

L'AEL VOUS ACCOMPAGNE

Toute l'équipe du Centre Socioculturel AEL reste mobilisée.

Vous avez une question d'ordre administratif, social ou personnel.

Vous avez besoin d'un accompagnement ou témoignez de votre situation ?

Vous pouvez nous joindre par mail à l'adresse suivante : csaelaccueil@gmail.com,



DU 5 AU 14 JUIN 2020

SEMAINE DE L'ENVIRONNEMENT À NOVALAISE



Le centre socioculturel vous accueille aux horaires habituels sur rendez-vous de préférence, afin de respecter les nouvelles mesures de distanciation et les mesures barrières. Merci de venir équipé de votre masque.

Lundi 13h30 - 18h

Mardi 13h30 - 17h

Mercredi 8h - 12h et 13h30 - 18h

Jeudi et vendredi de 8h à 12h

Si vous souhaitez un rendez-vous avec la **Mission Locale Jeunes** vous pouvez appeler au 04 79 28 57 39 ou envoyer un Mail au csaelaccueil@gmail.com

Sommaire

Page Infos

Espace Petite Enfance

Espace Enfance

Espace Jeunesse

Tous au sport

La Vie de nos Hameaux

Page gourmande : stop au gaspillage du pain

"Les plumes en Vol libre"

"Les Ateliers de Valérie"





DU 5 AU 14 JUIN 2020
SEMAINE DE L'ENVIRONNEMENT À NOVALAISE

A l'occasion de la journée mondiale de l'environnement du 5 juin 2020, la commune de Novalaise propose une semaine d'animations sur le thème de l'environnement du 5 au 14 juin.

Le Centre Socioculturel de Novalaise s'associe à ce projet. L'Accueil de Loisirs va proposer aux enfants diverses activités sur le thème de l'environnement.

Jean-Baptiste, animateur jeunesse, donne également rendez-vous aux Jeunes les **mardi 9 et jeudi 11 juin à partir de 14 heures** au Centre Socioculturel, pour le nettoyage et le ramassage des déchets sur la Commune.

Venez nombreux !

Notre prochaine Newsletter sera également consacrée à l'environnement, astuces anti-gaspi, créations originales ...

DU 5 AU 14 JUIN 2020

SEMAINE DE L'ENVIRONNEMENT À NOVALAISE



NOVALAISE SE BOUGE POUR SON ENVIRONNEMENT !



A l'occasion de la journée mondiale de l'environnement du 5 juin 2020, Novalaise propose à ses habitants une semaine d'animations pour agir autour de la thématique environnementale

Sport

Je sors, je nettoie !

Création

La nature m'inspire

Collaboratif

Je partage mes idées



En coopération avec



Sport

Je sors, je nettoie !

A l'occasion de mes sorties, je prends les gants et sachets mis à disposition par la Mairie et j'en profite pour ramasser les déchets que je croise sur mon chemin !

Jusqu'au 14 juin, j'envoie à la Mairie une photo des déchets ramassés par mail accueil.mairie.novalaise@orange.fr ou sur le padlet de la semaine de l'environnement à l'aide du **QR code** ci-dessous ou au lien suivant <https://cutt.ly/GySE723>

Les kits de ramassage seront distribués le dimanche 7 juin de 10h à 12h devant la Mairie

Création

La nature m'inspire

La nature est si belle en ce moment qu'elle nous inspire tous ! Photos, dessins, poèmes, vidéos, partagez vos créations pour exprimer votre soutien à la protection de l'environnement !

Déposez les dans la **boîte à idées** installée à cet effet devant la Mairie ou publiez les sur le padlet de la semaine de l'environnement à l'aide du **QR code** ci-dessous ou au lien suivant <https://cutt.ly/GySE723> jusqu'au 14 juin .



Collaboratif

Je partage mes idées !

Vous avez pris de nouvelles habitudes pendant le confinement pour réduire votre impact sur l'environnement ? Vous avez des idées ou des envies d'actions dans le domaine environnemental pour la commune ?

