

LA GAZETTE

3

D'ALICE GUY

DU 11 MAI
AU 18 MAI
2020



L'EQUIPE VIE SCOLAIRE VOUS PRESENTE LA GAZETTE ALICE GUY !

AVANT-PROPOS

L'équipe de Vie Scolaire vous propose un journal pendant cette période de crise sanitaire pour rester en lien et vous accompagner au quotidien.

Nous souhaitons au maximum que cette gazette soit interactive, alors n'hésitez pas, communiquez avec nous sur votre quotidien, envoyez nous des photos de vos recettes et autres réalisations que vous aurez testé!

Soyez créatif et prenez soin de vous!

SOMMAIRE

- 2 DOSSIER SPECIAL
« Les gestes barrières expliqués »;
Pour une reprise sans prise de tête !
- 8 RUBRIQUE ARTISTIQUE
« Le Street Art »;
Une rue, un mur, de la créativité
- RUBRIQUE BEAUTÉ
- 12 Tuto beauté : dix minutes pour prendre soin de sa peau.
- RUBRIQUE CUISINE
- 13 Recette gourmande : le cake miel, amandes et lait ribot.
- RUBRIQUE BIEN-ETRE
- 15 « #revient en forme »; Bonjour aux oiseaux de nuit et aux marmottes.
- 17 RUBRIQUE COUPS DE COEUR
Les coups de coeur de la semaine.
- 21 RUBRIQUE JEUX
Je me lance dans la peinture au numéro et je fabrique mon jeu de société.

DOSSIER SPECIAL CORONAVIRUS

Les 6 gestes pour me protéger et protéger les autres

1 Je me lave les mains: en rentrant chez moi, avant et après chaque repas. Et quand je vais à l'école, en arrivant et à chaque récréation.



● Je verse du savon sur mes mains mouillées et je frotte les paumes, le dessus des mains et les poignets pendant plusieurs secondes.



● Je frotte bien entre les doigts en entrelaçant mes mains.



● Je frotte chaque doigt en tournant ma main autour.



● Je nettoie mes ongles en les frottant contre ma paume.



● Après avoir rincé mes mains, je les essuie avec un essuie-mains jetable ou je les laisse bien sécher à l'air libre.

2

J'évite de me toucher les yeux, le nez et la bouche.

Facile à dire, mais c'est difficile de se retenir, car c'est un réflexe: en moyenne, on se touche le visage 3000 fois par jour!



3

Je tousse et j'éternue en me couvrant la bouche avec le pli de mon coude.

Sinon, les microbes que j'expulse en toussant ou en éternuant restent sur ma main, et je dépose des microbes partout!



4

Je n'échange pas des objets

comme les stylos, les verres, les gourdes, les couverts, les téléphones, les manettes de console... Moi ou quelqu'un d'autre les a touchés, donc ils ne sont pas propres.



5

J'évite les contacts

Pas de bise ou de poignée de main. On peut se dire « Salut! » en parlant, c'est sympa aussi! Et attention aux personnes âgées, très vulnérables.



6

J'utilise des mouchoirs en papier

et je les jette immédiatement après utilisation. Je ne les garde pas dans ma poche! Je me lave les mains après m'être mouché.



Cliquez!

Les gestes barrières expliqués

POUR UNE
REPRISE
SANS PRISE
DE TETE !

Par
Flora

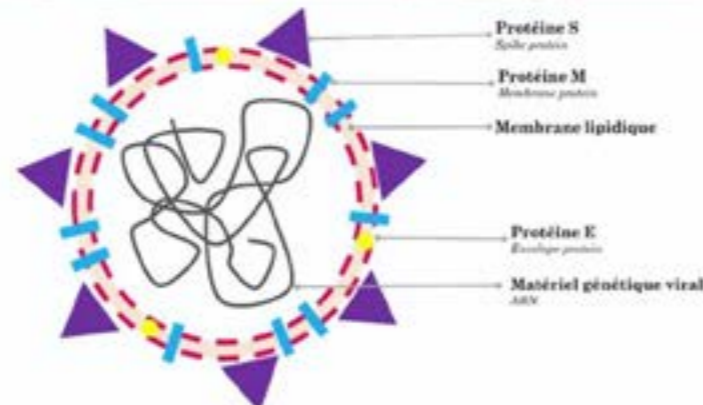
1 - Se laver les mains

Oui, mais à quoi ça sert et pourquoi c'est efficace?

«Lavez-vous les mains !», tous le monde a entendu cette phrase des milliers de fois depuis le début de la crise sanitaire. Pour saisir son importance, il faut peut-être d'abord comprendre pourquoi le savon est l'ennemi n°1 du coronavirus, et donc notre meilleur allié.

Pour cela, essayons de connaître notre ennemi invisible en regardant tout d'abord la structure de ce virus. Son matériel génétique est enfermé en son coeur et il est protégé par une membrane lipidique, c'est à dire composée de gras, elle-même hérissée de protéines en pointe.

Ces dernières permettent au SARS CoV-2, ou de son petit nom Covid-19, de pénétrer à l'intérieur de notre organisme en agissant comme des clés qui ouvrent les portes de nos cellules.



Légende : Schéma d'un virus avec ses principales composantes chimiques : à l'intérieur, il y a le matériel génétique du virus. Il est enveloppé dans une membrane lipidique (grasse), composée de différentes protéines. © Lise Abiven/ DR

Comment le savon détruit-il les virus ?

