



# JOURNAL

19 avril 2021

## 2021, Avançons ensemble !!

### La COVID 19 (site gouvernemental)

Pour stopper la pandémie et retrouver une vie normale, les chercheurs et laboratoires du monde entier se mobilisent pour développer des vaccins efficaces contre la Covid-19. En plus des mesures barrières, la vaccination permettra de **maintenir l'impact de l'épidémie et de réduire la mortalité et la morbidité** liées à l'infection virale. À ce jour, **quatre vaccins sont autorisés en France** :

Pfizer/BioNTech ; Moderna ; AstraZeneca ; Janssen.

Les trois premiers vaccins s'administrent en deux doses. **Pfizer/BioNTech et Moderna sont des vaccins à ARN messenger** (Acide ribonucléiques), ce qui induit un circuit logistique et un mode de conservation différents des vaccins « classiques ». **AstraZeneca, à vecteur viral**, bénéficie d'une logistique simplifiée. Le **quatrième vaccin, Janssen, de l'entreprise américaine Johnson&Johnson**, a obtenu le 11 mars le feu vert de l'Agence européenne des médicaments (EMA). Ce **vaccin à vecteur viral ne nécessite qu'une seule dose** et ne requiert pas de très basses températures pour sa conservation. La Haute autorité de santé l'a inclus le 12 mars dans la stratégie vaccinale en France.

### Comment fonctionne un vaccin ?

Lorsqu'on tombe malade, **notre système immunitaire se défend en fabriquant notamment des anticorps**. Ils sont destinés à neutraliser et aider à éliminer le virus à l'origine de la maladie.

Les vaccins développés par AstraZeneca et par Janssen reposent sur un **vecteur viral non répliquatif** : un virus inoffensif qui ne peut se reproduire dans les cellules est utilisé pour transporter le matériel génétique du coronavirus, fabriquant la protéine qui enclenchera une réponse immunitaire.

### La ruche fermée aux enfants mais pas endormie (durant les vacances)

Les parents ont dû s'organiser, ... pas simple ... Chers Parents, retrouvez quelques astuces d'animation en dernière page du journal.

De leurs côtés, les animateurs de la Ruche aux mêmes ne sont pas restés inactifs, ils ont préparé les vacances estivales, ranger et décorer les accueils périscolaires, créer des meubles, des objets d'animation.

Les enfants découvriront tout cela lors de la réouverture, que nous espérons proche



L'entrée de la salle des petits et des grands loups (- 6 ans)



DÉTRESSE

ISOLEMENT

STRESS

SOLITUDE

COLÈRE

CULPABILITÉ

ÉPUISEMENT

TRISTESSE

TENSIONS

Dans le cadre de la crise sanitaire actuelle, des professionnels proposent un accompagnement psychologique gratuit  
A destination de l'ensemble de la population de Charente-Maritime



06 45 31 77 44  
DU LUNDI AU VENDREDI  
DE 9<sup>H</sup>30 À 12<sup>H</sup>30 ET DE 14<sup>H</sup> À 17<sup>H</sup>

### VOUS POUVEZ NOUS CONTACTER

TELEPHONE 05 46 34 33 11

Par mail : [st-eloi-beauregard.cs@wanadoo.fr](mailto:st-eloi-beauregard.cs@wanadoo.fr)

Site : <https://steloibeauregard.centres-sociaux.fr/>

Facebook du centre social :

<https://www.facebook.com/Centre-social-Saint-Eloi-Beauregard>

PAGE 1

### Atelier d'écriture par Geneviève A .

Faire un Haïku : pour ceux qui ne connaissent pas, il s'agit d'un poème japonais composé de 3 vers portant sur les saisons au sens large. Le premier vers est de 5 syllabes, le second de 7 syllabes et le troisième de nouveau 5.

Il introduit une action dans l'instant présent.

2 exemples :

Travaux de printemps

Sous l'amas de feuilles mortes

Hérisson sommeille

Jour de paresse

Comptant sur un coup de vent

Pour tourner ma page



### Atelier Mémoire par Hélène G.

#### ❖ DEDUCTIONS

Sept indices pour découvrir ce que cela est.

