre son auditeur



Les problèmes de communication sont à l'origine de la très grande majorité des disputes. Nous vous proposons **trois clés pour entrer en contact avec les autres sans créer des tensions**.

Pour commencer, il est important de rappeler **la puissance des mots**. Vous pouvez, en une seule phrase, faire beaucoup de mal à quelqu'un et vous vous devez d'y faire attention. Nous sommes certains que, tous, vous avez déjà été blessés par une phrase qu'on vous a dite, alors que la personne ne s'en rendait absolument pas compte. Pensez-y quand vous vous adressez aux autres. Si un ami arrive au collège avec une nouvelle coiffure et que vous la trouvez ratée, évitez de dire « C'est trop moche ! ». Vous souriez, là ! Et il y a de quoi, la scène est amusante. Par contre, quand on se met à la place de celui qui a été maltraité par le coiffeur et qui avait déjà honte de venir au collège, c'est un peu moins amusant. **Il n'est pas question de mentir, de manquer de sincérité, simplement d'atténuer votre propos.** Vous pouvez ainsi lui dire « J'aime pas trop mais c'est pas grave non plus, ça va repousser ! ».

Veillez ensuite à **modérer vos paroles en employant le conditionnel.** Vos parents vous l'ont sûrement répété : « On ne dit pas « je veux », on dit « je voudrais ! » » Vous ne ferez pas la même impression sur votre interlocuteur en employant le conditionnel. Prenons un exemple. Vous avez prêté un cahier de cours à une amie depuis une semaine, elle ne vous l'a toujours pas rendu et vous commencez à être sérieusement embêté pour vos devoirs. Si vous allez voir votre amie et que vous lui dites « Ça va faire une semaine que je t'ai prêté mon cahier. Rends-le moi. » vous ne ferez pas du tout le même effet que si vous lui dites « Ça va faire une semaine que je t'ai prêté mon cahier. Tu pourrais me le rendre, s'il te plaît ? » Nous n'évoquons même pas encore **la simple formule de politesse « s'il te plaît » qui est le minimum**.

La communication ne se limite pas seulement à la formulation pure des phrases. Ce n'est pas une simple question de français, ne prenez pas peur ! C'est également, et surtout, **un acte social**. Afin d'éviter que vos réactions ne soient trop agressives, **il est nécessaire de les expliquer à votre interlocuteur**. Encore une fois, prenons un exemple. Cette fois-ci, l'exemple sera pris à l'envers, c'est-à-dire que nous vous mettons dans la peau de celui qui reçoit la phrase sans pour autant savoir ce qui se passe en face ! Vous envoyez un message à un ami pour discuter. Il vous répond : « J'ai pas le temps, là. » Avouez-le. Vous ne le prenez pas bien du tout. Qui le prendrait bien … ? Savez-vous pourquoi cet ami vous a répondu ça ? C'est parce que ses parents le pressaient de terminer ses devoirs pour pouvoir passer à table et qu'il venait se faire gronder à ce sujet. S'il vous avait simplement expliqué les circonstances, vous l'auriez mieux pris : « Je suis désolé, je n'ai pas le temps parce que je dois absolument finir mes devoirs avant 20h. On se reparle plus tard ! » La différence est énorme.

Pensez dorénavant à ces trois clés pour communiquer avec vos proches, vous verrez la différence très rapidement !