Partie hydrophobe
Forte affinité avec la
membrane lipidique du virus



Partie hydrophile
Forte affinité avec l'eau

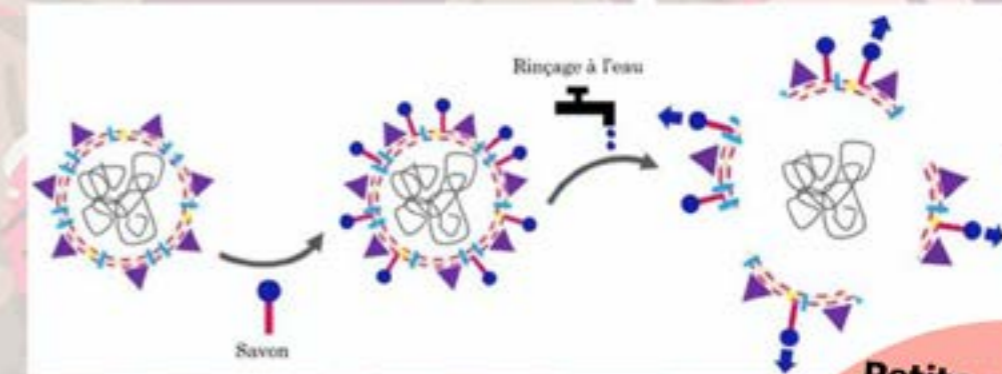
Tensioactif : une partie qui aime l'eau et les composés aqueux ; une partie qui aime le gras et les composés gras. © Lise Abiven / DR

Ce que le coronavirus n'aime pas du tout dans le savon, ce sont les tensioactifs. Ces principes actifs sont composés d'une partie hydrophile (qui aime l'eau) et d'une autre, hydrophobe, qui préfère le gras. C'est donc pour ça que ces molécules sont qualifiées par les scientifiques d'amphiphiles (« amphi » veut dire « double » en grec).

Pour faire simple, ces tensioactifs, des molécules peuvent être assimilées à des pieds-de-biche, utilisables à l'échelle nanométrique pour démanteler le virus.

Comme nous l'avons vu, la membrane du virus est un corps gras, comme l'huile. La partie hydrophobe (grasse) des tensioactifs contenus dans le savon s'accroche à la membrane du virus et, au moment du rinçage, la partie hydrophile (eau) est attirée par les molécules d'eau.

Toutes ces forces exercées sur le virus entraîne la rupture de sa membrane grasse, décomposant l'enveloppe, puis la molécule d'ARN (son ADN). Le virus devient inactif et se décroche de la peau grâce à l'action des tensioactifs, du frottement des mains et du débit d'eau.



Petite expérience

versez un peu d'huile dans l'eau. Les deux corps ne se mélangent pas. Ajoutez maintenant du savon et agitez. Que se passe-t-il ?

Des microgouttes d'huile se forment dans l'eau sous l'action du savon. On appelle ces particules des **micelles**. Sous cette forme, l'huile est soluble dans l'eau.

Lorsque nous nous lavons les mains avec du savon, on l'a vu, le savon démantèle l'enveloppe du virus et il n'a plus la clé pour entrer dans nos cellules. L'ARN viral est également détruit, car il devient accessible aux tensioactifs du savon. Le virus est maintenant décomposé en petites parties qui vont se lier aux molécules de tensioactifs du savon pour créer des micelles, solubles dans l'eau (c'est exactement pareil que dans notre petite expérience)

En conclusion, se laver les mains au savon et à l'eau décompose le virus et le prive de sa capacité à pénétrer dans nos cellules, le rendant inactif. Le savon débarrasse également la peau des fragments de virus comme il le fait pour toutes les autres matières grasses (saletés).

Tu sais maintenant ce qu'il te reste à faire ;)

2- Le port du masque

Le masque empêche-t-il celui qui le porte de propager le virus ?

En partie, oui. C'est pour limiter ce risque que sont conçus les masques antiprojections ou chirurgicaux. Ils limitent les projections de gouttelettes de salive et diminuent donc les risques de contamination entre interlocuteurs.

Là aussi, il faut cependant que le masque soit correctement utilisé pour qu'il ait une utilité. Il est notamment recommandé de le jeter dès qu'il est mouillé ou souillé – si possible dans une poubelle fermée pourvue d'un sac plastique – et de le renouveler.

Les masques faits maison sont-ils également efficaces ?

Les masques confectionnés de manière artisanale à partir de morceaux de tissus ne sont pas équivalents aux masques utilisés en milieu médical, qui, eux, répondent à des normes bien spécifiques.

Peut-on dire pour autant et de manière catégorique que les masques faits maison n'ont aucune espèce d'utilité ? C'est vraisemblablement là que se situe la nuance dans ce débat. A choisir entre rien et le port d'un masque artisanal, ce dernier pourrait tout de même avoir des vertus, notamment pour limiter la diffusion de sécrétions de la part de malades qui peuvent contaminer d'autres personnes à condition de le prendre pour ce qu'il est et de ne pas oublier le respect des autres consignes sanitaires.

Pour ceux qui n'auraient pas encore bien compris l'utilité d'un masque, voici en 42 secondes la preuve par l'image de son intérêt. La démonstration efficace provient d'un article commenté paru dans la revue New England Journal of Medicine.

Une expérience insolite à voir et à lire ici -> [Clique !](#)

