

Les Potains du Savs



Bonne rentrée !!

La rentrée au SAVS s'est bien passée. Elle a été bien chargée entre les ateliers qui ont repris et les sorties.

ATELIERS :

- Atelier Journalisme animé par Delphine et Lydia, tous les mardis.
- Atelier Mythologie animé par Madame Perruchet et Diane, tous les quinze jours, trois semaines.
- Atelier d'Expression plastique animé par Tanja, tous les vendredis.
- Atelier Bien-être animé par Sylvie, un jeudi par mois.
- Atelier Cuisine (préparation de repas français et cuisine du monde) animé par Corinne.
- Récemment atelier sport, deux mercredis par mois animé par Alan & Gélina.
- Atelier Mandalas animés par Gélina, Lydia.
- Atelier Cinéma, deux fois par mois un film est projeté au sein de la SAVS.

SORTIES :

- Sorties sportives : Volley Ball, Football féminins, Basket.
- Cinéma, expositions, musées, visite de château, concerts de musique classique, spectacles de danse .

Un groupe d'expression s'est déroulé le jeudi 31 octobre. De nombreux sujets ont été abordés. Des idées de sortie ont été proposées lors de cette réunion et nous avons beaucoup parlé de projets concernant les fêtes de fin d'année : goûters proposés au sein de la SAVS, idées de décoration de Noël ainsi qu'un repas au restaurant pour fêter ensemble la nouvelle année.

Exposition C'est Beyrouth

Le samedi 6 juillet, avec le groupe du SAVS, nous sommes allés dans le 18^{ème} arrondissement de Paris pour visiter l'exposition « C'est Beyrouth » à l'institut des Cultures d'Islam situé rue Léon et rue Stephenson.

Dans cette exposition, ils ont voulu nous montrer la richesse, la diversité et le multiculturalisme de Beyrouth et du Liban en général.



des chefs du Hezbollah et aussi du premier chef guide spirituel des chiites Imam Ali. Ils sont effrayants, ce sont des « fous fanatiques » !!!

Le Hezbollah est né en 1980 au sud Liban. C'est un groupe armé avec une idéologie islamique chiite financé principalement par l'Iran.

Les guides chiites sont quelque chose de familier pour moi car je suis iranien et en Iran, la religion d'état est l'islam chiite.

Après avoir vu cette expo, nous sommes descendus au sous-sol pour visiter le



Hammam qui est encore en travaux. C'est très grand et tout vert. Je vous conseille d'y aller à sa réouverture.

Nous avons terminé la journée en allant boire un verre et manger une pâtisserie orientale à la cafétéria du musée situé dans un très joli patio.

Hadi



en discothèque mais aussi des réfugiés syriens et palestiniens dans des situations difficiles. A Beyrouth, tout se côtoie : la joie, la fantaisie, la détresse, le fanatisme ...

Il y avait des photos de religieux islamiques chiites. J'ai pu expliquer au groupe que les personnes photographiées appartenaient au Hezbollah car elles avaient des tatouages avec des portraits

Journée idyllique à Chantilly

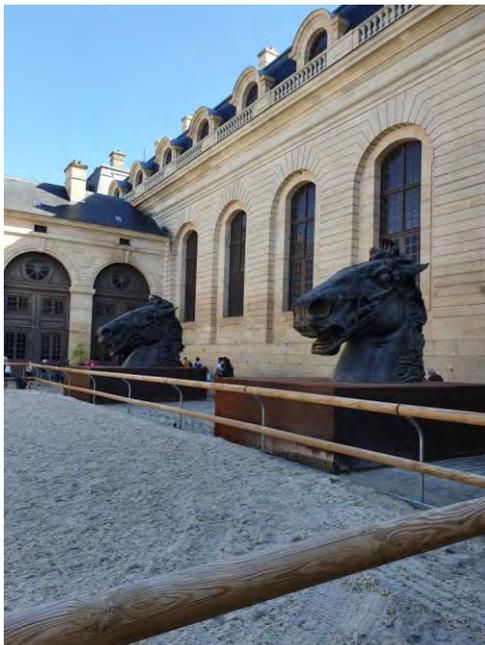
En ce samedi 21 septembre, c'est une belle journée qui nous attend pour une visite au domaine de Chantilly. Après un pique-nique dans un endroit ombragé, nous avons d'abord visité les écuries : les chevaux dans leurs boxes étaient magnifiques avec leurs robes noires, marron ou grises mais nous n'avions pas le droit de les toucher. Certains nous montraient leurs derrières, d'autres posaient en stars et il y avait même des ânes et quelques poneys. Puis nous avons assisté à un spectacle équestre gratuit donné en l'honneur de la journée du patrimoine. Deux cavalières nous ont expliqué comment on travaille avec un cheval pour le