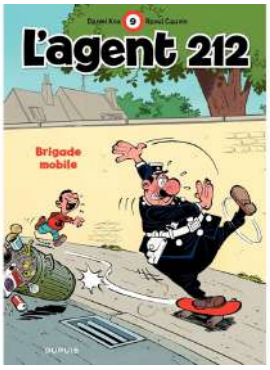
Lecture

Harry Potter, J.K. Rowling

Il est fort probable que vous connaissez tous les aventures du jeune sorcier Harry Potter ... Mais avez-vous lu les livres ? Ces chefs d'œuvres écrits par Rowling sont à lire sans modération, y compris pour ceux qui "n'aiment pas" lire. Personnages attachants, univers exceptionnel, un suspense insoutenable, des rebondissements, des amitiés, de l'amour, de la magie : tous les ingrédients sont réunis pour que vous ne puissiez pas fermer le livre ! Pour ceux qui ont vu les films sachez que les livres sont largement mieux !
Pour l'anecdote, Joanne Rowling est un modèle de réussite et un exemple. Aujourd'hui multimilliardaire, elle était au chômage, ruinée, élevant un enfant dans un tout petit appartement quand elle a commencé à écrire Harry Potter... Vous connaissez la suite !

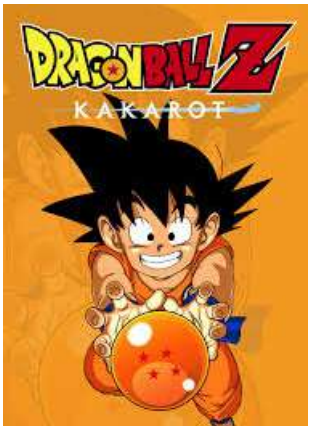
Bande dessinée : L'agent 212

Pour ceux qui ont du mal à s'attaquer à un gros livre, rien de mieux qu'une bonne BD pour lire malgré tout !
Nous vous proposons cette semaine de suivre les (més)aventures de l'agent 212, un policier très sympathique mais extrêmement malchanceux à qui tout arrive ... Cette BD comique vous fera passer un très bon moment à n'en pas douter !



Manga : Dragon Ball

Son Goku, un jeune garçon doté d'une force exceptionnelle, fait la rencontre de Bulma. Elle est à la recherche des sept boules de cristal légendaires appelées Dragon Balls. Dispersées sur la Terre, ces Dragon Balls, une fois réunies, font apparaître Shenron le Dragon sacré qui exauce le souhait de la personne l'ayant invoqué. Au cours de cette quête, Sangoku va travailler avec courage les arts martiaux, croisant autant d'alliés que d'ennemis sur sa route.





Jeu de société

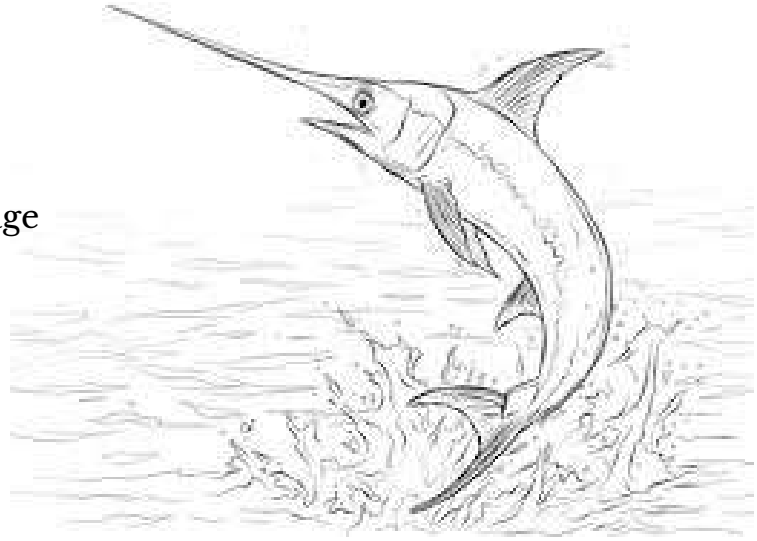
De 2 à 6 joueurs, jouez aux cartes avec Level 8 ! Montez les 8 niveaux le plus rapidement possible en réalisant des combinaisons de cartes avant vos adversaires. Poussez des portes dans le collège entre midi et deux et vous trouverez peut-être M. Chambost et Mme Queva en train de jouer à ce jeu, comme si leur vie en dépendait. Elle, prétend le battre systématiquement, lui, prétend gagner tout autant qu'elle ... Personne, à part eux (et encore), ne connaît la vérité à ce sujet !