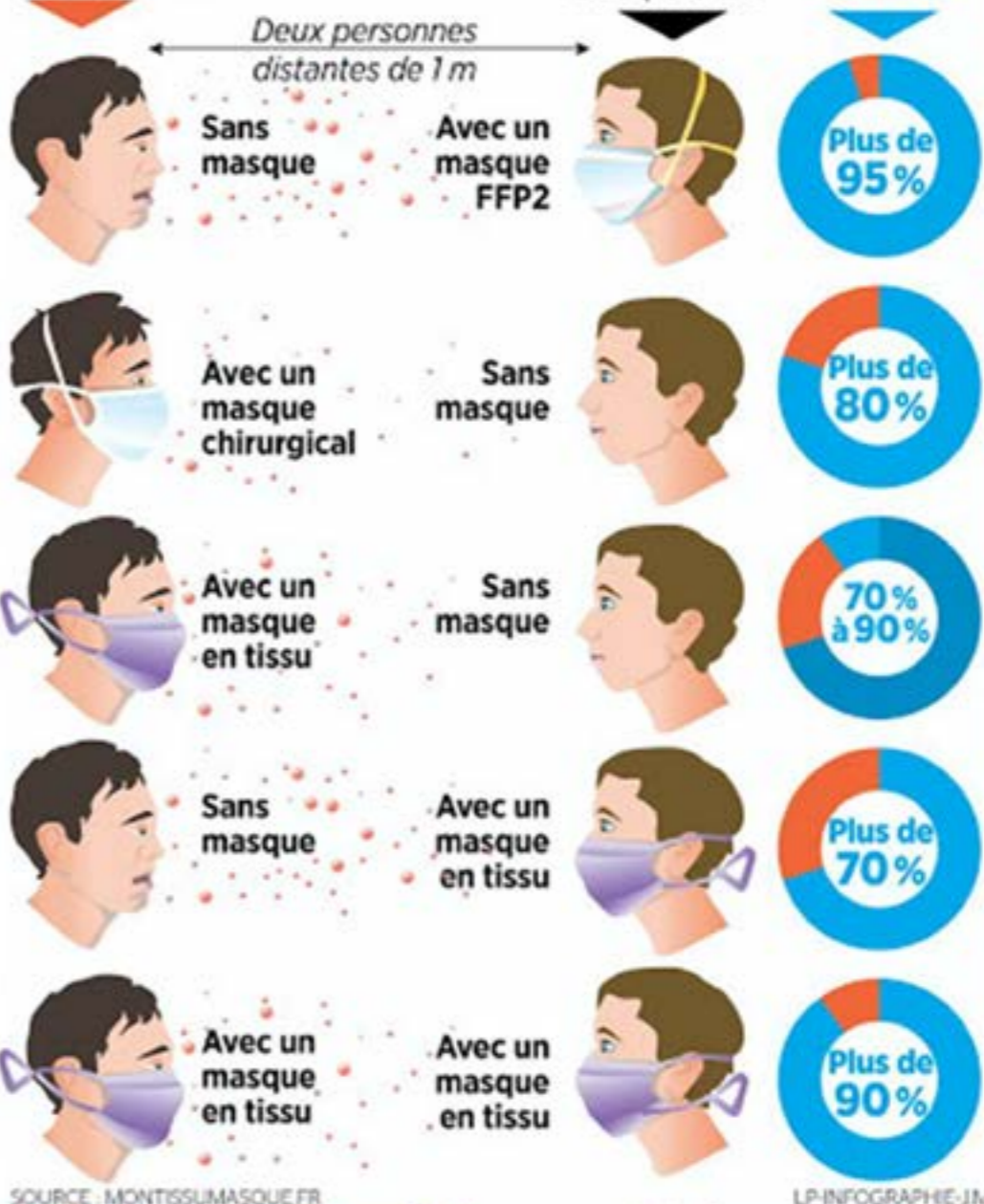
Pour les plus bricolos d'entre vous je vous mets également le tuto d'un masque en tissu à faire à la maison selon les normes AFNOR. Le mieux c'est de le faire avec une machine à coudre mais ça marche aussi en faisant les points à la main!

L'efficacité des masques

Malade du Covid-19 ou asymptomatique

Personne bien portante

Niveau de protection estimé



SOURCE : MONTISSUMASQUE.FR

LP-INFOGRAPHIE-JM

Sources : https://www.lepoint.fr/sante/comment-eliminer-le-coronavirus-sur-sa-peau-26-03-2020-2368911_40.php
https://www.sciencesetavenir.fr/sante/postillons-avec-ou-sans-masque_143674
https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/article/2020/04/06/les-masques-protagent-ils-du-coronavirus-le-debat-demele-en-huit-points_6035758_4355770.html

DOSSIER SPECIAL Comment réaliser son masque



Un masque barrière à plis multicouches couvre le nez, la bouche et le menton et il ne doit pas comporter des soupape(s) inspiratoire(s) et/ou expiratoire(s). Notre choix s'est porté sur le masque qui nous paraît le plus simple à réaliser. Pour un complément d'informations, reportez-vous au site : www.afnor.org.

MATÉRIEL

- Plusieurs couches de tissu en coton au mailage assez serré
- Elastiques (jeu de brides)
- Ciseaux
- Machine à coudre

DÉCOUPAGE

Utiliser le dimensionnement suivant pour découper la multicouche et les élastiques

COUDRE

Superposer vos couches de tissu.

- Coudre** (piqueuse plate, point droit ou zigzag) le tour de l'ensemble à 1 cm des bords.
- Ourler** le haut et le bas du masque barrière en repliant un ourlet de 1,2 cm à l'intérieur.
- Coudre** (piqueuse plate, point droit) les plis en pliant A1 sur A2 puis B1 sur B2 pour le premier bord. Répéter l'opération pour le deuxième bord.
- Pour un passage derrière la tête, Glacer** (assembler par couture) un élastique sur le bord droit en haut puis sur le bord gauche en haut (élastique vers l'intérieur) puis glacer l'autre élastique le bord droit en bas puis sur le bord gauche en bas (élastique vers l'intérieur).

Comment bien le porter Les étapes à suivre pour bien l'utiliser

- Se laver les mains**
- Ne toucher que les extrémités des rubans**
- Bien positionner le masque**
 - Le haut du masque sur la bosse du nez
 - Le bas du masque sous le menton

Après avoir bien positionné votre masque, ne le touchez plus

RUBRIQUE ARTISTIQUE

Par Léa

LE STREET ART

Une rue, un mur, de la créativité

Avant-propos

Attention, si tu as envie de produire dans Lyon, l'art de rue ne se pratique pas sans avoir d'autorisation spéciale. Il ne faut pas laisser aller sa créativité sur un mur au hasard dans la rue. Il te suffit de te renseigner si tu es intéressé ! Souvent, des murs sont mis à disposition pour les artistes, généralement c'est la mairie qui désigne les endroits adaptés. Ainsi, tu es en règle et aucun problème ne t'arrivera.

