



# Le mot de la Vie Sco'

n°6

Enfin le week-end ! Détendez-vous pendant ces trois jours. Pour se changer les idées, tout en restant chez soi, **la Vie Sco' vous propose cette semaine :**

## **PRENDRE SOIN DES AUTRES ...**



### Recette du **Crumble aux pommes**

**6 pommes/ 200g de farine/ 125g de beurre doux et un peu plus pour beurrer le plat/ 100g de sucre (brun de préférence)/ 1 sachet de sucre vanillé ou de la cannelle.**

Epluchez les pommes et coupez-les en petits morceaux (en enlevant le trognon, bien évidemment).

Beurrez le moule et disposez les pommes dedans. Rajoutez le sucre vanillé, ou la cannelle, dessus à votre convenance.

Pour la pâte, mettez dans un saladier la farine, le beurre ramolli coupés en petits dés et le sucre. Mélangez avec les doigts (propres !) jusqu'à donner à la pâte l'aspect de sable ou de petits morceaux qui se détachent.

Répartissez la pâte sur les fruits et enfournez 30 min à 200°C. Si les pommes sont fondantes même au milieu du plat, c'est cuit !

**Le plus de la Vie Sco** : accompagnez votre crumble d'une boule de glace vanille.

## **PRENDRE SOIN DE SOI ...**

Saviez-vous que le coloriage n'était pas qu'un jeu d'enfant ? Redécouvrez-vous une passion pour le coloriage, qui permet de prendre un vrai temps de pause pour soi et de développer sa créativité tout en se relaxant au fil des couleurs.

Le site « dessine-moi une histoire » vous propose de colorier, à votre façon, des œuvres célèbres : <https://dessinemoiunehistoire.net/coloriage-artiste-peintre/>

Ou vous pouvez tout simplement colorier des mandalas directement en ligne grâce à ce site :

<http://www.mandalaenligne.com/>

## **CRÉER ...**



Fabriquez votre propre **Balle anti-stress**.

Il vous faut : 2 ballons gonflables/ un goulot de bouteille en plastique / de la farine / du shampoing.

Dans un saladier, mettre quatre cuillères à soupe de farine et 3 cuillères à soupe de shampoing. Mélangez bien jusqu'à obtenir une pâte. Elle ne doit pas être liquide mais assez dure.

Fixez le ballon au goulot de bouteille et mettez la pâte dedans. Enlevez le goulot et refermez le ballon en faisant un nœud.

Coupez l'autre ballon en deux et recouvrez le nœud de votre balle à l'aide de la partie basse pour faire une balle de deux couleurs.

Voici un lien avec d'autres idées de décorations pour vos balles. :

[https://www.youtube.com/watch?v=hR\\_7D\\_zIRLU](https://www.youtube.com/watch?v=hR_7D_zIRLU)

## DEVELOPPER SA CULTURE ...

Cette semaine, nous vous proposons de partir en voyage depuis chez vous, grâce à :

- L'émission **J'irai dormir chez vous**  
<https://www.france.tv/france-5/j-irai-dormir-chez-vous/>

Antoine de Maximy, journaliste, part seule dans différentes parties du monde en emportant seulement un sac à dos et sa caméra. Il découvre à chaque épisode un pays, mais aussi les habitants locaux en essayant de se faire inviter chez eux pour dormir afin de mieux connaître leur mode de vie et coutumes.

- L'émission **Invitation au Voyage** sur Arte :  
<https://www.arte.tv/fr/videos/RC-014340/invitation-au-voyage/>  
Chaque épisode vous fait découvrir 3 lieux exceptionnels dans le monde qui appartiennent à notre héritage artistique culturel ou naturel.



## La sélection du Film de la Vie Sco' :

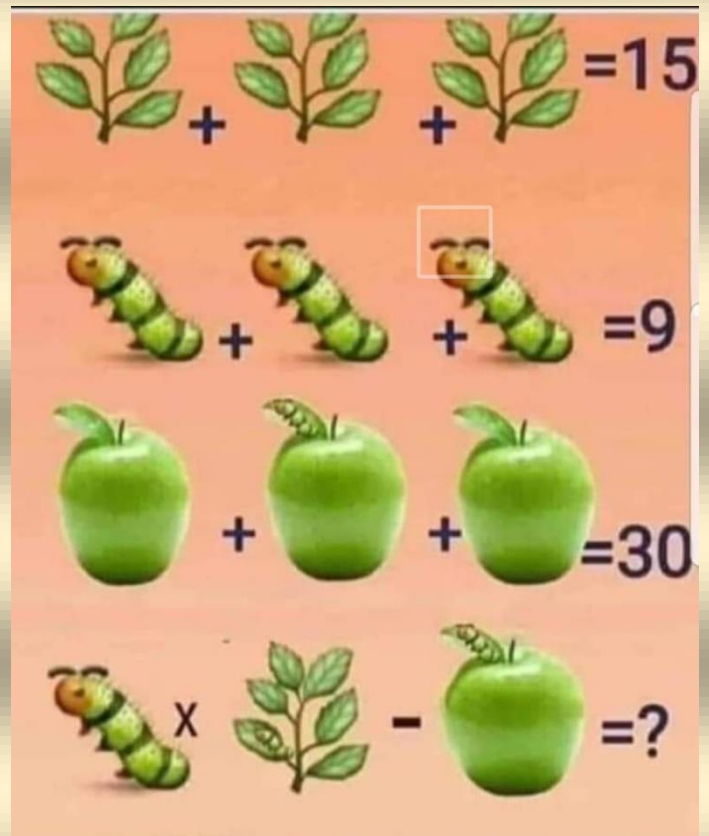
- **Maman j'ai raté l'avion (de Chris Colombus) :**  
Une famille décide de faire un grand voyage mais oublie le plus jeune des fils Kevin à la maison. Ce dernier profite d'avoir la maison enfin pour lui mais sa tranquillité ne va pas durer longtemps...
- **The Mask ( de Chuck Russell)** Stanley Ipkiss trouve un masque ancien aux pouvoirs surnaturels. A chaque fois qu'il met ce masque, il se transforme en personnage comique et sûr de lui. Il hésite alors entre rester lui-même ou rester dans ce personnage pour notamment séduire une jeune femme.

## RÉFLÉCHIR EN FAMILLE ...



Pour vous divertir en famille pendant le confinement, **Asmodee** (société qui crée des jeux de sociétés) met à disposition gratuitement sur son site des jeux de société à télécharger. 16 jeux sont disponibles alors profitez-en et passez de bons moments !

<https://fr.asmodee.com/fr/news/2020/3/27/pack-jeux/>



Trouvez le chiffre manquant !

## LA CITATION DE LA SEMAINE :

*« Rester soi-même dans un monde qui tente constamment de te changer est le plus grand accomplissement »*

Ralph Waldo Emerson

### Coronavirus : il existe des gestes simples pour vous protéger et protéger votre entourage



Se laver les mains  
très régulièrement



Tousser ou éternuer  
dans son coude



Utiliser des mouchoirs  
à usage unique



Saluer sans se serrer la main,  
éviter les embrassades



Porter un masque quand  
on est malade

Le 1/05/2020