Le saviez-vous ?

Au moyen-âge, on instruisait des procès contre les animaux. Un tribunal épiscopal, nommé l'officialité, prenait en charge ces dossiers dans lesquels des animaux avaient causé préjudice à des humains. On attribuait à l'espèce animale en question un avocat qui formulait une plaidoirie pour leur défense.



Un **espadon** bébé mesure environ 4 mm. A l'âge adulte, il mesure jusqu'à 4,5 mètres !





L'américain Dennis M. Hope est propriétaire de la Lune, Mars, Vénus, Mercure et Io.
Il vit de son business, la revente de parcelles, depuis 1995. Cet ancien ventriloque s'est un jour demandé à qui appartenait la Lune. Après quelques petites recherches, il tomba sur un traité des Nations Unies qui disposait que les corps célestes ne pouvaient pas être annexés par des Etats. Mais rien empêchait un citoyen de le faire. Il a donc écrit une petite lettre à l'ONU pour s'approprier le tout. Depuis il se fait un pactole en vendant des parcelles de Lune, de Vénus ou de Pluton. Bonne idée, non ?

Le métier de la semaine : Masseur-Kinésithérapeute

Interview de Gaëtan



Quelles sont les différentes composantes du métier ?

En kinésithérapie nous faisons principalement de la rééducation, que ce soit suite à une fracture, une prothèse, une entorse, une luxation, des ligaments croisés … Nous avons également des patients qui sortent de problèmes de santé importants comme un AVC, des troubles respiratoires ou encore ceux qui ont Parkinson. Suivant la pathologie, la rééducation est différente. Spécialisé dans le sport, j'ai principalement des patients atteints de blessures ligamentaires, osseuses et musculaires. Pour ces blessures, on va pratiquer dans un premier temps des massages pour faire désenfler ou pour améliorer la circulation du sang, ensuite on va remettre le muscle en activité par des étirements et de la mobilisation articulaire pour enfin enchaîner par de la réathlétisation.

Quels sont les avantages du métier ?

C'est un métier où l'on est au contact des gens. Les gens arrivent avec une pathologie qu'on va essayer de soigner le mieux possible pour que chacun puisse atteindre ses objectifs. Soigner des patients, c'est aussi une vocation. Travailler en libéral permet de choisir ses horaires, de construire son planning et de choisir sa façon de travailler. Si le kinésithérapeute travaille à l'hôpital, il a l'avantage de travailler en équipe avec d'autres corps médicaux.

Quels sont les inconvénients du métier ?

En libéral, la demande est très forte et il ne faut pas compter ses heures ! Il y a également beaucoup d'administratif à gérer.

Quelles sont les spécialisations possibles ?

Il en existe de nombreuses ! De manière générale on peut se spécialiser dans tous les domaines de la médecine : le sport, la neurologie, la pédiatrie… Pour faire ostéopathe il faut cependant faire une école d'ostéopathe pour kinésithérapeutes et cela rajoute quelques années de formation.

Quelles études faut-il faire ?

Il faut passer la première année de médecine et ensuite faire 4 années d'école de kinésithérapie.



Mieux connaître ses professeurs

Chassé croisé entre Mme Chassagne (A.C.) et M. Catalon (B.C.)

Tu es enseignant depuis combien d'années ?
A.C. : J'enseigne depuis 11 ans.
B. C. : Petit exercice de maths très facile : j'enseigne depuis le double d'années par rapport à Mme Chassagne.