Alors commençons ...

Déjà, Le street art, d'où ça vient ?

Le street-art est apparu aux États-Unis, entre 1960 et 1970. Les artistes décident de sortir des espaces fermés comme les galeries, pour s'aventurer dans l'espace public. La rue devient donc une toile blanche. Les artistes exploitent la rue pour créer les premiers collages, créer des pochoirs, réaliser des graffitis. La rue devient un moyen d'expression, gratuit et sans limites. À cette époque, les artistes de rue peuvent s'exprimer sans être censurés, la rue devient un moyen d'expression, une façon d'exprimer ses opinions politiques, culturelles. Les artistes se l'approprient comme un moyen de dénonciation. La rue n'est pas payante, une œuvre peut être vue par un grand nombre de personnes. Mais elle est également éphémère, à l'épreuve du temps, les œuvres s'effacent, se recouvrent et disparaissent.

Ernest Pignon Ernest



Lui ?
C'est le papa
du Street Art

Biographie

Ernest Pignon Ernest est connu comme le loup blanc. Il est plasticien, Français et s'inscrit dans le mouvement depuis ses débuts en Europe.

De quoi ça parle ?

Dans ses œuvres, l'artiste dénonce la guerre d'Algérie, l'apartheid en Afrique du Sud, la situation des immigrants en Europe. Il cherche à faire réagir le spectateur en le forçant à voir la réalité subie par des millions de personnes.



Collage, fusain et pierre noire. Série «Les Résistants», 2012



Collage, fusain et pierre noire. Série «Expulsion», 1978

Par quels moyens ?

Pour dénoncer, il utilise le croquis, le dessin, le pochoir et le collage. Il réalise des représentations humaines au fusain, à la pierre noire. Les dessins sont reproduits en sérigraphie ou par impression numérique et collés sur les murs des villes du monde.

BLU



Pour voir
l'oeuvre Big
Bang Boom:

[clique ici](#)

Biographie

Blu qui ?

De façon anonyme, un artiste s'approprie les rues d'Italie ou d'Allemagne pour créer une œuvre éphémère. Certaines de ses productions sont des œuvres en vidéo.

Quoi ? Une oeuvre en vidéo ?

Eh bien oui, c'est une œuvre réalisée en stop motion. C'est une technique d'animation qui consiste à enchaîner des centaines de photographies très rapidement pour créer l'impression de mouvement.



Mais comment est-ce possible ?

Blu produit une scène, prend une photographie, puis reproduit une autre scène par-dessus l'autre. Et ainsi de suite. C'est donc une œuvre qu'on appelle éphémère, elle est capturée le temps d'une photographie et qui laisse comme seule trace, une trainée de peinture. Il s'approprie tout l'espace disponible pour produire un dessin animé.

Dans quel but ?

Blu a pour objectif de retracer l'histoire de l'univers et de la vie sur terre. Des origines du monde à l'apparition de la vie sur terre et son évolution.



Ella et Pitr



Biographie

Ce sont deux artistes français, originaire... de Saint-Étienne. Ils commencent à produire sur les murs de la ville en 2007. Après plusieurs tentatives pour percer dans le monde de l'art contemporain, les deux artistes réussissent à être repérés. C'est en 2013 qu'Ella et Pitr commencent à peindre des personnages géants à travers de nombreux pays.

Des personnages géants ? Comment ça ?

Ce sont des peintures, représentant des géants nommé « Colosses ». La taille des géants varie selon le support, généralement ils sont créés sur des toits, des stades, des cours. Ils sont représentés de manière cabossée, extraordinaire, démesurée et systématiquement les yeux fermés. Les formes sont tracées à l'encre noire, inspirée par la culture populaire Nipone. Ils évoquent l'innocence, le rêve, le romantisme et la nostalgie.



Peinture au sol, vue du ciel, Paris, 2019

Peinture au sol, vue du ciel, Vénissieux, 2015



Bon à savoir

Ils détiennent un record du monde ! Celle de la plus grande œuvre au monde, qui fait 21 000m² ! L'œuvre géante a été réalisée sur des hangars à Klepp, dans le sud de la Norvège.

Par
Audrey et
Dany

TUTO BEAUTÉ

Dix minutes pour prendre soin de sa peau !

100%
naturel

Masque visage anti points- noirs

- 1 cuillère à café de miel
- 1 cuillère à café de lait
- 1 cuillère à café de curcuma

Il faut l'appliquer sur la zone T
(front, nez, menton)

Masque pour les cheveux ternes et cassants

- 2 cuillère à soupe de miel
- 1 cuillère à café de jus de citron
- 1 à 2 cuillère à soupe d'eau tiède si nécessaire pour faciliter l'application.

Déodorant maison pour environ 125 gr

- 100g d'huile de coco
- 40g de bicarbonate de soude
- 40g de fécule de maïs
- 10 gouttes d'huile essentielle de palmarosa
- 10 gouttes d'huile essentielle de citron ou lavande
- 5g de cire d'abeille en paillettes si besoin pour solidifier la préparation.

Faire fondre la cire et l'huile de coco au bain Marie. Ajouter rapidement les poudres et les huiles essentielles. Bien mélanger le tout et verser dans un récipient. Mettre quelques heures au frigo. Ranger à l'abri du soleil.

Exfoliant maison

Mélanger 1 cuillère à soupe de Marc de café et une cuillère à soupe de miel.

Avec le bout des doigts, prendre une noisette et masser le visage en faisant des gestes doux et circulaires.

Bien rincer à l'eau tiède.

Hydrater la peau ensuite à l'aide d'une crème naturelle ou d'un peu d'huile de Coco.