- 1 / Je vois le jour en 1865
- 2 / A l'origine, je garde le vin
- 3 / Je dois beaucoup à Nicolas Appert
- 4 / Je conserve sans mettre en boîte
- 5 / jamais je ne bous
- 6 / mais avec moi, ça chauffe
- 7 / Louis Pasteur m'a laissé son nom

JE SUIS : .....

#### ❖ POINTILLES

Le FBI fut ..... en 1908 par le petit-..... de ..... 1<sup>er</sup>, Charles Joseph .....

Celui-ci, né d'une mère ..... en 1851 à ..... se ..... dans la .....

Après avoir été .....de l'..... de Harvard. .... par le .....

Théodore ..... à la ..... de ..... général avec la .....

de ..... contre le ..... organisé, il ..... le « Bureau of Investigation », ..... en 1935 « Federal Bureau of Investigation ».

**Voici les mots pour remplir "les Trous" :** AMÉRICAINNE, BALTIMORE, BONAPARTE, CRÉÉ, CRIME, DIPLÔME, FONCTION, FONDA, LANÇA, LUTTER, MISSION, NAPOLÉON, NEVEU, NOMME, POLITIQUE, PRÉSIDENT, PROCUREUR, REBAPTISÉ, ROOSEVELT, UNIVERSITÉ

#### ❖ MATHS EXPRESS

Oter un tiers de ses lettres et ce chiffre augmentera de moitié (Georges PEREC)

Indice : penser aux mots représentant les chiffres de 1 à 10

### PAROLES DE ROCHELAIS recherche une photo de « Chez Plisson »

Paroles de Rochelais a écrit des revues sur l'histoire de nos quartiers. Elles sont une source d'informations admirables. Aujourd'hui, ils cherchent des photos d'un établissement situé au 46 boulevard Sautel à l'emplacement actuel de « Sautel Auto Services ». Cet établissement « Chez Plisson » cumulait les fonctions d'épicerie, tabac, presse, restaurant et salle de bal.

**Si vous avez des photos dans vos tiroirs,  
Prenez contact avec eux : 05 46 67 99 61 ou  
parolesderochelais@gmail.com.**

### BIBLIOTHEQUE

*Marie-Odile vous propose de découvrir des livres disponibles à la bibliothèque du centre social*

**"Mille femmes blanches" de Jim Fergus.**

Ce roman a été traduit en français en 2000.

**Mille femmes blanches**, est le premier roman de l'auteur, il obtient le Prix du premier roman étranger. Dix-huit ans après, en 2016, il est suivi par **La Vengeance des mères**.

Le point de départ de ce récit : un pacte conclu entre un chef Cheyenne et le président américain Grant, fin 19<sup>ème</sup>, prévoyant l'échange de 1000 femmes blanches volontaires contre le nombre équivalent en chevaux ; les uns y voyaient un moyen d'assurer la paix entre les peuples grâce au mélange des sangs, les autres espéraient aller civiliser les Sauvages en leur inculquant les valeurs des Blancs.

Sauf qu'il fut difficile de « recruter » mille femmes blanches pour les envoyer « chez les sauvages ». Alors l'état a puisé dans les prisons et les asiles pour en retenir un premier lot en échange de leur liberté.

Milles femmes blanches ou les carnets de May Dodd. Il s'agit en fait de retracer la fin d'un peuple à travers une voix, celle de May Dodd, une femme qui a fait partie du premier volet d'échange, une femme injustement internée en asile psychiatrique par ses parents simplement parce qu'elle aimait la mauvaise personne. Tout au long de son périple, elle consignera dans un journal intime ses impressions, ses sentiments, sa nouvelle vie à la fois passionnante, émouvante et d'une profonde tristesse. Elle deviendra réellement amoureuse de son peuple d'adoption et connaissant parfaitement l'âme des Blancs, elle saura très tôt que le peuple indien vit ses derniers moments de liberté et de vie. Elle se rend compte que les plus sauvages et les plus barbares ne sont certainement pas ces indiens, décrits comme un sous-peuple, mais bien son peuple d'origine, les Blancs arrogants et supérieurs.

A travers les écrits de May dans ses carnets, on découvre différents portraits de femmes, toutes plus charismatiques et attachantes les unes que les autres, qui viennent toutes de différents milieux : "Franchement, vu la façon dont j'ai été traitée par les gens dits "civilisés", il me tarde finalement d'aller vivre chez les sauvages." Mais surtout, on découvre une autre culture, un autre mode de vie proche de la nature, fait de superstitions et une autre langue. "Les Cheyennes croient que toute chose ayant eu lieu quelque part - chaque naissance, chaque mort - s'y trouve toujours, de sorte que le passé, le présent et l'avenir cohabitent éternellement sur terre."