Déposez vos idées directement dans la **boîte à idées** installée devant la Mairie ou sur le padlet de la semaine de l'environnement à l'aide du **QR Code** ci-dessous ou au lien suivant <https://cutt.ly/GySE723>

Plus d'informations :
www.novalaise.fr

Tél Mairie : 04 79 28 70 38

Scannez le code avec votre téléphone pour accéder au Padlet de la semaine de l'environnement ou cliquez sur le lien <https://cutt.ly/GySE723>



"Créations maison" du Centre Socioculturel

Fabrication de petits sacs, jouets, lingettes démaquillantes... Des solutions anti-gaspi, anti-plastique

N'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou mail au csaelaccueil@gmail.com

si vous souhaitez réaliser certaines de ces créations ou en proposer d'autres ...



"Le petit Livre Ecolo du Centre Socioculturel"
qui regroupe les différentes pratiques de chacun



J'utilise des bocaux en verre pour stocker, conserver
ma chapelure maison, fabriquer mes sirops



je cultive mon potager, mes tisanes et plantes aromatiques
je récupère l'eau de pluie



J'utilise les ustensiles de cuisine en inox
des grands parents, je redonne une seconde vie à leurs
meubles, je brode avec les fils de ma grand-mère



Je bouture mes plantes pour les partager, je fabrique mon compost maison, je plante des fleurs qui demandent peu d'eau



je fabrique et utilise du savon dur, mon déodorant, je fabrique ma lessive



je prépare mes tisanes maison, mes confitures, mon kéfir de fruits, je bois mon thé en vrac



Et surtout, je savoure tous les Bienfaits de la Nature pour profiter de la vie



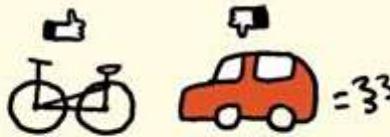
COMMENT PEUX-TU PROTÉGER L'ENVIRONNEMENT?

L'avenir de notre planète t'inquiète? Il y a plusieurs choses que tu peux faire pour la protéger. En voici quelques-unes qui t'aideront à moins polluer. Je suis certaine que tu peux en trouver beaucoup d'autres. C'est ensemble qu'on va changer les choses!

Au lieu d'acheter des jouets neufs, essaie de les trouver usagés ou d'en échanger avec tes amis.



Quand c'est possible, utilise le vélo ou les transports en commun au lieu de demander à tes parents de te reconduire en voiture.



Éteins les lumières et les appareils électriques quand tu ne les utilises pas.



L'hiver, au lieu de monter le chauffage, porte des vêtements plus chauds.



Les élevages d'animaux polluent énormément. En famille, essayez de manger moins de viande et plus de produits végétaux.



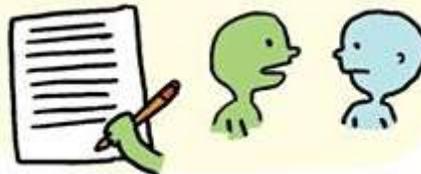
Prends des douches moins longues pour économiser l'eau chaude.



Évite d'acheter des produits trop emballés ou des produits jetables. Le plastique est très polluant!



Parle de tes inquiétudes aux adultes que tu connais. Tu peux aussi écrire au gouvernement de ta région pour lui demander d'écouter les jeunes.



Les jeunes organisent de plus en plus de manifestations pour se faire entendre des gouvernements. Essaie de te joindre à eux quand tu peux!



Les jeunes ont beaucoup de bonnes idées et d'énergie. Vous pouvez inspirer les adultes et faire changer les choses. N'abandonnez pas!



Fabrication de
peinture écologique
avec les
ingrédients
de la cuisine



Activité manuelle écolo :

Faire sa peinture soi-même avec les ingrédients simples de sa cuisine

Laisser les tout-petits explorer par le toucher et sans risque s'il porte cette peinture à la bouche

Ingrédients de la peinture maison :

- 1 verre de maïzena
- 4 verres d'eau
- Du colorant alimentaire
- 6 cuillères à soupe de sucre
- Une casserole

Recette :

- Verser l'eau, la maïzena et le sucre dans la casserole.
- Mélanger.
- Faire chauffer à feu doux et remuer sans cesse jusqu'à ce que la préparation prenne une consistance assez épaisse et gluante.
- Répartir dans des récipients puis ajouter le colorant.
- Laisser totalement refroidir.