Par
Mme Idrissi

UNE
RECETTE
GOURMANDE

**Cake miel,
amandes et
lait ribot**

100% fait
maison

Partage ta
recette avec nous en envoyant une
photo sur l'adresse mail :
avs.aliceguy@laclasse.com
(les plus beaux seront dans le
prochain numéro)

Ingrédients

- 150 g de miel de fleurs
- 60 g de beurre
- 40 g de sucre complet
- 80 g d'amandes brutes
- 150 g de lait ribot
- 1 œuf
- 200 g de farine T80
- 1 sachet de levure
- 10 g de beurre pour le moule

Aujourd'hui je te propose une recette à base de lait ribot.

Qu'est-ce que c'est, me demanderas-tu. C'est tout simplement du lait fermenté, qu'on appelle aussi buttermilk en anglais ou lben en arabe.

Dans des recettes de gâteaux, pains ou brioche, il aide à apporter beaucoup de moelleux pour rendre le résultat encore plus appétissant.



Déroulé de la recette

- Commence par faire fondre le beurre à la casserole. Une fois le beurre fondu, retire la casserole du feu et ajoute tout de suite le sucre et le miel. Mélange bien puis laisse tiédir.
- Pendant que le mélange tiédi, coupe grossièrement tes amandes en morceaux. Astuce : tu peux les mettre dans un torchon et frapper dessus pour les casser. Sinon utilise un couteau. Dans tous les cas, fais-toi aider d'un adulte.
- Préchauffe ton four à 180°C (thermostat 6).
- Une fois que le mélange beurre/sucre/miel est tiède, ajoute le lait ribot et l'œuf. Mélange bien.
- Ajoute ensuite la farine et la levure. Mélange bien.
- Termine par ajouter les amandes coupées et mélange une dernière fois.
- Transfère dans un moule à cake (que tu as beurré pour ne pas que le gâteau accroche une fois cuit).
- Mets au four pour 40-45 minutes. Vérifie que le gâteau est cuit à cœur en enfonçant la lame d'un couteau au centre, elle doit ressortir sèche.

A déguster
avec un bon
thé !



Bonjour aux oiseaux de nuit et aux marmottes

#REVIENT ENFORME

Par Flora



night

En vue d'une reprise certaine et très proche, je vais parler avec vous aujourd'hui d'un élément essentiel... Indice : il est crucial pour bien finir sa journée et en débuter une nouvelle en beauté qui suis-je?

Et oui, je suis le sommeil.

Pendant le confinement, le sommeil n'a pas toujours été facile à gérer pour tout le monde. Je vais essayer de vous donner quelques astuces pour passer une bonne nuit ce soir, et débuter la rentrée en pleine forme!

Voici un article que j'ai lu et que je partage aujourd'hui avec vous.

Avant toute chose faut comprendre pourquoi le sommeil est important.

Le sommeil a énormément de fonctions comme nous permettre de vivre vieux ! Il répare et restaure notre système immunitaire (ce qui n'est pas rien en période de pandémie !).

Il nous protège des maladies cardiovasculaires, des cancers et de l'obésité. Il agit aussi sur les tensions psychologiques qui peuvent être plus importantes pendant le confinement.

Le sommeil joue également un rôle sur les fonctions cognitives comme la mémoire et la déduction. Enfin, grâce au sommeil, nous sommes plus créatifs et nous digérons plus facilement nos émotions négatives de la journée. Pas mal non?

Mais comment fonctionne le sommeil ?

Notre sommeil est fait de plusieurs phases, c'est ce qu'on appelle un cycle. Nous nous endormons pour démarrer le sommeil léger, suivi du sommeil profond durant lequel il est difficile de nous réveiller et vient le sommeil paradoxal où le cerveau paraît plus actif. Durant cette phase nous rêvons... ou nous faisons des cauchemars. Ce cycle dure environ 1h30 et recommence 3 à 5 fois par nuit avec des réveils brefs pendant la nuit.

Le risque pendant le confinement est de perdre le sommeil car on se couche plus tard, on fait la grasse mat, on est anxieux... L'émission "Grand bien vous fasse" du 17 avril a donné quelques astuces pour retrouver un bon sommeil dont voici un récapitulatif :



illustration : MiaCharro



Garder un rythme régulier : Peu importe si vous êtes du soir ou du matin, il est important de garder vos horaires habituels car les premières heures sont essentielles, de manger à heures régulières et de faire un peu d'activités physiques dans la journée.

Supprimer les lumières bleues (écrans) avant d'aller se coucher.

Noter les horaires : Si un jour vous vous sentez particulièrement en forme au réveil, il est conseillé de noter les horaires de la veille (l'heure à laquelle vous avez mangé, vous vous êtes couchés) et essayer de s'y tenir.

Ecrire les rêves : Vos rêves sont des moyens de mettre en scène vos angoisses et ce, dans le but de mieux y faire face. Ainsi, noter vos rêves permettrait d'écrire une fin heureuse à vos cauchemars et d'enrichir votre esprit. De plus, cela peut être vécu comme un moment de ressourcement extraordinaire.

Alors à vos plumes !



night

Et vous, que faites-vous lorsque vous ne trouvez pas le sommeil ?

Est-il vrai qu'il est dangereux de réveiller un somnambule? Question d'une élève de 4e

Rappelons avant tout que le somnambulisme correspond à un trouble du sommeil dont l'origine est neurologique (Les troubles neurologiques sont des maladies du système nerveux central ou périphérique. En d'autres termes ils touchent entre autre le cerveau, la moelle épinière, les nerfs crâniens ou encore les muscles) . Précisons également que les épisodes de somnambulismes apparaissent durant la phase de sommeil profond où notre système thalamo-cortical empêche, en principe, nos fonctions motrices. Nous sommes comme paralysés. C'est pourquoi lorsque nous rêvons que nous courrons, nos muscles ne suivent pas le mouvement. Mais chez les somnambules, cet empêchement est supprimé et ils peuvent donc se mettre à marcher librement dans la maison alors même qu'ils sont toujours endormis.

