



Le mot de la Vie Sco'

n°5

Allez, on ne se laisse pas abattre et on maintient le cap. Vous, avec vos cours et devoirs à distance et nous avec nos idées pour vous distraire.

Nous vous souhaitons du courage et surtout un bon week-end !

PRENDRE SOIN DES AUTRES ...

Les beaux jours et la chaleur arrivent, nous avons bien besoin de nous rafraîchir !

Par ici, les trois recettes simples de boissons de l'été :



Le Gazpacho (pour 4 pers) : 1 kg de tomates / 1 poivron vert / 1 morceau de concombre / 100g d'oignon / 1 petite gousse d'ail / 3 c à soupe d'huile d'olive / 1 c à soupe de vinaigre / 1 c à café de sel.

Dans un mixeur, mettre les tomates coupées en quartier. Enlever les graines du poivron et couper le en 4 avant de le rajouter aux tomates. Rajouter le concombre épluché ainsi que l'ail et l'oignon.

Mixer jusqu'à obtenir un mélange onctueux sans morceaux.

Rajouter le sel, l'huile et le vinaigre et mixer à nouveau.



La limonade maison : 6 citrons / 250ml de sucre / 250 ml d'eau / 1 Litre d'eau gazeuse bien fraîche / 4 tiges de menthe / 1 citron coupé en rondelles.

Rincer les citrons et à l'aide d'une râpe, prélever le zeste de 3 citrons. Déposer le zeste dans une casserole avec le sucre et l'eau pour en faire un sirop. Porter à ébullition puis laisser mijoter à feu doux pendant 3 min et retirer du feu.

Presser 5 à 6 citrons et incorporer le jus au sirop. Une fois le mélange tiédi, le placer au réfrigérateur pendant 2h.

Au moment de servir, filtrer le mélange au-dessus d'un pichet et ajouter l'eau gazeuse, la menthe et les rondelles de citron.



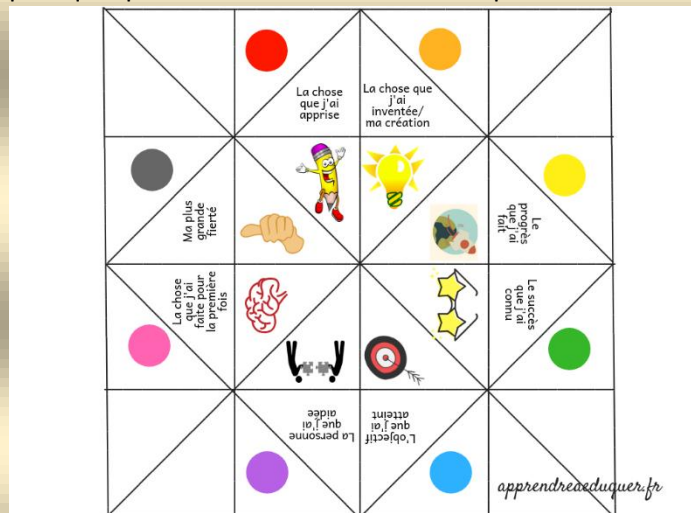
Le thé glacé : 2 sachets de thé (agrumes, fruit rouges ou autres) / un sachet de thé vert / 1 citron / 2 c à soupe de sucre / de la menthe

Faire bouillir 1 litre d'eau et ajouter les sachets de thé. Laisser infuser maximum 15 min. Pendant que l'eau est encore chaude, ajouter le sucre, la peau du citron coupée en gros copeaux et le citron coupé en 4.

Une fois refroidi, mettre au réfrigérateur pendant au moins 6h. Avant de servir, ajouter quelques feuilles de menthes.

PRENDRE SOIN DE SOI ...

Apprenez à vous découvrir pendant cette période, et pourquoi pas se redécouvrir de manière positive.



A chaque question tirée, répondez de manière honnête et prenez conscience que vous avez de nombreuses ressources en vous dont vous pouvez être fiers ! (Le modèle de la cocotte est également en pièce jointe)



La sélection du Film de la Vie Sco' :

- **Qui veut la peau de Roger Rabbit (de Robert Zemeckis)** un film comique qui mêle le dessin animé et le monde réel, star des cartoons et personnages réels. Roger Rabbit, lapin star des dessins animés, se retrouve mêlé à une sombre affaire et demande l'aide d'un détective privé pour le sortir de l'impasse. Le détective privé qui hait les personnages de cartoons se retrouve bien obligé d'aider le lapin...
- **Demain (de Mélanie Laurent)** : un film documentaire écologique où les réalisateurs partent à la rencontre des populations dans le monde et nous présentent 10 initiatives face aux défis de l'environnement dans notre société.

CRÉER ...

Fabriquez **votre jeu de Memory.**



Il vous faut : **du carton ou papier épais, de gros ciseaux, de la colle, une règle, et 10 images en double exemplaire** (photos, dessins que vous aurez faits, images dans magazines ou catalogues, l'important est d'avoir à chaque fois une paire)

Tracer sur le carton des 20 carrés de même taille (6 cm x 6 cm) avec une règle et les découper. Vous pouvez peindre un côté du carton pour faire le dos des cartes, mais elles doivent toutes se ressembler pour ne pas donner d'indice aux joueurs !

Sur l'autre face des cartes, coller les motifs et bien laisser sécher.

Rappel des règles : le but est de retrouver les paires d'images en ne retournant que 2 cartes à la fois. Le joueur qui a trouvé le plus de paires à gagner !

A vous de jouer !

DÉVELOPPER SA CULTURE ...

- Explorez une **tombe égyptienne vieille de 3000 ans**. Le ministère du Tourisme et de Monuments égyptien offre une visite virtuelle gratuite et en 3D du **tombeau de Ramsès VI**, situé près de Louxor en Egypte. Plongez dans les mystères de l'Égypte ancienne : <https://my.matterport.com/show/?m=NeiMEZa9d93&mIs=1>
- **Le petit Louvre**, vous propose 5 contes animés pour découvrir les anecdotes derrière des œuvres emblématiques du musée du Louvre. <https://petitlouvre.louvre.fr/contes/c/0>

Une façon ludique d'en apprendre un peu plus sur l'histoire de l'art !

RÉFLÉCHIR EN FAMILLE ...

DEVINETTE



Combien y a-t-il de fille dans la salle..?

Suite logique

Quelle heure dois-tu écrire sur la dernière pendule pour que cette suite soit logique ?



160



FACILE

137



DIFFICILE

LA CITATION DE LA SEMAINE :

« Le bonheur n'est pas toujours dans un ciel éternellement bleu, mais dans les choses les plus simples de la vie. »

Confucius

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 22/04/2020