**Un très beau récit basé sur des faits réels. Bonne lecture.**

### Vous êtes en recherche d'emploi ? Cet article est pour vous !

**CAFE LINGUISTIQUE anglais (infos : 05 46 41 16 36)**

Les mardis à 18h en visio  
27 avril – 11 mai – 25 mai – 8 juin – 29 juin

**ESTIME DE SOI/CONFIANCE EN SOI**

Comprendre et développer l'estime et la confiance en soi  
Lundi 7 juin et 14 juin sur inscription 05 46 41 18 86 ou  
[contact@cidff17.org](mailto:contact@cidff17.org)

**DECOUVERTE DES METIERS DU BASSIN D'EMPLOI LA ROCHELLE (les secteurs d'activité, les filières stratégiques, les métiers porteurs).**

Vendredi 28 mai à 14h et vendredi 25 juin à 14h  
A la Médiathèque M. Crépeau à La Rochelle sur inscription au  
06 99 90 20 53 ou mail : [p.renault@missionlocale.com](mailto:p.renault@missionlocale.com)

# FORUM : ALTERNANCE, MODE D'EMPLOI !

**100% DIGITAL**

**WEBINAIRE "ALTERNANT : MON STATUT, MES DÉMARCHES"**  
 Pour se connecter le mercredi 14 avril 2021 à 14h00 : <https://us02web.zoom.us/j/81683937620>

**MERCREDI 28 AVRIL 2021 DE 13H À 18H**

**SALON EN LIGNE**  
 Rencontre avec des centres de formation et des structures de conseil (Logement, Mobilité, Accompagnement...)

Pour s'inscrire : <https://alternance-mode-emploi.mon-salon-virtuel.fr/>

Pour plus d'infos :  
[p.renault@missionlocale.com](mailto:p.renault@missionlocale.com)  
 06.99.90.20.53  
 ERIP La Rochelle  
[www.ero-bassinlarochelle.fr](http://www.ero-bassinlarochelle.fr)

## WEBINAIRE

« Alternant : mon statut, mes démarches »

Mercredi 14 avril 2021 à 14h00 → lien pour se connecter le jour j : <https://us02web.zoom.us/j/81683937620>

## SALON EN LIGNE

Rencontre avec des centres de formation et des structures de conseil (Logement, Mobilité, Accompagnement...)

Mercredi 28 avril 2021 de 13h00 à 18h00 → pour s'inscrire : <https://alternance-mode-emploi.mon-salon-virtuel.fr/>

Du nouveau, du neuf !!!!

SO GOOD, VERY GOOD !

Eh oui, ça y est « THE LOCAL » a retrouvé sa jeunesse !!

Il est beau, agréable et prêt à accueillir les jeunes de 12 à 17 ans.

Hugo, nouvel animateur est fin prêt !

Tu as envie de te retrouver avec d'autres jeunes de ton âge dans ce lieu, ou de découvrir « The local » ?

Vous, parents, vous souhaitez rencontrer Hugo,

**Appelez Hugo au 06. 85. 37. 02. 84**

Merci à la ville de La Rochelle (élus et technicien.nes) pour ce coup de jeunes.

**CONCOURS D'ILLUSTRATION**  
 thème : **Save the Planet**

A gagner :  
 Ta formation BAFA\*  
 + Bons d'achat de 200 €

by **enep.fr**  
 Ecole Nationale d'Éducation Populaire

L'École Nationale d'Éducation Populaire lance un CONCOURS D'ILLUSTRATION sur le thème «SAVE THE PLANET».

Tu as entre 16 et 25 ans, tu es créatif, tu aimes relever des défis et tu souhaites soutenir une cause importante qu'est la protection de l'environnement, alors ce concours est pour toi !

Crée une illustration selon ta sensibilité, tes valeurs, ton engagement... qui illustre et intègre « save the planet ». Envoi des illustrations avant le mercredi 30 juin 2021-14 h

Pour son identité visuelle de la rentrée 2021, L'ENEP souhaite mettre à l'honneur la préservation de l'environnement, affirmer son identité et renforcer son engagement auprès de vous, jeune public. Elle souhaite mettre en avant des talents et l'engagement de tous.

