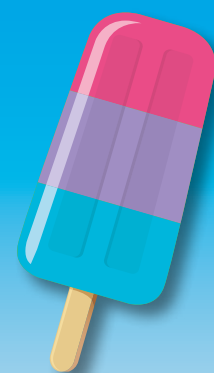


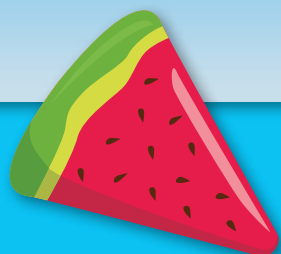


INFO.KIDS

Le magazine du C.M.J.M.



No7



EDITO

Salut,
Je m'appelle Mathys. Cela fait déjà un an que je suis jeune élu au Conseil Municipal des Jeunes Mouginois. Je suis ravi d'avoir participé à l'organisation d'événements incontournables à Mougins. Le groupe CMJM est soudé et il y a une super ambiance. Dans ce nouveau numéro, tu trouveras un retour sur le stage de graffiti avec les jeunes de l'EMJM, une recette, une activité sportive spéciale pour l'été et des jeux pour te divertir durant tes vacances. A bientôt.

Mathys WATRELOT
Conseiller Municipal des jeunes



LE SPORT QUE NOUS AIMONS TOUS EN ETE!

LE CANYONING est un sport extrême, qui consiste à se promener dans des lits d'eau en passant dans des gorges ou des ravins étroits. C'est un **sport sympa**, car on le pratique dans un milieu naturel.

Pour le pratiquer, il faut avoir des équipements adaptés : une combinaison, un casque, des chaussures qui vont dans l'eau.

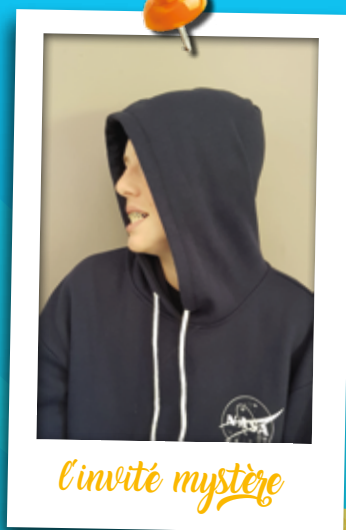
Il faut toujours être accompagné d'un moniteur et toujours respecter les consignes de sécurité.



Notre personne mystère est un nouvel arrivant au CMJM. Il est scolarisé au collège les Campelières et a 13 ans. Il pratique la natation depuis l'âge de 6 ans et est passionné de jeux vidéo. D'ailleurs son projet serait d'installer une salle de jeux vidéo accessible à tous les ados mouginois.

Tu le reconnais ?

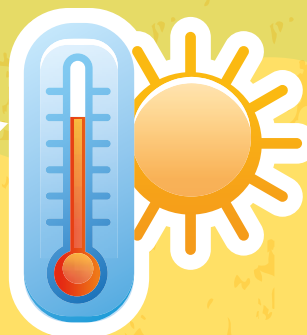
Réponse : Ludovic Pasta



l'invité mystère

LE SAVIEZ-VOUS ?

La température la plus haute jamais enregistrée sur Terre est de 56,7°C en 1913 aux Etats Unis.





DURANT LA PREMIÈRE SEMAINE DES VACANCES D'AVRIL 2019, 16 JEUNES DE L'EMJM ONT APPRIS À FAIRE DU GRAFFITI AVEC UN PROFESSIONNEL. DENIS, DE SON NOM DE SCÈNE « OBEN », LEUR A D'ABORD EXPLIQUÉ LES DIFFÉRENTES TECHNIQUES DE LETTRAGES. LES JEUNES SONT REPARTIS AVEC UN CADRE CUSTOMISÉ PAR EUX-MÊMES, PUIS AVEC L'AIDE D'OBEN, ILS ONT RÉALISÉ TROIS GRANDS TABLEAUX POUR DÉCORER LA SALLE DE L'EMJM. UN GRAND MERCI A LUI.



SAIS-TU COMMENT EST CRÉÉ UN JOURNAL INFOKIDS?