Ainsi, réveiller un somnambule se résume à peu de choses près à réveiller une personne en plein rêve. Cela ne représente aucun risque d'ordre cardiaque ni d'ordre neurologique. Cependant, quelques précautions sont à prendre. Car réveiller un somnambule brutalement risque d'être désorienté. Il peut alors chuter et se faire mal. Il peut aussi devenir nerveux et même se montrer violent. En effet, les zones de son cerveau responsables de son instinct de survie s'activent alors plus rapidement que celles liées aux décisions rationnelles. Le mieux reste donc de raccompagner calmement le somnambule jusqu'à son lit, sans même le réveiller.

Toutefois, il peut y avoir des situations d'urgence dans lesquelles le réveil devient urgent. Des situations dans lesquels le somnambule se met en danger, par exemple. Il est alors conseillé de le réveiller par la parole, en l'appelant d'une voix forte et haute, plutôt qu'en le secouant.

Tendance, Inspiration, Lecture, Evasion

LES COUPS DE COEUR DE LA SEMAINE

3

L'humanité vu par Hayao Miyazaki : « Nausicaa de la vallée de vent » Tome 1 à 7

A travers *Nausicaa de la vallée du vent*, Miyazaki a tenu à faire passer un message sur la guerre et l'incapacité de l'homme à vivre en harmonie avec son environnement. Je t'invite donc à plonger dans les réflexions que l'auteur d'autres grands films d'animation a tenu à partager avec nous.

L'écologie et le respect de la Terre

Au travers de ce manga, Miyazaki nous conte une vision de la terre reprenant ses droits de la manière la plus radicale qui soit en éradiquant purement et simplement l'homme. Il nous invite alors à nous poser des questions sur le devenir de la Terre si l'escalade de la violence et du nucléaire prenait le dessus. (Il faut rappeler qu'en 1984 la course à l'armement nucléaire était en vogue en ces temps de guerre froide entre l'URSS(Russie) et les USA). Par le biais du personnage de Nausicaa, Miyazaki émet l'idée simple que l'appréhension de son environnement est bien plus utile que de s'y opposer. Cette oeuvre nous rappelle que la nature en elle-même reprend souvent ses droits et parvient à rétablir l'équilibre si l'on se donne la peine de s'adapter à son environnement et non l'inverse. Au travers de toutes ses réflexions, Miyazaki nous offre un message écologique profond sur l'avancée de l'être humain dans son milieu naturel, sa tendance à la destruction, tout comme son incapacité à l'adaptation.



Par
Flora
Manga

Par
Clément
BD

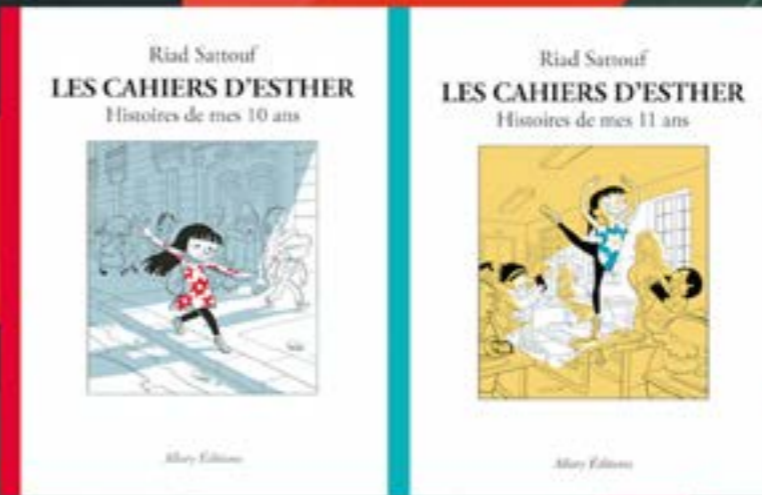
Zoom sur Riad Sattouf

L'arabe du futur

Gros coup de coeur pour Riad Sattouf, un auteur et bédéiste français d'origine syrienne, rendu surtout célèbre pour *L'Arabe du futur*, des BD autobiographiques où il revoit son enfance en France et au Moyen-Orient (en Libye et en Syrie). Mais ce n'est pas la seule série où l'enfance a une place importante !
Niveau 3e

L'arabe du futur une jeunesse au Moyen-Orient, 2014-2018

Cette série de romans graphiques en plusieurs tomes racontent l'enfance de l'auteur en France et au Moyen-Orient. On suit le personnage de l'enfant, mais cette BD sert surtout à montrer le climat politique de l'époque.
Niveau 4e-3e



Les cahiers d'Esther 2014-2023

Une série de BD, une par an, qui suit le vie quotidienne d'Esther, qui a 10 ans dans le premier tome, et jusqu'à ses 18 ans. Une belle façon de montrer avec un personnage de votre âge l'évolution de la vie, et l'âge adolescent.

