



INFO.KIDS

Le magazine du C.M.J.M.



No 9

EDITO



Je m'appelle Julie, j'ai 13 ans, je suis scolarisée au CIV (Collège International de Valbonne) et je suis au CMJM depuis 2 ans et demi.

Ces années passées au sein du Conseil des Jeunes m'ont appris à m'organiser, à gérer mon emploi du temps et donc à devenir plus autonome !

Après ces mois quelque peu « stressants », voici une bouffée d'oxygène avec notre Info kids de l'été. Au programme : sorties en plein air, sport, jeux, recette etc.. Bonnes vacances à tous et surtout restez prudents !

Julie CHAUVEAU
jeune élue au CMJM

La boîte à livres



confinée...

...déconfinée !

Confinée durant ces derniers mois, la boîte à livres de Mougins le Haut a respecté les consignes gouvernementales, mais aujourd'hui place à la liberté !

Profitez de l'ombre des pins pour vous plonger dans un de ses livres et pourquoi pas, partager avec elle vos lectures préférées. Notre boîte à livres est très gourmande !



L'invitée mystère

Agée de 18 ans, notre jeune élue au CMJM suit un DTS (diplôme de technicien supérieur) en imagerie médicale.

Fidèle aux accueils de loisirs de Mougins depuis sa tendre enfance, c'est en tant qu'animatrice que vous pouvez la retrouver pendant les vacances.

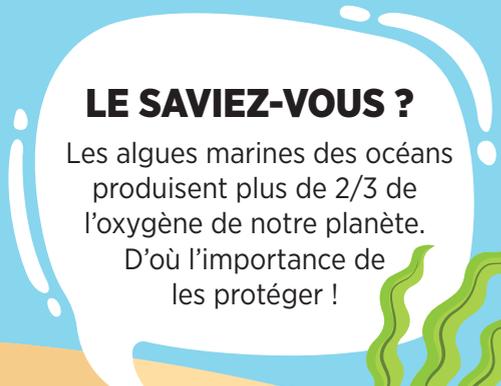
Vous la reconnaissez ?

Réponse : Marine SEGUN

LE SAVIEZ-VOUS ?

Les algues marines des océans produisent plus de 2/3 de l'oxygène de notre planète.

D'où l'importance de les protéger !



Un confinement créatif pour le cmjm

Comme nous tous, le confinement nous a fait découvrir le « télétravail », le « podcast », « les visio-conférences », « les plateformes numériques » et autres outils pédagogiques qui nous ont permis de travailler à la maison ! Nous, au CMJM, nous avons aussi besoin de garder un lien avec vous, alors on s'est mis « aux tutos » (tutoriels, pour les adultes)!

Grâce à la mairie de Mougins qui a créé une page Facebook nommée « MOUGINS CHEZ MOI », les agents municipaux et le CMJM ont permis de rendre moins triste ce confinement en partageant : des recettes de cuisine, des séances de sport, des activités manuelles ou encore les aventures du Petit Prince.

De notre côté, nous avons réalisé des tutos d'activités manuelles à faire en famille avec très peu de matériel et beaucoup d'imagination.

Vous pouvez les retrouver sur la page Facebook « Mougins chez moi »



Les animaux en serviette de Mathys



La grenouille sauteuse de Cassandre



ET VOILA VOTRE VOITURE FINIE

La voiture à réaction de Mathys



Enfourner 1h à 100 degrés

Les dominos en pâte à sel de Maëliss

« Capture d'écran » de quelques tutos

Moi c'est Julie, et voici mon sport favori !

Une idée de sport pour la rentrée



L'escrime est un sport qui réunit la concentration, la coordination, la vivacité et le respect. Ce sport de combat m'a appris la maîtrise de soi et la confiance en soi. Il faut faire preuve de rapidité, de sens tactique, de puissance physique et de sens de l'équilibre.