Avant d'être enseignant, as-tu exercé d'autres métiers ? Si oui, lesquels ?
A.C. : Hôtesse d'accueil au SAV Auchan, assistante dentaire, développeur informatique. Avant de travailler dans l'informatique, j'ai aussi passé un concours pour rentrer dans l'armée de terre, mais j'ai été recalée : à l'épreuve du « grimper de corde », je n'ai pas décollé du sol !
B. C. : Juste avant j'ai fait mon service militaire, dans la Marine Nationale. Pendant dix mois je n'ai jamais mis les pieds sur un bateau ! Sinon, j'ai fait plein de petits jobs : les vendanges, serveur, j'ai travaillé chez un paysagiste et dans les travaux publics, j'ai également travaillé dans une usine de charcuterie.

Quel genre d'élève étais-tu quand tu étais à l'école ?
A.C. : J'étais une élève plutôt sérieuse, mais j'ai quand même eu ma période « rebelle » au cours de l'année de seconde.
B. C. : Bon élève aussi. Timide et réservé. J'avais horreur de faire des exposés devant la classe. Si à cette époque on m'avait dit que je deviendrais enseignant, je ne l'aurais jamais cru. Ma période rebelle à moi c'était en 3ème.

Quel livre amènerais-tu avec toi sur une île déserte?
A.C. : Question difficile ! D'une manière générale, j'aime lire les thrillers. J'amènerais peut-être Millenium de Stieg Larson.
B. C. : Très difficile comme question ! J'aime aussi les romans policiers. Je pense que j'amènerais avec moi l'intégralité des Maigret de Georges Simenon.



Quelle est ta passion en dehors de l'école :
A.C. : J'aime lire et les activités en extérieur, proche de la nature : randonnées, vélo, ski ... J'adore la montagne, que ce soit en été ou en hiver.
B. C. : Contrairement à Mme Chassagne, je n'aime pas du tout la montagne, surtout la neige, le froid et le ski. J'aime lire et jardiner. Et puis surtout sillonner les routes de France et d'Europe en camping-car.

Quel est ton sport favori ?

A.C. : La course à pied ; c'est un sport facile à pratiquer, quel que soit le lieu ou le moment.

B. C. : La course à pied aussi … mais il y a très longtemps ! Durant mes années collège et lycée, je me débrouillais bien en fond et demi-fond. J'ai même fait plusieurs semi-marathons. Maintenant, le sport c'est devant la télé ou au stade. J'aime le football et je supporte bien sûr l'ASSE (désolé pour les lecteurs lyonnais). Je regarde tous les matchs, je vais souvent à Geoffroy Guichard avec mes deux garçons et c'est le meilleur public de France. Au passage, je remercie M.Chambost qui m'offre parfois des places.

Quel a été ton plus beau voyage ?

A.C. : C'est le voyage au Sri Lanka. On est partis avec mon mari et mes enfants en sac à dos ce qui nous a permis de vivre des moments forts, proche des gens dans un pays où la culture est très différente de la nôtre.

B. C. : En 2003 je suis parti au Kenya avec toute ma famille. Nous avons passé plusieurs jours à faire des safaris et à voir les animaux sauvages en liberté, des lions, des rhinocéros, des zèbres, des girafes, des éléphants …

Tu écoutes quoi comme musique ?

A.C. : J'aime bien la musique pop rock.

B. C. : J'écoute peu de musique. Mais j'ai un faible pour le reggae.

As-tu un petit secret ou une petite anecdote à nous raconter sur ton/ta collègue?

A.C. : Il peut être dangereux de danser sur « On fait tourner les serviettes », on peut se faire une rupture du tendon d'Achille ; c'est ce qui est arrivé à Bruno lors d'un anniversaire !

B. C. : Pendant le temps de midi, nous mangeons tous en salle des profs. Armelle mange peu. On rigole parfois en comparant nos Tupperware : le mien est trois fois plus gros que le sien !

Qu'est-ce qui te manque le plus pendant ce confinement : la salle des profs ou la salle de classe ?

A.C. : La salle de classe bien sûr par rapport au manque d'interaction avec les élèves. La salle des profs me manque aussi avec les moments de détente, de rires, d'échanges avec les collègues.