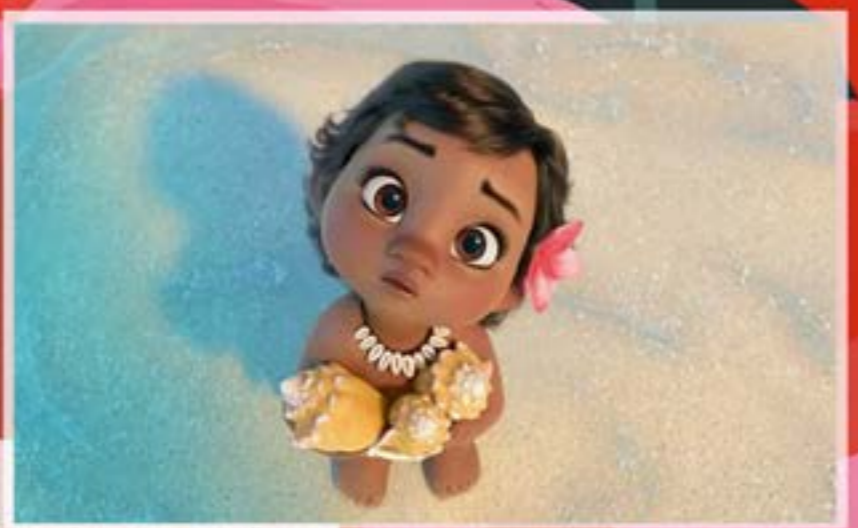
A partir de la 6e pour les premiers tomes

Et si on regardait un Disney ?

Si comme moi, vous en avez assez des princesses qui attendent qu'on vienne les sauver, pas de problèmes ! Je vous présente cette semaine deux films où le personnage principal est un enfant qui n'a pas peur de partir à l'aventure d'obtenir ce qu'il ou elle veut.

Mes coups de coeur des studios Disney :

Par Clément
Film



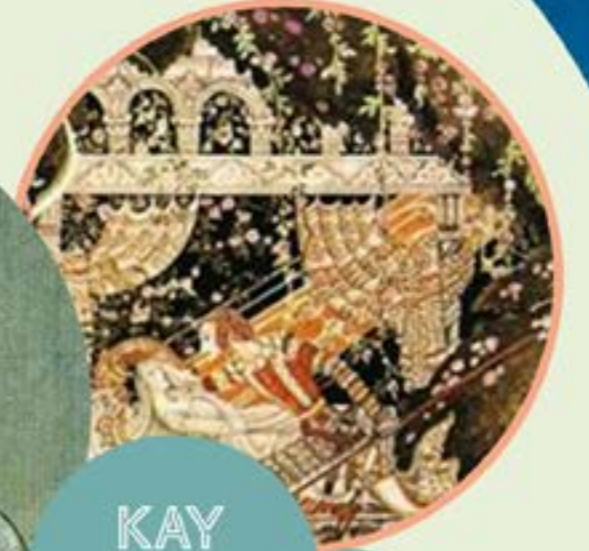
Vahiana, la légende du bout du monde

Loin du cliché de la princesse Disney, Vahiana ("eau de roche" en tahitien) est une jeune fille qui refuse qu'on l'appelle princesse, et casse les codes. Ce que j'ai préféré, c'est que ce film met à l'honneur la culture Maori et est une fable écologique sur le courage et le respect de la nature, en partant du mythe le plus célèbre de cette culture, celui de Maui et Te Fiti. Il ne m'en fallait pas plus pour être conquis.

A voir aussi : Si vous aimez ces héroïnes qui n'ont pas froid aux yeux, regardez aussi Rebelle.

Coco

Si vous préférez une ambiance plus fantomatique et onirique, installez-vous devant Coco. Là encore, la culture est à l'honneur avec ce film tiré des traditions latino-américaines, en particulier du Dia de los Muertos. Miguel est un jeune garçon qui veut vivre sa passion pour la musique, dans une famille qui a banni tous les instruments. Suivez-le dans la quête de ses origines, jusque dans le monde des morts. Ce film d'animation est pour moi un chef-d'oeuvre esthétique dans lequel on plonge du début à la fin. Je n'ai pas vu le temps passer !



KAY
NIELSEN
Par Flora

Kay Nielsen (1886-1957)

Super coup de coup de coeur cette semaine pour un illustrateur Danois, connu également comme artiste d'esquisse pour les studios Disney.

Il est connu pour ses illustrations de contes de fées avec un conte populaire norvégien. « À l'est du soleil et à l'ouest de la lune », (East of the Sun and West of the Moon) Il illustre aussi par la suite les contes de Charles Perrault : « La Belle au Bois Dormant », « Le Chat Botté », « Cendrillon » et « Barbe Bleue », publiés en 1913.

Il retourne ensuite au Danemark et travaillera sur d'autres classiques comme « Les 1001 Nuits » ou encore des contes d'Andersen et des frères Grimm.

