



Numéro spécial
RENTREE

RETOUR SUR...



Les activités du CLAL reprennent le 5 septembre !

Zumba, théâtre, sophrologie ou encore Fit Boxe, venez découvrir toutes les activités lors d'une séance d'essai gratuite.

Inscription et renseignements à l'accueil du CLAL ou sur Go Asso !

Équipe rédactionnelle : Ayache Emilie, Baudinot Agathe, Cazeauvieilh Théo, Ganet Michèle, Lazaro Garcia Alain, Malboysoux Sandrine, Peyroutas Françoise, Sintre Serge | Crédits photos : Ganet Michèle / MJC CLAL | Editeur : MJC CLAL. Directrice de publication : Fabienne Duhant. Imprimeur : MJC CLAL. Date de parution : Mai 2022. Dépôt légal : Septembre 2022.

LE CLAL EN TITRE

Le Festi'Clal de la MJC du 18 juin au 1er juillet 2022

Comme chaque année, la MJC CLAL célèbre ses activités et le travail de ses adhérents lors du Festi'Clal, son festival de rencontres culturelles, sociales et festives organisé à la Maison Des Habitants de Chemin Long.

Le théâtre a ouvert les festivités avec "Les princesses qui voulaient devenir chevalières", une pièce jouée par des enfants et "E-Generation", des scénettes produites par des adolescents. Une thématique moderne dans les deux cas qui, sous ses airs humoristiques, donne à réfléchir !

La fête de la musique s'est insérée dans la programmation avec une soirée Karaoké le 21 juinJusqu'au bout de la nuitiiiiiiiiit..... Des rencontres inédites et des organisateurs qui donnent de leur temps et de leurs voix pour une célébration musicale sans fausse note (ou presque note) qui donne déjà envie d'être à l'année prochaine pour recommencer.

Le vendredi 24 juin, pendant que les rugbymen profitaient d'une troisième mi-temps bien méritée après un match amical sans contact mêlant parents et enfants, les ateliers de danse urbaine et de modern jazz ont fait leur show devant plus d'une centaine de spectateurs !!! En soirée, Boum des enfants.

Cette semaine s'est terminée le samedi 25 juin, avec un melting-pot d'activités : vernissage de l'exposition des ateliers créatifs de la MJC, représentations théâtrales et concert des ateliers guitares et batterie. Cerise sur le gâteau et boule disco dans le camion, Mon Truck en Plume a enflammé le quartier par un spectacle haut en couleurs de chant et de danse, cloturant en beauté cette semaine intense à la Maison des Habitants.

Rendez-vous l'année prochaine, à partir du 12 juin pour le retour du Festi'CLAL. EA



L'école Arnaud Lafon en fête pour la Kermesse

NOTRE QUARTIER

Le jeudi 30 juin, le groupe scolaire Arnaud Lafon célèbre la fin de l'année avec l'organisation traditionnelle de la Kermesse organisée par le Patronage Laique. Parents, élèves, professeurs et animateurs du périscolaire se rassemblent pour une soirée conviviale.

Le portail de l'école s'ouvre à 18h et tout le monde se réunit pour le spectacle des enfants. Le soleil était lui aussi au rendez-vous et les seules gouttes d'eau visibles étaient les quelques larmes versées par les enseignants dont les collègues et organisateurs fêtaient le départ à la retraite.

Les stands de jeu, avec de nombreux lots à gagner, les snacks et buvettes sont installés et tenus par l'équipe enseignante, les animateurs du périscolaire, les parents bénévoles et le Comité des

fêtes de Chemin Long. Le tirage de la tombola a lieu à 20h30, avec un panel de plus de trente lots à gagner, dont le premier, une trottinette électrique, qui a certainement fait un heureux ce soir.

Au total, ce n'est pas moins de 2000 personnes qui se sont retrouvées pour cet événement légendaire du quartier, arrêté depuis 2 ans en raison de la crise sanitaire. Les festivités se sont clôturées à 22h, et après cette soirée mouvementée, les élèves d'Arnaud Lafon ont passé une bonne nuit avant de reprendre le chemin de l'école le lendemain. Le Patronage Laique vous donne rendez-vous l'année prochaine pour l'édition 2023 de la Kermesse qui ne pourra perdurer qu'avec le concours et l'investissement de nouveaux parents d'élèves bénévoles.