MARINE ET LIAM VONT TE RÉVÉLER LES DIFFÉRENTES ÉTAPES

Marine
Membre du CMJM



Liam
Membre du CMJM



M-L : La création du journal InfoKids a lieu sur plusieurs mercredis. Les premiers mercredis, nous restons à la salle de l'EMJM (espace ados au chemin de l'Hubac) pour commencer le journal. Le dernier mercredi, nous nous rendons au Service Communication de la ville de Mougins avec un infographiste afin de peaufiner les détails sur ordinateur.

A la salle, les 3 premiers mercredis :

- ✓ **Etape 1 :**
L'équipe de journalistes trie les actualités afin de choisir les informations les plus pertinentes qui seront retranscrites dans le journal.
A la fin de la 1^{ère} séance, on distribue les rôles (rédaction de l'édito, invention de la recette, qui fera l'invité mystère, etc...)
 - ✓ **Etape 2 :**
Une fois tous les rôles distribués, les journalistes travaillent à la maison pour avancer la rédaction des textes.
 - ✓ **Etape 3 :**
Les journalistes aidés d'un animateur rédigent les textes, choisissent la mise en page et les photos.
- Au service communication :**
Une fois la mise en page terminée, nous nous rendons au service communication pour finaliser le journal en collaboration avec l'infographiste.

La passion de Chloé



Salut tout le monde, l'été approche...

Je voulais partager avec vous ma passion qui est le volley-ball.

Je pratique le volley au club " Pays de Grasse " et j'y vais 2 fois par semaine.

Souvent les gens se trompent entre les règles de volley et Beach volley.

Le beach-volley est un sport qui s'exerce sur la plage durant les beaux jours.

Je vais t'expliquer la différence entre le volley et le beach volley.

VOLLEY BALL

- Terrain de 18 m de longueur sur 9 m de largeur
- 6 joueurs par équipe
- 1 passeur, 2 attaquants, 3 réceptionneurs
- 6 remplaçants et 1 entraîneur
- 3 sets de 25 points

BEACH-VOLLEY

- Terrain de 16 m de longueur sur 8 m de largeur
- 2 joueurs par équipe
- En beach-volley chaque joueur fait tout
- Pas de remplaçant et pas d'entraîneur
- 2 sets de 21 points

HAUTEUR DE FILET

2,43 m pour les hommes et 2,24 m pour les femmes

FRAPPES DE BALLE

On peut frapper la balle avec toutes les parties du corps (y compris le pied), sauf au service.
3 touches successives maximum par équipe.

Voilà, il te suffit de trouver un terrain de beach-volley ou un endroit sur le sable et de monter un filet entre 2 arbres.

Maintenant que tu connais les règles du Beach volley, tu vas pouvoir y jouer cet été.

À vos marques, prêt, smachez !!!

QUIZZ SUR LES FRUITS D'ÉTÉ



1) Les fruits sont indispensables à notre alimentation ?

VRAI OU FAUX

2) Quelle baie est la championne de la Vitamine C ?

La groseille, la mûre ou le cassis ?

3) Plus le melon est orangé, meilleur il est pour la peau ?

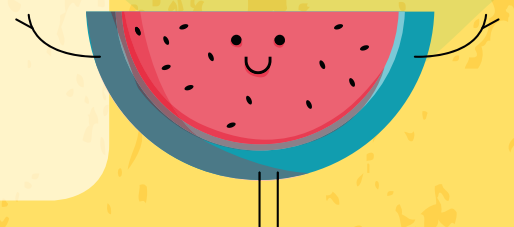
VRAI OU FAUX

4) Les fruits rouges sont plus sucrés que les autres ?

VRAI OU FAUX

5) Il est préférable de manger des fruits d'été ?

