



Le mot de la Vie Sco'

n°3

Nous espérons que vous profitez pleinement de vos vacances.

Parfois, vous ne savez pas comment vous occuper ? **La vie Sco' a toujours des idées !**

PRENDRE SOIN DES AUTRES ...



Recette de **Pancakes** (pour 6 personnes)

3 œufs / 375g de farine / 75 g de beurre / 60 cl de lait / 1 sachet de sucre vanillé / 110 g de sucre / 4,5 cuillères à café de levure / 1 pincée de sel.

Tamisez la farine et la levure dans un saladier. Ajoutez le sucre, le sucre vanillé et le sel.

Créez un puit et ajoutez les œufs. Mélangez la pâte et rajoutez progressivement le lait jusqu'à l'obtention d'une pâte bien lisse.

Dans une poêle beurrée bien chaude, versez une demi-louche de préparation pour faire de pancakes de taille moyenne et laissez cuire 2 à 3 min le temps que des bulles fassent surface. Retournez et faites cuire 2 min sur l'autre face.

Conseil de la vie sco' : c'est encore meilleur servi avec du sirop d'érable !

PRENDRE SOIN DE SOI ...

Savez-vous que la médiation peut aider à gérer le stress et l'anxiété ? Cette semaine, nous vous invitons à prendre du temps pour vous et vous exercer à la méditation. Cela ne prend que 10 min maximum par séance. Il suffit de vous placer dans un endroit calme et d'écouter l'histoire.

Retrouvez les histoires sur l'application gratuite « petit bambou » ou bien sur leur chaîne Youtube :

<https://www.youtube.com/watch?v=9E0peXFUC60&list=PL8y4xkZFMdhsnipVQK0LccjGMaXGxn6Qr>

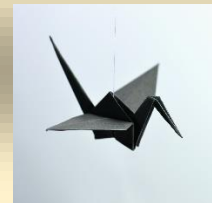


La sélection du Film de la Vie Sco' :

- **Sur le chemin de l'école** (de Pascal Plisson) : Suivez le destin de quatre enfants issus de quatre pays défavorisés dans le monde et leurs difficultés pour se rendre à l'école.
- **Retour vers le futur** (de Robert Zemeckis) : Un jeune homme voyage dans le temps grâce à l'invention de son ami scientifique. Il retourne à l'époque de ses parents mais les soucis commencent lorsqu'il déforme le passé.

CRÉER ...

Réalisez de belles créations en Origami (Art traditionnel japonais du papier plié). Il vous suffit juste d'un morceau de papier et d'un peu de savoir-faire.



Fleurs, animaux, boîtes, avions et bien d'autres choses...
Le site internet : <https://tuto-origami.fr/> vous permet d'apprendre, pas à pas, à réaliser ces œuvres. Il y a surtout trois niveaux de difficultés pour vous perfectionner. A vos créations !
Justement notre bureau de vie sco' manque de déco ;)

DÉVELOPPER SA CULTURE ...

- La Bibliothèque Nationale de France vous propose de découvrir la « Fantasy » qui est, à l'origine, un genre littéraire où le surnaturel intervient dans des mondes imaginaires. Vous pouvez, maintenant, retrouver la « fantasy » dans le cinéma (le seigneur des anneaux), les livres, les jeux vidéo. La BNF vous explique tout cela à travers un jeu vidéo interactif <https://fantasy.bnf.fr/>
Sans oublier les fiches explicatives pour bien comprendre l'univers fantasy !
- La rubrique 1 jour 1 question : <https://www.lumni.fr/marque/1-jour-1-question>
En deux minutes et sous forme animée, voici la réponse ludique à des questions que vous vous posez peut-être.
Faites un tour sur la section collège du site, classée par niveau, elle peut, peut-être, vous aider ou consolider certaines matières !

RÉFLÉCHIR EN FAMILLE ...

Enigme : Un mois comme les autres
Le mois prochain ne sera pas mars, le mois dernier n'était pas août et dans trois mois ce ne sera pas novembre.
Il y a deux mois, ce n'était pas février, le mois dernier n'était pas novembre et dans cinq mois, ce ne sera pas juin.
Le mois prochain, ne sera pas juillet, il y a deux mois ce n'était pas mars et dans trois mois ce ne sera pas janvier.
Il y a huit mois, ce n'était pas mars et le prochain mois ne sera pas avril.

Quel mois sommes-nous ?

Source : <https://enigmatik.epikurie.com/>

LA CITATION DE LA SEMAINE :

« J'ai décidé d'être heureux, parce que c'est bon pour la santé ». VOLTAIRE

Coronavirus : il existe des gestes simples pour vous protéger et protéger votre entourage



Se laver les mains très régulièrement



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Utiliser des mouchoirs à usage unique



Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

Le 10/04/2020