TRUCS ET ASTUCES

LES RECETTES DE ... MAMIE SANDRINE

LE CLAFOUTIS AUX CERISES



Nb de personnes : 8

Ingrédients :

500 g de cerises

250 ml de lait

180 g de farine

30 g de beurre fondu (+/- 20 g pour le dessus)

100 g de sucre

3 oeufs

1 sachet de sucre vanillé

Instructions :

1. Fouettez les œufs et le sucre dans un bol, puis ajoutez le beurre fondu

2. Ajoutez ensuite le lait.

3. Ajoutez la farine, mélangez bien au fouet.

4. Enfin ajoutez les cerises (avec ou sans noyaux - selon votre préférence).

5. Versez dans un moule beurré pas trop grand (20 cm de diamètre sur 6 cm de haut).

6. Parsemez de petites noisettes de beurre et du sachet de sucre vanillé.

7. Enfournez 30 minutes à 220°C

Bonne dégustation !

LES ASTUCES DE ... PAPI ALAIN

Astuce 1 : Les clous de girofle dans un citron vert ou une orange

Une chose est sûre, les clous de girofle sont connus pour leur côté répulsif naturel. Ces clous allient l'odeur du citron et de l'orange. Ces odeurs permettent en effet de tenir les moustiques à l'écart. En plus de les tenir à l'écart, les clous de girofle sont d'excellents désodorisants naturels pour votre maison !

Astuce 2 : Les huiles essentielles

Cet été, les huiles essentielles de citron, eucalyptus citronné ou menthe poivrée seront vos alliées. Quelques gouttes dans un diffuseur ou sur un mouchoir feront fuir les

moustiques à coup sûr !



Astuce 3 : Jardiner malin !

Certaines plantes sont naturellement répulsives pour les moustiques. Alors pour être tranquille, on plante des géraniums odorants, de la citronnelle, de la menthe poivrée.

Astuce 4 : Gare à l'eau stagnante

Nos petits amis les moustiques adorent profiter de l'eau stagnante. Veillez donc à vider les soucoupes de vos plantes, les gouttières ou, si vous ne pouvez pas les vider, à changer régulièrement l'eau.

LOISIRS ET DETENTE

POEME Nuits de juin

L'été, lorsque le jour a fui,
de fleurs couverte
La plaine verse au loin un
parfum enivrant ;
Les yeux fermés, l'oreille aux
rumeurs entrouverte,
On ne dort qu'à demi d'un
sommeil transparent.
Les astres sont plus purs,
l'ombre paraît meilleure ;
Un vague demi-jour teint le
dôme éternel ;
Et l'aube douce et pâle, en
attendant son heure,
Semble toute la nuit errer au
bas du ciel.

Victor Hugo

CHARADE

Mon premier tient la tête.
On obtient mon second en
mélangeant le bleu et le jaune.
Mon troisième est plus familier
que vous.
Mon quatrième est au bout de
la terre.
Mon tout protège.

COU-VERT-TU-RE



MOTS-MÊLÉS DE L'ÉTÉ

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

AOUT	MAILLOT
APERO	MER
BAIN	MONTAGNE
BARBECUE	MOUSTIQUE
CHALEUR	PARASOL
CHAPEAU	PAREO
CIGALES	PETANQUE
CLAL	PIN
DETENTE	PLAGE
EAU	REVE
ÉTÉ	SEJOUR
FÊTE	SEL
FLEURS	SIESTE
GLACE	SOLEIL
JOIE	TONGS
JOURS	VACANCES
JUILLET	VELO
LUNETTES	VOYAGE

Découvrez le message de la MJC CLAL :

PHOROSCOPE

Loup-Garou (natif du lundi)
Mars en pluton fera du remue-
ménage. Pas d'effolement !
Continuez à marcher au pas et
vous en sortirez indemne.

Maquereau (natif du mardi)
Le temps se gâte pour vous. Ne
faites pas de vagues, vous
nagez en eaux troubles.

Mouche (natif du mercredi)
La nouvelle configuration
planétaire vous protège. Votre
situation sera moins tendue que
dernièrement. vos objectifs sont
atteints, bravo vous
impressionnez !

Jedi (natif du jeudi)
Quelques tensions sont à
prévoir. Gardez le cap et votre
ceinture bien attachée car le
voyage sera long et rude.

Vache (natif du vendredi)
Tout peut arriver. Jupiter,
Saturne et Uranus remettent en
question tous vos choix. Faites
confiance à votre instinct et
foncez, vous serez surpris du
résultat.

Sirius (natif du samedi)
La température grimpe.
Influencé par la forte présence
de Vénus, votre charme séduit
énormément. Calmez pourtant
vos ardeurs, vous n'êtes pas
irréductible. Non, c'est non !

Dodo (natif du dimanche)
Calme plat. Rien à signaler. La
routine s'installe et entraîne une
baisse de la vigilance. Osez
quelque chose de nouveau pour
vous réveiller ou c'est l'erreur
assuré.