B. C. : La salle de classe aussi. Nous faisons tous ce métier pour aider les élèves, et ils nous manquent tous. Les cours en ligne sont utiles mais nous nous rendons tous compte que cela ne remplacera jamais les relations humaines.

Quel est le plat que tu cuisines le mieux ?

A.C. : J'aime cuisiner, mais simplement. J'apprécie de faire par exemple du poisson en papillote accompagné de petits légumes, ou un crumble pommes/framboises en dessert.

B C. : J'ai honte !!! Je ne cuisine pas ! Alors, parfois, je me rattrape sur les barbecues. C'est plus facile.

Sport

Connaissez-vous ces courses folles ?

La Color Run



Créée aux Etats-Unis il y a moins de quatre ans, la Color Run a désormais investi plus de 30 pays. Aussi appelée le « 5km le plus joyeux de la planète », la Color Run est une course de 5km au cours de laquelle des milliers de participants sont plongés chaque kilomètre dans différentes couleurs, à l'aide d'une poudre colorée. A l'arrivée, le parcours se transforme en un « Color Festival ».

La Diagonale des fous

Cette course folle qui porte bien son nom est organisée sur l'île de la Réunion dans l'océan indien. Organisée au mois d'octobre, cet ultra Trail est un des plus difficiles au monde.

Lors de cette traversée de l'île, 2 200 concurrents vont courir plus de 160 kilomètres avec un dénivelé positif supérieur à 9000m. Les meilleurs coureurs verront l'arrivée environ 22 heures après le départ. Le temps limite pour finir le parcours est de 66 heures de courses.
Distance, altitude et température... La difficulté de l'épreuve impacte le nombre d'abandons qui se situe en moyenne entre 40% et 50% chaque année depuis 10 éditions. Pour information, quand il s'agit d'un marathon (42,195 km), le taux d'abandon est en moyenne de "seulement" 5%.



La Zombie Race



La « Zombie Race » est une course à obstacles de 5 ou 15km. Les participants sont poursuivis par des « zombies » (des figurants payés par l'organisation). Chaque coureur possède au départ trois drapeaux accrochés autour de la taille. S'il parvient jusqu'à l'arrivée avec au moins un de ces drapeaux, il reçoit une médaille sur laquelle est inscrit « I Survived ». Les organisateurs des Zombies Races affirment que seuls 30% des concurrents « survivent ».

The Mud Day : la course à obstacles

The Mud Day est la série de course à obstacles qui rassemble le plus grand nombre de participants en France. Tournés vers le dépassement de soi et la boue, ses tracés proposent 23 obstacles disposés le long d'un parcours de 13 kilomètres.
Depuis 2016, The Mud Day détient le record du monde de participants sur une course à obstacles : 25 000 personnes s'étaient alors lancées dans la Mud Run parisienne.



Les obstacles sont principalement tournés vers la boue. L'esprit d'équipe et la solidarité sont mis en avant pour venir à bout de l'épreuve et de ses obstacles : le bac à glaçons avec son eau gelée, des murs de plus de 2 mètres, des plans très inclinés, des énormes pneus à tracter, des énigmes à résoudre, des poutres à franchir, de longues échelles horizontales à traverser etc.
The Mud Day est une course loisir : aucun obstacle n'est obligatoire pour terminer la course.





Horoscope

Bélier : Votre tendance à tenir tête à tout le monde va finir par vous jouer des tours … Continuez comme ça et vous finirez en retenue avec Jean-Luc.
Amour : Ça ne va pas fort en ce moment … Discutez-en avec M. Catalon au détour d'un débat philosophique, c'est un expert !
Santé : Si Mme Ouillon vous propose une tisane, ne réfléchissez pas : refusez.
Travail : Mme Petitjean vous en veut secrètement.