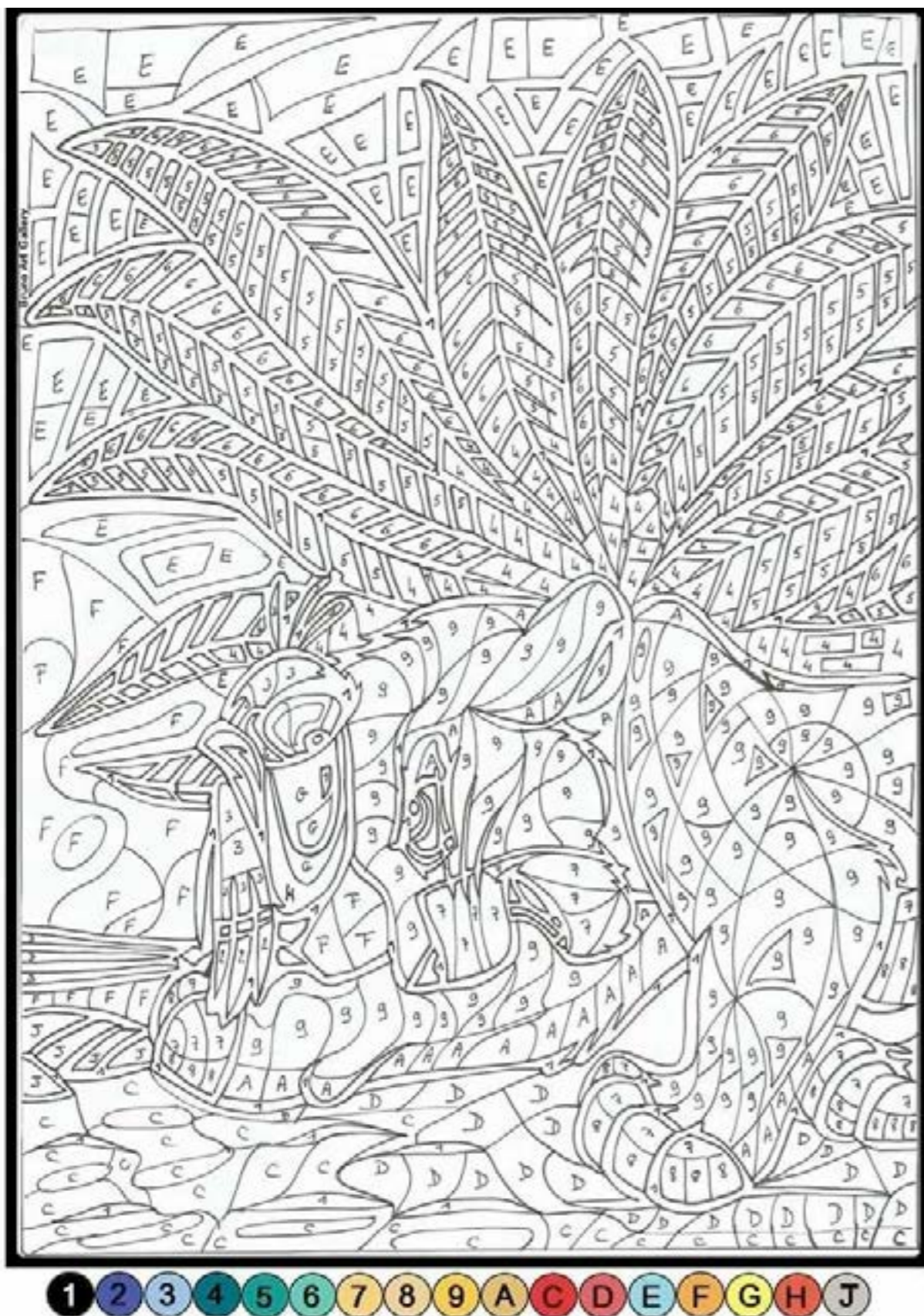
En 1939, Nielsen déménage pour la Californie, engagé par les studios Disney pour réaliser des études sur plusieurs films dont Fantasia, ainsi qu'un projet basé sur le conte de La Petite Sirène, qui ne verra jamais le jour du vivant de Nielsen. Les studios Disney lui donnent congé, mais Nielsen travaillera à nouveau pour eux brièvement en 1952-1953

De retour au Danemark, Nielsen n'est plus vraiment demandé et il finit sa vie dans la pauvreté.

Petite info : La Petite Sirène ne verra le jour que bien après sa mort en 1989, utilisant toutefois une partie de son travail.

Peinture au numéro !

Trouve des crayons de couleurs, de la peinture ou des feutres et colorie en fonction du numéro inscrit. Réfère toi au couleur correspondant au numéro !
C'est facile et tu auras l'impression d'être un peintre professionnel.



Fabriquer un jeu
de société pour
des moments en
famille !

LE TIME'S UP

Une notice
trouvée
sur le Blog
Okapi

Tu connais sûrement déjà le Time's Up, ce jeu où tu dois faire deviner des mots en trois manches. Lors de la première manche, tu énonces des mots qui font penser à celui que tu dois faire deviner. A la deuxième, tu ne dis qu'un seul mot. Et à la troisième, tu mimes ton mot. Si tu souhaites faire durer le plaisir, tu peux même ajouter une manche où il faut faire deviner ce mot en le dessinant ;) Et tout ça, en étant sous la pression d'un sablier.

Il te faut :

- des feuilles de papier
- des stylos
- un chronomètre, un sablier ou le minuteur de la cuisine.

Une fois que chacun a rempli ses papiers, vous les pliez et les mettez dans un saladier, un chapeau, un pot de confiture, enfin ce que vous avez sous la main. Puis, vous vous répartissez en équipes. Une fois tout ça fait, vous établissez un temps de réponse afin de programmer le chronomètre. Et la partie peut commencer, manche par manche.

Règles du jeu :

Demande à chacun des participants de prendre cinq à dix morceaux de papier (c'est selon le nombre de joueurs, pour que la partie dure plus ou moins longtemps) et de noter dessus un mot. Ça peut être un métier, un verbe, une personne connue, un sport, un peu tout ce qui te passe par la tête et qu'il sera possible de faire deviner.

Un jeu pour t'occuper sans matériel

LA BATAILLE NAVALE

Une notice
trouvée
sur le Blog
Okapi

Un grand classique ! Appelé aussi le «Touché-coulé», ce jeu ne se joue qu'à deux. Le principe est simple, tu as deux grilles, une pour placer tes bateaux et une autre pour noter où tu as attaqué ton adversaire.

Il te faut :

- feuilles de papier
- deux stylos de couleur différente
- un carton ou une BD pour cacher vos grilles respectives.

Règles du jeu :

Tu n'as pas le droit de les placer en diagonale, c'est uniquement verticalement ou horizontalement. Coche en rouge les cases où tu places tes bateaux sur ta grille. Une fois que vous êtes tous les deux prêts, commencez la partie. Par exemple tu dis : «J'attaque en A7 !» Si tu touches un bateau de ton adversaire, il te répondra «Touché», sinon il dira «Coulé».

Avant de jouer :

Crée deux grilles allant d'un côté jusqu'à 10 et de l'autre de A à J. Sur cette grille place cinq bateaux :

- un porte avion (5 cases)
- un croiseur (4 cases)
- deux contre-torpilleurs (3 cases chacun)
- un torpilleur (2 cases).

Note, sur ta deuxième grille, les endroits où tu as attaqué ton adversaire et selon que tu l'as touché ou non, change de couleur.