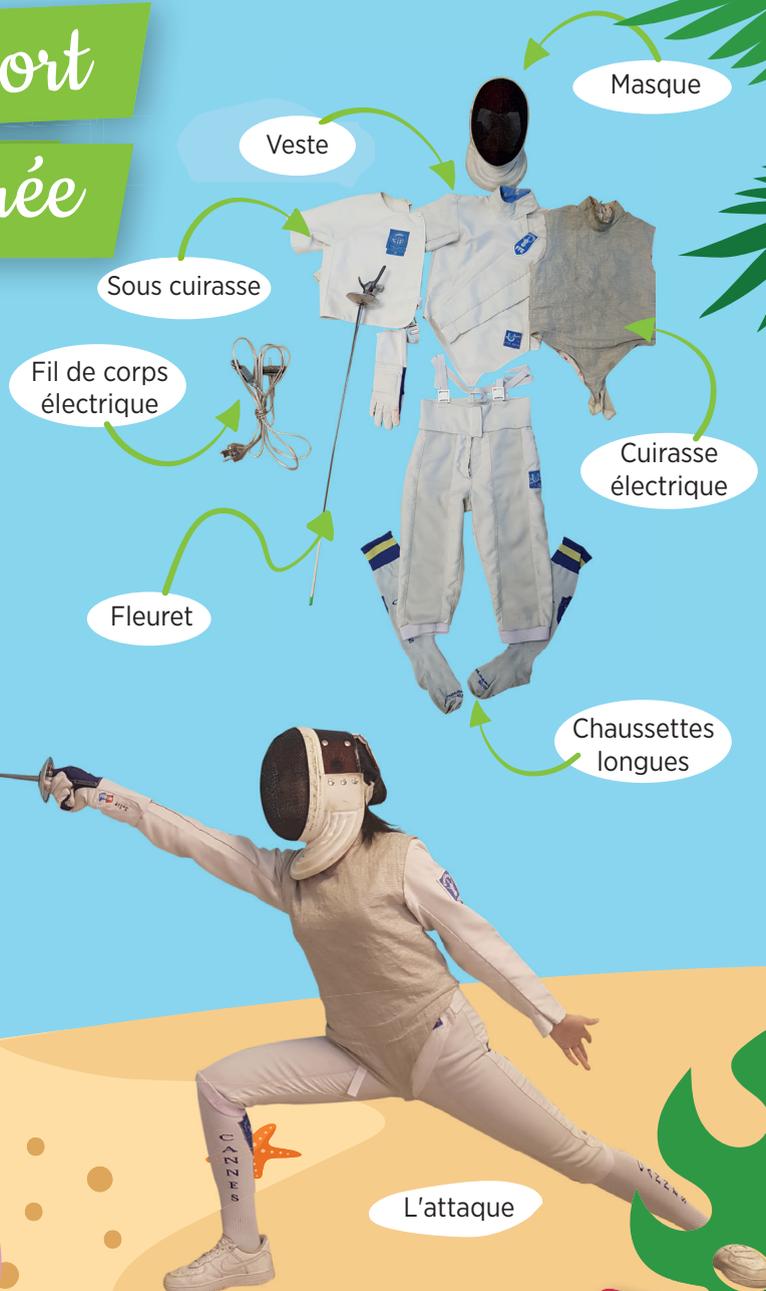
Les règles sont simples. Il faut toucher son adversaire avec la pointe de son arme. Pour moi c'est le fleuret, mais il existe l'épée et le sabre aussi.

Un combat, en escrime, s'appelle un assaut. Les tireurs (les joueurs) s'affrontent, l'un contre l'autre ou en équipes sur une piste de 14 mètres de long et environ 2 de large.

Le décompte des touches se fait grâce à un dispositif électrique. Comme vous pouvez le voir, un équipement complet est nécessaire pour se protéger.

Vous saviez que l'expression « de pied ferme » vient de l'escrime ? La parade de pied ferme s'exécute sans déplacement. Il ne faut pas reculer !

Alors ça vous tente l'escrime ?



L'humeur « nature » de Julia

Nous avons tous remarqué que pendant le confinement la nature avait repris ses droits.

Moi j'habite Mougins-le-Haut et j'ai la chance de pouvoir faire des balades dans la Valmasque. Grâce au calme du confinement, j'ai pu entendre les oiseaux, apercevoir les écureuils, sentir les bonnes odeurs de la forêt...

Et si nous continuions à protéger cette belle nature ?

Pourquoi ne pas se mettre au vélo ? Et profiter des pistes cyclables de notre ville !

On était quand-même bien sans le bruit et la pollution des voitures !

En parlant de pollution, les masques dont nous avons tant besoin en ce moment, ne les jetez pas par terre s'il vous plaît !



L'idée fun et nature de Mathys le geocaching

Vous avez envie d'aventure en plein air cet été ? De chasse aux trésors ? Le géocaching est ce qu'il vous faut ! Cette activité, qui est une course d'orientation géante, est à la fois ludique, culturelle, sportive et permet de découvrir notre environnement et notre patrimoine. Elle est accessible à tous, enfants comme adultes car il y a des niveaux de difficulté. Elle se pratique grâce à une application à télécharger en toute sécurité.