Taureau : Il faut réfléchir avant d'agir ! A force de foncer tête baissée sans mesurer les conséquences, vous risquez de le regretter sévèrement.
Amour : Des problèmes de cœur ? Allez en parler à Mme Ridez. Elle ne vous écoutera pas, mais elle fera très bien semblant !
Santé : Si vous avez quelques maux de gorge : prononcez quelques mots d'allemand. Mme Dilani dit que ça marche à tous les coups !
Travail : Séchez le prochain cours de sport. On nous dit dans l'oreillette que M. Robert a prévu de vous faire faire dix pompes pour vous punir.

Gémeaux : Cette semaine, vos relations amicales sont au beau fixe ! Le confinement vous réussit ! Continuez ainsi, vos amis vous le rendront.
Amour : Vous n'avez pas assez confiance en vous. Allez voir M Faurie, il vous préparera un filtre d'amour qui marche à tous les coups !
Santé : Si vous avez envoyé le ballon de foot chez le voisin , ne vous trompez-pas, allez voir Laëtitia !
Travail : Vous avez bien raison d'opiner quand vous ne comprenez pas lorsque Mme Ladavière parle. On ne comprend pas non plus.





Cancer : Vous avez bien besoin de vous aérer … dommage, vous ne pouvez actuellement pas.
Amour : Cessez d'y penser et changez-vous les idées en sort... ah, non. Toujours pas.
Santé : Envie de sensations fortes ? Allez dire à Mme Le Guily que le Mont St Michel est Normand. Ensuite ? Courez.
Travail : Méfiez-vous des sourires de M. Chambost. Ils sont uniquement de façade.



Lion : Arrêtez de vous regarder dans le moindre reflet ! Ça ne sert à rien, personne ne vous voit, en ce moment … Concentrez-vous plutôt sur vos études, il paraît que la beauté est intérieure !

Amour : peu importe, vous êtes confiné.
Santé : Ne faites pas comme Mme Archer : dormez la nuit.
Travail : La légende dit qu'il y a toujours au moins un élève par an qui pleure face à M. Rodriguez. Vous êtes le prochain.

Vierge : Plus personne ne vous croit lorsque vous faites l'innocent. Assumez vos bêtises ! En parlant de bêtises, vous allez en faire une grosse cette semaine …



Amour : Tout vous réussit, vous êtes un(e) expert(e) en séduction !
Santé : Vous êtes en pleine forme, pensez à faire la séance de sport envoyée par Mme Pacoret !
Travail : Mme Pellet tient un carnet avec les pires fautes d'orthographe qu'elle croise. Elle en a réservé un entier pour vous.



Balance : Votre camarade de classe préféré vous manque ? Allons, au bout de deux jours au collège, vous ne le supporterez déjà plus !
Santé : Non, se battre avec ses frères et sœurs ne doit pas être la séance de sport quotidienne.
Amour : Vous aimez vos parents, même quand ceux-ci n'arrivent pas à résoudre le problème de maths bien trop compliqué donné par Mme Chassagne !
Travail : Évitez de vous faire convoquer dans le bureau de M. Hugueville. Vous risqueriez d'en ressortir non seulement avec un avertissement mais, pire, avec les cheveux bleus.

Scorpion : L'un de vos amis n'est pas sincère avec vous. On vous laisse chercher de qui il s'agit. En attendant, méfiez-vous de tous et ne parlez à personne, c'est bon pour la santé mentale, foi de professeurs responsables.



Amour : Vous ne trouvez pas le chemin de l'amour ? Demandez à Mme Grange des cours de géographie.
Santé : Non, une partie de Fortnite ne compte pas pour du sport.
Travail : Songez à participer un peu avec Mme France. A force de se sentir seule en cours elle va finir par parler toute seule en salle des profs !



Sagittaire : Vous vous plaignez du confinement alors que vous passez vos journées enfermé quand vous n'êtes pas obligé de rester chez vous !
Santé : Arrêtez d'aller voir Rachel quand vous avez mal au ventre, elle n'est pas infirmière et souhaite secrètement se débarrasser de vous.
Amour : Vous allez bientôt recevoir un message surprenant !
Travail : Bien sûr que Madame Queva note trop sévèrement. Pensez à lui amener une boite de chocolats pour son anniversaire afin d'assurer vos résultats pour l'année, elle est corruptible.

