

# INFO .KIDS

Le magazine du C.M.J.M.

N°16



## Edito

Bonjour à tous ! Je m'appelle Albane THOMAS, je suis en seconde générale au lycée Carnot. C'est mon premier mandat au CMJM et cela fait donc deux ans que je participe à l'amélioration de la vie des jeunes mouginois aux côtés de mes camarades.

Dans cet infokids qui respire l'été, vous retrouverez des recettes, des DIY, un jeu, une idée de sortie ainsi qu'une rubrique toute particulière qui risque de vous faire voyager dans le temps.  
Bonne lecture

## L'invitée mystère

Je suis une élève de 3<sup>ème</sup> au collège des Campelières et j'ai 15 ans. J'aime la natation et le karaté. Au CMJM depuis plus de 2 ans, j'adore m'engager pour ma ville et pour les jeunes.

Julie Capel

## Le saviez-vous ?

Ce n'est qu'en 1992, à l'occasion des JO que la plage de Barcelone a vu le jour. Plus de 2 km de plage ont été créés et le littoral aménagé pour développer le tourisme de la ville.



Retrouvez le CMJM sur...



@conseildesjeunesmouginois

Tous les Infokids  
via ce QR Code



# RETOUR...

By Mathys WATRELOT

Pour cette fin d'année scolaire, revenons sur 4 projets importants menés par le CMJM cette année.

## ÉMISSION LÉRINS RADIO

L'émission mensuelle *InfoTeens* sur les ondes de Lérins radio 91.9FM est un des projets phares de ce mandat.

Les journalistes en herbe du CMJM vous font découvrir des Mouginois talentueux, des professionnels passionnés, des sports et métiers peu connus, des astuces écocitoyennes et bien sûr l'actu de notre ville et du CMJM.



## SOIRÉE HALLOWEEN :

La soirée ado d'Halloween, tradition du CMJM, a fait son grand retour après 3 ans de pause dus aux restrictions Covid. Un moment festif et plein de joie pour les 180 jeunes présents. Un beau succès depuis plus de 15 ans.

## RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONNELLES :

Les rencontres avec les seniors mouginois se sont multipliées cette année, et au vu du succès qu'elles remportent, encore plus de rencontres, ouvertes à tous les ados Mouginois, sont prévues dès la rentrée. Nous avons pu partager des journées à travers des thèmes qui les passionnent comme le jeu, la cuisine, le tricot ou encore la pétanque. Des rencontres remplies d'émotion, de partage, de bienveillance et de rires !

## INFO KIDS :

16<sup>ème</sup> édition de ce journal dédié aux plus jeunes ! Sur les traces de son grand-frère le Mougins Infos, l'Infokids survole l'actu et les bons plans pour les enfants et les ados, avec en bonus des idées de recettes et des DIY imaginés par les jeunes du CMJM.



## ...VERS LE FUTUR

Cette année le CMJM fête ses 20 ans.

20 ans de projets, d'actions, de rencontres, et d'échanges. 20 ans où 7 promotions de jeunes Mouginois se sont succédées avec l'objectif d'améliorer la ville pour les jeunes.



Mais comment les jeunes imaginent leur ville dans 20 ans ? Voici quelques-uns de leurs rêves...

- Je rêve d'une ville où les familles, amis, enfants et seniors se retrouvent.
- Je rêve d'une ville où les habitants sont heureux d'y vivre.
- Je rêve d'une ville qui a beaucoup d'espaces verts et de jardins publics.
- Je rêve d'une ville où les habitants se déplacent à vélo, à pied ou en bus.
- Je rêve d'une ville où il y a des pistes cyclables le long de toutes les routes.
- Je rêve d'une ville où les habitants s'entraident et se sourient.

# LES RECETTES FRAÎCHEUR DE L'ÉTÉ

## La mousse au citron d'Allan

### >> Matériel requis :

Batteur, maryse, presse-agrumes, deux saladiers

### >> Ingrédients pour 5 coupelles

250 g de mascarpone ; 100 g de sucre en poudre ; 1 citron vert ; 1 citron jaune minimum ; 3 œufs



### Préparation:

1. Presser le jus d'un citron (ou 2 pour plus d'acidité) et détailler très finement un peu de zeste de citron vert.
2. Dans un saladier, blanchir les trois jaunes d'œufs dans le sucre en poudre. Incorporer le mascarpone, le jus de citron et le zeste du citron vert tout en mélangeant avec le batteur.
3. Monter les blancs d'œufs en neige, puis les incorporer petit à petit dans la première préparation à l'aide de la maryse,
4. Mettre dans des coupelles, saupoudrer avec du zeste de citron vert et laisser au réfrigérateur 3h minimum.

*Décorez à votre guise, c'est prêt !*



## Le smoothie exotique d'Alexis

### >> Ingrédients

3 bananes ; 6 kiwis ;  
6 fruits de la passion ;  
500 ml de lait très frais  
1 yaourt nature ou à la vanille ; 2 sachets de sucre vanillé



### Préparation:

1. Couper les fruits de la passion en deux puis mettre la chair des fruits dans un bol et réserver au frais.
2. Éplucher les bananes et les kiwis, puis couper en morceaux.
3. Mixer le tout à l'aide d'un blender puis ajouter le sucre vanillé, le yaourt et le lait et mixer de nouveau.
4. Servir le smoothie dans les verres et ajouter par-dessus la chair des fruits de la passion.

*Bonne dégustation !*

## DIY : UNE DÉCO DE TABLE ACIDULÉE

### Personnalise tes verres comme Hanna



### >> Matériel :

- Peinture pour verre ou peinture acrylique
- Coton-tige
- Verres

### >> Les étapes :

Rien de plus simple, il suffit de choisir ses couleurs, un motif et utiliser un coton-tige par couleur. Trempez le bout de votre coton-tige et faites un petit point sur votre verre et ainsi de suite.

*Laissez sécher et trinquez à l'été !*

*Moi j'ai décoré le verre d'Alexis pour son smoothie :)*

### Crée tes dessous de verre comme Valentine



### >> Matériel :

- Du carton
- Des ciseaux
- Un crayon
- De la peinture ou des feutres type Posca
- Du vernis ou film transparent adhésif (option)

### >> Les étapes :

1. Commence par dessiner les fruits de ton choix.
2. Peins-les pour les rendre plus vrai que nature.
3. Enfin, découpe tes dessous de verre.
4. Pour les rendre étanches, tu peux les vernir ou les plastifier

*Une belle déco pour les mousses d'Allan ;)*

## La sortie estivale d'Emma : L'ÉCOMUSÉE DES ÎLES DE LÉRINS

Sais-tu qu'il y a un musée sous-marin dans la région ?

Depuis 2021, 6 statues (hautes de 2 m) sur le thème de la légende du masque de fer sont enfouies sous l'eau près du rivage nord de Sainte-Marguerite.

Ces sculptures sont constituées à partir de matériaux au PH neutre ce qui en fait un refuge subaquatique qui favorise la biodiversité. N'attends pas, prends ton masque et ton tuba pour aller les voir en vrai !

**Petit conseil pour ta sortie:** Si tu es à l'aise avec l'eau, nous te conseillons d'y aller en kayak. Tu peux en trouver en location au départ du Palm Beach à Cannes. Cela rendra ton expérience à la fois plus immersive et plus éco-responsable.



## LES 7 DIFFÉRENCES

by Mathys