POUR PROTÉGER L'ENVIRONNEMENT: JE RECYCLE

Fabrique ton pot à crayon monstre

Matériel nécessaire:

- Des bouteilles de shampoing/bouteilles d'eau
- Du Ruban adhésif double-face
 - Des Ciseaux
 - De la Colle forte
 - Un Cutter

Activité de la semaine:



-Papier autocollant noir et blanc ou un feutre noir indélébile

Comment réaliser ton pot à crayon

- 1- Regroupe tout le matériel et retire soigneusement les étiquettes des bouteilles de shampoing ou des bouteilles d'eau.
- 2- Découpe le haut des bouteilles à l'aide d'un cutter en veillant à lui laisser une forme arrondie. (fais toi aider d'un adulte).
- 3- Dans la partie qui vient d'être séparée de la base, découpe deux bras.
- 4- Avec l'aide d'un adulte, colle les bras avec de la colle forte.
- 5- Ensuite, dessine les yeux et la bouche
- 6- Enfin, fixe les pots à crayons au mur, avec du ruban adhésif double-face, ou pose le sur une table.



POUR PROTÉGER L'ENVIRONNEMENT: JE JARDINE



Réalise ton mini potager d'aromates



Le matériel nécessaire :

- Une jolie cagette à dénicher au marché,
- Des contenants aux tailles et matériaux différents qui serviront de cache-pots étanches : (boites de conserve, pots de fleurs aux motifs colorés,...)
 - Des plantes aromatiques,
- Des pots en plastique avec trous,
- Du terreau pour potager,
- Des gravillons (ou billes d'argile),
- De l'engrais.

Les étapes à suivre :

- 1- Verser une couche de gravillons ou de billes d'argile au fond du pot avec trous,
- 2-Remplir les 3/4 du pot à l'aide de terreau pour potager et d'engrais,
- 3-Planter la plante ou les graines
- 4-Placer le pot dans le contenant décoratif de votre choix
- 5-Disposer les différents contenants dans la cagette en bois
- 6-Arroser régulièrement selon les besoins de chaque plante aromatique.



Astuce en plus : place ton potager d'intérieur à un endroit lumineux et aéré. Le mieux ? A proximité d'une fenêtre ensoleillée.



Maxime : Souviens-toi toujours que si on essaie de te rabaisser, c'est que tu as de la valeur :)

Rappel: un rendez-vous est fixé
le mardi et le jeudi de 14h00-17h00 pour aller marcher et discuter...

Le RDV est à 14h00 au Centre socioculturel AEL.

Pour cette semaine Jean-Baptiste propose aux jeunes
de se joindre à la semaine de l'environnement proposée par
la Mairie de Novalaise.

Sortons, Nettoyons, Partageons !



Envie d'une activité créatrice c'est par là...
(utiliser le maximum de matériaux de récupération pour la réalisation)
Pour le protocole de construction rendez-vous sur :

https://www.creavea.com/activite-manuelle-enfant_diy-faire-un-babyfoot-en-carton_fiches-conseils_6679-0.html (photo à gauche)

https://www.creavea.com/activite-manuelle-enfant_diy-baby-foot-en-carton_fiches-conseils_5009-0.html (photo à droite)



Envoie ta réalisation à l'adresse caeljeunesse@gmail.com

Parlons maintenant de la liberté de se déplacer en cette semaine sur l'environnement...

Je vous invite à consulter ses 2 liens (vidéos).

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=5JUhJjV7y54>
C'est pas sorcier -ROULEZ PLUS PROPRE !
- 2) <https://www.youtube.com/watch?v=TgPiS9shhU4>
Nouvelle appli d'éco-conduite GECO AIR gratuite

Pour les jeunes qui font du scooter ou de la moto voici des informations pour la conduite éco-responsable en cette semaine dédiée à l'environnement.