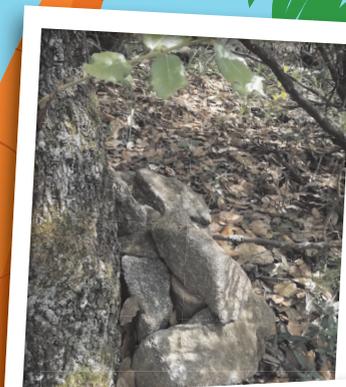
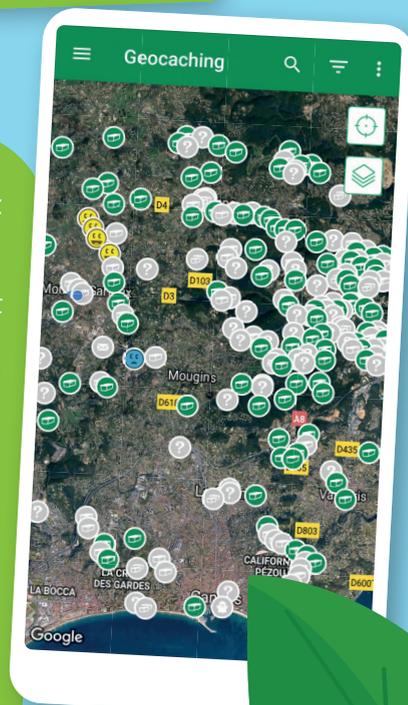
Nous avons choisi l'application « géocaching », qui est la plus connue, mais il en existe beaucoup d'autres.

Le but est de trouver des géocaches. Ce sont des contenants dans lesquels se trouvent des logbook (registre où les participants écrivent leur date de passage) et des objets à partager.

Il existe plus de 3 millions de géocaches dans le monde, mais autour de Mougins vous pouvez déjà en trouver 5 ! Quelques indices ça vous dit ? C'est parti !

Indices : Il y a une géocache dissimulée à la chapelle Notre Dame de Vie et 5 au bord du canal de la Siagne entre Mougins et Mouans Sartoux.

bonne balade à tous !



Géocache
au canal de la Siagne

A toi de trouver les 7 différences



La quiche aux légumes de Marine

Ingrédients :

- 1 pâte brisée
- 1 grosse courgette (ou 2 petites)
- 1 grosse tomate (ou 2 petites)
- 1 échalote
- 100g de lardons
- 3 œufs
- 10cL de lait
- 20cL de crème fraîche
- 75g de gruyère râpé
- Huile d'olive



Préparation :

- 1) Lavez les courgettes et tomates ; coupez-les en morceaux. Emincez l'échalote.
- 2) Dans une poêle, chauffez l'huile à feu moyen. Ajoutez tous les légumes et faites les cuire 10min en remuant de temps en temps.
- 3) Etalez la pâte dans un moule à tarte et piquez-la avec une fourchette. Parsemez-la de petits morceaux de beurre pour éviter les boursouflures de la pâte.
- 4) Dans un saladier, battez les œufs, le lait et la crème fraîche. Salez, poivrez. Ajoutez le gruyère râpé, les lardons et les légumes cuits. Mélangez bien le tout, et versez sur la pâte.
- 5) Faites cuire à four chaud à 190°C pendant 35min.

Les mots mêlés de Cassandra

O J O L C O Q U I L L A G E
 H F U K E I Y J Y A E V J R
 R I A F B A L L O N O L K J
 I V U E Y N D D E Z R U V U
 P H A R E J C N A A P G I V
 B S A B L E G L A C E E F P
 P E L L E T I A V L A J Z L
 P O I S S O N G C Q Y Y E E
 U B O I S S O N J U S E A U
 O X B U C H O C O L A T N V
 J H U Y Q Z S A N D A L E S
 N O I X K D E C C O C O L M
 B O U É E E F J T I R F X S
 P L A G E T F S O L E I L P

Plage
 Pelle
 Phare
 Poisson
 Glace

Seau
 Chocolat
 Bouée
 Soleil
 Sandales

Noix de coco
 Ballon
 Boisson
 Coquillage
 Sable

LE CMJM A L'ECOUTE DES JEUNES MOUGINOIS

Si tu as des idées d'activités ou de projets qui pourraient plaire aux jeunes, n'hésite pas à nous les partager !

Contact : cmjm@villedemougins.com