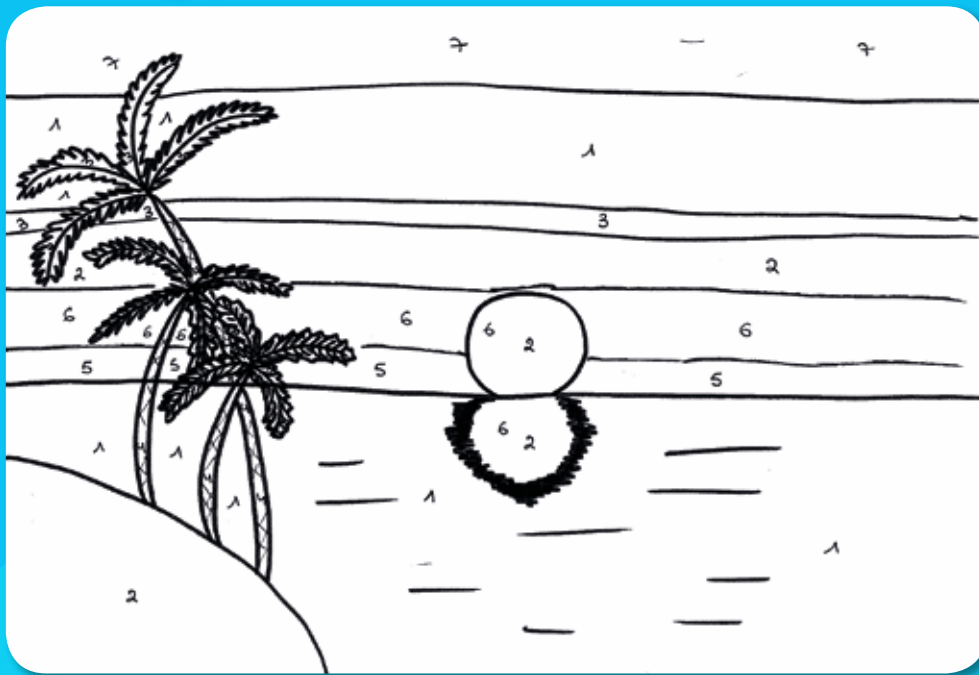
Crus, cuits ou les 2 ?



(Réponses page 4)

COLORIAGE MAGIQUE

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7



LA BLAGUE D'ALEXIS
Monsieur et Madame Envahence
ont 4 enfants comment se
prénomment t'ils ?

car ils vont au Danemark en vacances
 Vyon, Aude, Anne, Marc



PAN BAGNAT

Pour le pain :

500g de farine, 300ml d'eau tiède, 1 sachet de levure boulangère, 2 c à soupe d'huile d'olive, sucre, 1 c à café de sel.

Préchauffer le four à 220 degrés.

Mettre la levure dans l'eau et laisser reposer ; pendant ce temps-là, mélanger la farine, le sel et le sucre.

Ajouter le mélange d'eau et de levure afin d'obtenir une pâte homogène et laisser reposer pendant 30 min.

Séparer la pâte en 4 et laisser de nouveau reposer 30 min.

Enfourner 15 min à 220 degrés.

Pour la garniture :

1 gousse d'ail, 1 poivron, 1 tomate, 2 œufs durs, 5 olives noires, 200g de thon, 1 feuille de basilic et 1 c à soupe d'huile.

Couper en rondelles la tomate, le poivron, les œufs durs et les olives noires.

Couper en 2 les pains et frotter l'ail sur le dessus pour mettre les rondelles, le thon, le basilic et l'huile d'olive.

Et c'est prêt !!!

ORGANISE-TOI UN PIQUE NIQUE À LA PLAGE



LES SUCETTES GLACES

Ingrédients :

25 cl d'eau, des fruits rouges, 1 kiwi, du sirop de grenadine, du sirop de citron

Couper le kiwi, planter les cure-dents dans le kiwi et les fruits rouges.

Mettre le sirop avec de l'eau.

Dans un bac à glaçon mettre les fruits ainsi que le sirop de citron avec les kiwis et la grenadine avec les fruits rouges.

Mettre au congélateur pendant 2h et il n'y a plus qu'à savourer.

RÉPONSES DU QUIZZ

VRAI : ils sont particulièrement riches en eau : ils en contiennent de 75 à 95%. Et la pastèque est la première sur la liste !

LE CASSIS : 50 g de cassis couvrent l'ensemble de nos besoins quotidiens.

VRAI : lorsqu'il est très orangé, le melon contient davantage de bêta-carotène, qui est la vitamine indispensable à la croissance, la vision et la peau. Rappelons que pour bien choisir son melon, il faut observer la base du pédoncule : si elle est craquelée et parfumée, vous tenez un melon succulent !

FAUX : ils sont même plutôt moins sucrés que les autres ! Mise à part la cerise (le plus sucré des fruits rouges...), ils ne contiennent que 5 à 10 % de glucides.

Les 2 : Lorsqu'ils sont cuits, les fibres qu'ils contiennent sont mieux tolérés par les intestins fragiles, mais lorsqu'ils sont crus, on absorbe plus de vitamines et de calcium. Variez donc vos préparations !