Capricorne : Contrarier votre frère ou votre sœur n'est pas une bonne idée en temps de confinement... il/elle sait où vous trouver !
Santé : vous travaillez trop sérieusement, pensez à vous aérer !
Amour : L'amour a ses raisons que l'élève de collège ignore. Vous ne comprenez pas ? Demandez à Elysabeth, elle adore la litterature.
Travail : Soyez prudent pour le prochain cours de SVT, Madame Paillas n'a plus d'animaux à disséquer et cherche de nouveaux cobayes ...





Verseau : Votre bulletin de notes du 3ème trimestre s'annonce grandiose, il est temps de demander une faveur à vos parents ...
Santé : Vous devriez lire davantage ... Notre petit doigt nous dit que Mme Imbert ne vous a pas beaucoup vu au CDI, cette année !
Amour : Quelqu'un vous aime en secret. Vous ne voyez pas de qui il peut bien s'agir ? Nous non plus.
Travail : Chanter sous la douche ne vous rapportera pas forcément de bonnes notes avec Mme Nesme... En revanche, cela devient pesant pour votre famille !

Poisson : Votre mémoire vous fait défaut mais qu'importe, les contrôles sont annulés par le coronavirus !
Santé : Non, manger 5 petits pois ne permet pas de cocher la case "manger 5 fruits et légumes par jour" ...
Amour : Vous n'êtes pas assez romantique. Mme Martellino et Mme Jacoud vous conseillent d'utiliser une autre langue pour dire "je t'aime"
Travail : Préparez-vous psychologiquement. Mme Berthet a prévu une activité artistique qui vous marquera à jamais ...



Les galettes Le Guily

Hello I'm Caroline Le Guily, I'm going to give you a secret recipe that will help you make very good "galettes". As Grandma Le Guily would say, you only need some flour and some water, neither too little nor too much. But Grandma's recipe was really imprecise, so here is the best way to cook "galettes".



250**g** of *buckwheat flour*
2 eggs
¾ L of water
A little bit of *sunflower oil*

Put your buckwheat flour in a large bowl. Make a small hole in the middle. Add one egg and mix the *batter* as much as possible, then add the second egg and *stir* again.
Now you can add ½ L of water and stir the batter until it's *lump-free*. Then *carefully* add the rest of the water.
Finally, take a *flat pan*, *rub* some oil on it. Wait until the pan is hot and *pour* a little bit of your batter. When the *edges* of the galette start to *detach themselves* from the pan, it's time to *flip* your galette. Heat the second side one minute or two and "voilà" !
You can put *grated* cheese, ham, eggs, potatoes, butter and or sausages on your galette. Enjoy !

Neither too little nor too much : ni trop, ni trop peu
Buckwheat : sarrasin
Flour : farine
Sunflower : tournesol
Oil : huile
Batter : pâte
Stir : mélanger
Lump-free : sans grumeaux

Flat pan : poêle plate
Rub : frotter
Pour : verser
Edges : bords
Detach themselves : se décollent, se détachent
Flip : retourner
Grated : râpé

Défi de la semaine

Cette semaine, nous vous proposons un défi photo. Montrez-nous, en photo(s), comment vous vivez votre confinement : travail, jeux, activités diverses... soyez créatifs ! Cette fois, il ne s'agit pas d'un concours, nous essaierons de mettre le plus de photos possible dans le prochain numéro !



Nous remercions tous les participants du concours de photos sur le thème "Les bonheurs simples".

La gagnante du 2ème concours est : Maëlle Hodoul (5A)

Voici sa photo :



” Il y a deux façons de penser. L’une est de croire que les miracles n’existent pas, l’autre est de croire que chaque chose est un miracle.”

Albert Einstein