A vos crayons, pinceaux et stylets !

Toutes les informations concernant le concours et le règlement sont à consulter sur notre site [enep.fr](http://enep.fr)

Lien direct : <https://enep.fr/concours/>



# LE GÂTEAU AU YAOURT my Diet

Par Myriam Moussier Diététicienne Nutritionniste

## En 4 Versions

### Le Classique

Yaourt 1, Farine 3 Pots, Huile 1 Pot, Œufs 3, Sucre 2 Pots, 1/2 Pincée

### Le Fruité

2 Apples, Yaourt 1, Farine 3 Pots, Huile 1/2 Pot, Œufs 3, Sucre Complet 1 Pot, 1/2 Pincée

Couper les pommes en petits morceaux à rajouter à la pâte

### L'Allégé

Yaourt 1, Farine 3 Pots, Huile 1/2 Pot, Œufs 3, Sucre Complet 1 Pot, 1/2 Pincée

### Le Marbré

2 CàS Cacao, Yaourt 1, Farine 3 Pots, Huile 1/2 Pot, Œufs 3, Sucre Complet 1 Pot, 1/2 Pincée

Partager la pâte en 2, dans une mélanger le cacao. Ajouter dans le moule en alternant les 2 pâtes, pour former les marbrures.

Mélanger tout les ingrédients. Verser dans un moule à gâteau. Cuire 35 min à 180°

Marie Odile propose

- sur France-Culture, des récits en tout genre pour adultes et enfants à écouter... <https://www.franceculture.fr/fictions>
  - Pour les enfants à partir de 3 ans, une sélection de courts métrages animés proposée par l'association "Films pour enfants" <https://www.films-pour-enfants.com/tous-les-films-pour-enfants.html>
- Pour les consulter, il suffit de copier les liens ci-dessus dans la barre de recherche de votre navigateur.

SUR LE SITE DE LA CAF [www.monenfant.fr](http://www.monenfant.fr)

Une sélection d'activités et ressources autour du thème de la découverte : visionner des courts-métrages, visiter des musées virtuels, s'initier à l'astronomie... Cette rubrique est régulièrement mise à jour, alors n'hésitez pas à y repasser !

**Pour les PLUS PETITS :** Films pour enfants  
 Editeur : Association Film pour enfants, réalisé avec le soutien du ministère de l'Education nationale  
 Public cible : Enfant à partir de 3 ans  
 Type de contenu : Courts-métrages en ligne  
 Description : Le portail de courts métrages permet de visionner gratuitement 250 films dans le cadre de la famille. Un classement par âges, genres, thèmes et mots-clés permet de mieux choisir les films.

<https://www.films-pour-enfants.com/tous-les-films-pour-enfants.html>

**Pour les ADOS :** Jeux en ligne SmartGames

Editeur : SmartGamesLive  
 Public cible : Ados  
 Type de ressource : Jeux en ligne  
 Description : Pendant le confinement, le site SmartGames propose différents jeux de logique en ligne adaptés à toute la famille.

<https://www.smartgameslive.com/fr/games/starter>

**10 Jeux sportifs pour parents et enfants à la maison**

Editeur : Sarah Ourahmoune  
 Public cible : Enfant à partir de 3 ans  
 Type de ressource : Vidéo en ligne  
 Description : Des jeux sportifs et des petits défis simples à mettre en place pour faire bouger vos enfants. Avec très peu de matériel et un petit espace, vous pouvez organiser des petites séquences de jeux avec vos enfants dès 3 ans.

[https://www.youtube.com/watch?v=e4RNJ\\_0TQQI](https://www.youtube.com/watch?v=e4RNJ_0TQQI)



Jouer avec des rouleaux de papier toilette

**POUR LES PETITS**

Créer des jeux avec du matériels présents à la maison :

- Des rouleaux de papier WC,
- Du gros scotch (si vous voulez faire plus joli, tentez le washi-tape),
- Des ciseaux,
- Des petits objets à mettre dans les rouleaux (ici des pompons multicolores).
- Des réceptacles de couleurs (assiettes en papier coloriés)

← Billes pour le second jeu de parcours



Ces robes en fleur vont plaire !!  
 La mode de ce printemps