- L'écoconduite d'un scooter (ou moto), en quoi ça consiste ?

Avoir un scooter répondant aux normes écologiques ne suffit pas si l'on n'adopte pas une conduite responsable.

- Une conduite souple du scooter

Conduire de manière éco-responsable, que l'on soit sur un deux-roues ou que l'on conduise une voiture, c'est d'abord adopter la plus grande souplesse possible. L'idée est de conduire à une vitesse plus régulière, tout en respectant les distances de sécurité, afin d'éviter coups de freins et accélérations brutaux qui sont particulièrement énergivores. On estime qu'une conduite agressive peut faire grimper la consommation de carburant de quelque 40% !

Réduire sa vitesse

Réduire votre vitesse de 10 à 20 km/h ne vous fera pas perdre de temps. Cela vous permettra en revanche de réaliser de substantielles économies de carburant. Si vous devez vous arrêter plus de 30 secondes, éteignez votre moteur. Car, contrairement à ce que l'on pourrait penser, le laisser tourner vous fera en consommer davantage que si vous coupez le moteur et le rallumez. Sachez que bon nombre de règles de l'écoconduite sont aussi tout simplement des règles de sécurité. Une conduite souple est par nature moins dangereuse qu'une conduite agressive. Vous avez tout à gagner à adopter une conduite éco-responsable à bord de votre scooter.

Limiter le nombre d'accessoires pour réduire sa consommation de carburant

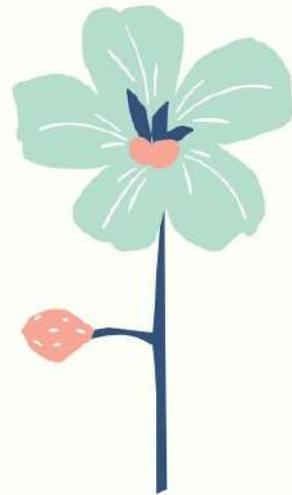
Réduire la consommation de carburant de son deux-roues ne passe pas seulement par la façon dont on le conduit. Le choix des accessoires a lui aussi un rôle à jouer. Evitez d'alourdir votre scooter avec des charges inutiles et choisissez des vêtements qui ne seront pas en prise au vent. On privilégiera ainsi une tenue près du corps et de manière générale, on évitera autant que possible de charger son deux-roues d'un top-case ou autre sac rempli à ras-bord. Si vous le pouvez, pensez aussi à baisser le pare-brise de votre scooter s'il y en a un !

La semaine prochaine une nouvelle enquête vous sera proposée. A très vite.



Ateliers sportifs

3/5 ans avec Florence



Projet Vélo



LES ACTIVITÉS RÉGULIÈRES ONT PU
REPRENDRE CETTE DERNIÈRE SEMAINE EN
INTÉGRANT LES NOUVELLES MESURES
SANITAIRES

L'ACTIVITÉ "VÉLO" A AINSI ÉTÉ PROPOSÉE
AFIN QUE LES TOUT-PETITS PUISSENT SE
PERFECTIONNER A 2 ROUES!

AU PROGRAMME: PARCOURS, SLALOMS,
FRANCHISSEMENT D'OBSTACLE, ÉQUILIBRE
MAIS AUSSI UN PEU DE SIGNALÉTIQUE
ROUTIÈRE "ARRÊT AU FEU ROUGE"

CE PROJET A ÉGALEMENT ÉTÉ INSTAURÉ EN
LIEN AVEC LA THÉMATIQUE
ENVIRONNEMENT



Quelques conseils pour apprendre à faire du vélo sans roulette

Nous n'avons pas besoin de roues stabilisatrices pour apprendre aux enfants à faire du vélo. Le secret? **La draisienne**. Ce vélo à deux roues sans pédales permet de trouver son équilibre, à son rythme. Dès 18 mois, assis sur la selle et les deux pieds plantés dans le sol, ils se sentent en sécurité, et donc en confiance.

Ce qui est également important est le poids du vélo: plus il est léger, plus l'enfant le maniera avec facilité.

Important également: il vaut mieux avoir un vélo trop petit pour apprendre, les 2 pieds doivent être à plat au sol quand l'enfant est assis sur la selle.

Et on n'oublie pas le casque!

Quelques conseils d'apprentissage

Pour affronter les premières lignes droites, soyez derrière lui et tenez-le légèrement en tenant sa selle ou tout simplement en gardant une main sur son dos. Comme il aura tendance à choisir un parcours limité, encouragez-le à regarder loin.

Enfin, respectez le rythme de votre enfant. En tout cas, ne forcez pas les choses au risque de le braquer.

Votre bout de chou sait réellement faire du vélo s'il est capable de :

- démarrer sans zigzaguer
- freiner sans les pieds
- rouler droit en roulant lentement
- suivre une trajectoire déterminée en virage
- ralentir et freiner pour s'arrêter à un endroit précis
- prévoir et maintenir une distance de sécurité.

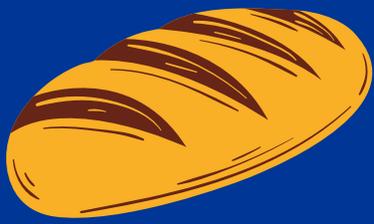


C'est parti pour quelques exercices:

1. Acquérir le sens de l'équilibre. Il est maintenant question de trouver le juste équilibre sur la bicyclette. Sur une draisienne, il va prendre conscience du jeu d'équilibre nécessaire tout seul dans l'objectif de vouloir rouler le plus droit possible. Au début, il fera des petits pas, mais au fur et à mesure, il va faire des pas de plus en plus grands et avancer toujours plus loin.
2. Pédaler: Il peut maintenant enfourcher sur un vélo pour enfant et apprendre à pédaler. Le plus dur est le démarrage. Pour cela, placez le vélo entre ses jambes et positionnez une pédale en haut avant d'y poser son pied et de donner la première pulsion.



3. Freiner. Il est essentiel de bien doser le freinage pour être capable de s'arrêter brusquement. De ce fait, apprenez votre enfant à freiner simultanément avec les freins avant et arrière. Pour mieux exercer le freinage, fixez un repère précis sur son parcours annoncé à l'avance.
4. Tenir la trajectoire. Faire du vélo consiste à réaliser une trajectoire bien définie. Autrement dit, le cycliste doit être capable d'effectuer un parcours. Pour un enfant, pensez à le faire suivre une ligne avec des passages étroits. Le meilleur moyen serait de tracer au sol à la craie le parcours. Sinon, roulez à vélo avec lui en maintenant une distance constante. Ainsi, il suivra votre trajectoire.



PAGE GOURMANDE

astuces anti-gaspi pour recycler
le pain SEC

INGREDIENTS

6 personnes



1 saladier de pain
rassis



1 l de lait entier



100 g de sucre selon
goût



1 gousse de vanille



3 oeufs



5 cl de rhum



Faire bouillir le lait avec le sucre et le bâton de vanille. Enlever le bâton et verser le lait sur le pain. Laisser ramollir.

Ajouter les oeufs et le rhum.

Ajouter si l'on veut des pommes, ou des raisins secs (trempés 10 mn dans le rhum), ou des poires, ou des pépites de chocolats,...

Verser dans le moule beurré.

Au four chaud (200°) pendant 45 mn

Vous pouvez
mettre les fruits
que vous souhaitez
à votre goût ou
agrémenter de fruits
confits, noix, etc.



Le pain fait partie des aliments les plus consommés quotidiennement en France, mais aussi le plus gaspillé. Le pain, c'est environ 4,5 kg de perte par an pour chaque français. Par exemple, jeter une baguette de pain équivaut à gaspiller 200 L d'eau ou à laisser une lumière allumée pendant 24 heures.

Voici quelques astuces anti-gaspi pour faire du bien à la planète et à votre porte-monnaie <https://larecette.net/6-astuces-anti-gaspi-pour-recycler-le-pain-rassis/>



croûtons



Bruschetta



chapelure

Ingrédients : Pour 4 personnes

200 g de mie de pain rassis

80 à 100 g de farine

20 g de parmesan râpé

1 œuf

1 c. à café de sel

120 g de beurre

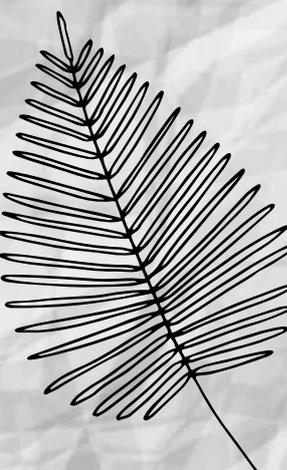
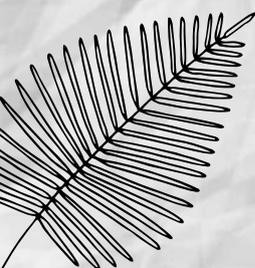
8 feuilles de sauge

Gnocchis de pain au beurre de sauge



1. Couper le pain en cubes puis les déposer dans un saladier et les arroser de 150 ml d'eau. Laisser tremper 20 minutes.
2. Ôter l'excédant d'eau en pressant les cubes puis les mélanger à l'aide d'une fourchette avec la farine, le parmesan, l'œuf et le sel. La pâte ne doit pas être collante.
3. Sur un plan de travail fariné, former des boudins de pâte d'environ 5 cm de diamètre et les couper en tronçons de 2 cm.
4. Faire cuire dans un volume d'eau bouillante salée pendant environ 4 minutes.
5. Dans une poêle, faire fondre le beurre avec les feuilles de sauge puis ajouter les gnocchis préalablement égouttés dans le beurre et faire dorer brièvement

Atelier d'écriture
"Les Plumes en Vol Libre"



**La fée Clochette parle à des papillons
La branche d'arbre écoute le clair de lune
Papillons, fée, branches et clair de lune
Discutent d'automne
Loin de toute monotonie Les feuilles alentour
Dansent chacune leur tour
Aux rythmes des cycles de vie
De bas en haut de haut en bas à petit pas
Se tournent, s'envolent
S'efforcent, se touchent
Elles tirent elles tissent
Les fils de l'existence
Des insectes rampants
Les regardent virevoltant
Envient leur aisance
Mais sourient au spectacle
De ce recommencement
Papillons, fée, branches et clair de lune
Entrent dans la danse
Et de ces fils tirés et tissés
S'écrivent sans hésiter
Des mots d'amour
Loin de toute monotonie
D'amour de l'automne
Ô temps suspends ton vol
Saison de l'après
Saison de l'Avent
Le sol se charge se recharge
Pour l'endormissement
Avant le recommencement**

Etienne





• **ATELIER "ART RÉCUP"** •
JE CRÉE
UNE PETITE FAMILLE HIBOU



• **ATELIER "ART RÉCUP"** •
JE CRÉE
UNE PETITE FAMILLE HIBOU

IL TE FAUT :

ROULEAUX PAPIER TOILETTE OU ESSUI-TOUT,
CISEAUX ET FEUTRE NOIR





Fais des essais
de visages et de motifs
sur une feuille de brouillon
avant de te lancer
sur tes rouleaux.

VOILÀ MA PETITE
FAMILLE HIBOU.
ET TOI... ELLE RESSEMBLE À QUOI ?

3 : CHOISIS LE CÔTÉ DES ROULEAUX

L'ON NE VOIT PAS LA FERMETURE SUR LE HAUT,

CE SERA PLUS JOLI

DESSINE LES VISAGES DE TA FAMILLE HIBOU

AVEC TON FEUTRE NOIR

TU PEUX UTILISER DES FEUTRES

AVEC DES TAILLES DIFFÉRENTES

SI TU EN AS

UTILISE DES FEUTRES PLUS FINS

POUR LES DÉTAILS



ENVOIE TON ŒUVRE À :
CSAELACCUEIL@GMAIL.COM