dresser et obtenir de lui tel ou tel mouvement ainsi que les différentes allures : pas, trot et galop.

Après le spectacle nous avons visité le Musée du Cheval : il y avait des photos, des gravures anciennes, des vidéos et des objets d'autrefois ayant trait au cheval.

Après avoir vu des choses intéressantes, on a dégusté une glace, puis nous avons marché dans ce beau décor du parc de Chantilly dont les jardins ont été



confectionnés par André Le Nôtre comme ceux de Versailles. Pendant que quelques personnes attendaient sur la pelouse, d'autres ont continué la marche jusqu'au château entouré de lacs et d'un cygne. Enfin il était temps de reprendre le camion master direction l'agitation de Paris. Pour finir la journée, nous attendait une bonne nuit pour rêver de Chantilly.

Sophie & Rouzbeh

Banksy le pacifiste

Samedi 7 septembre, nous sommes partis pour admirer le travail artistique de Banksy. Il y avait beaucoup de tableaux. Le tableau qui nous a le plus intéressés « KIDS ON GUNS » représente deux enfants au-dessus d'un tas d'armes en train de jouer comme à la maison. Le petit garçon serre contre lui un ours en peluche et ils tiennent un ballon rouge en forme de cœur. Le tableau est une ode contre les guerres. Il n'y a ni parents ni personne pour les surveiller.



Où se trouve leur entourage ? Pourquoi les armées tuent les civils ? C'est le sujet de prédilection de l'artiste Banksy.

Nous avons passé un excellent après-midi. A chaque tableau, nous cherchions à bien en déterminer le sens, le message politique antimilitaire. Nous y avons passé presque 2 heures pour ne rien rater de l'exposition. La journée s'est terminée dans un café pour prendre un verre et débriefer avant de rentrer chez soi.

Hadi & Caroline

Allons faire du sport !

C'est une idée qui a surgit de la boîte à idées, un jour, par une personne très bien intentionnée.

Nous avons donc commencé le sport depuis à peu près un mois avec Gelin et surtout notre coach, Alan qui vient de l'association Viacti.



Au début nous faisons cela au sein du S.A.V.S mais comme vous connaissez bien Delphine et son équipe, ils se sont mis au défi de nous trouver une salle afin de nous exercer dans de meilleures conditions. Alors, fin octobre nous avons inauguré la salle de sport au sein de la paroisse non loin de l'ancienne adresse du SAVS. Nous étions quand même 8 personnes.

Je trouve tous les exercices d'échauffement que nous faisons très ludiques. Pendant quinze minutes, il faut se préparer à utiliser tous ses membres et bien les étirer. Nous suivons les petits exercices que nous propose Alan.

Premièrement je prends la bonne position pour faire des mouvements.



Je réitère plusieurs fois le même geste, 10 fois environ.

Nous utilisons aussi différents matériels : Une chaise, la balle de

tennis, le ballon, la balle de ping-pong, etc...

Puis nous rentrons dans le vif du sujet.

Alan est une personne très à l'écoute, il nous permet de faire une petite pause quand nous le souhaitons.

La séance commence à 17 h 30 et se termine à 18 h 30. Mais croyez-moi, l'heure passe très vite tellement c'est intéressant !

Alors à votre tour, venez nous rejoindre !

Christine

Vie de quartier

Charly's Market

Il y a quelques jours j'ai découvert un supermarché dans le 20^{ème} arrondissement, celui-ci se trouve au métro



Ménilmontant.

Il est très intéressant, car on y trouve des denrées alimentaires à des prix défilant toute concurrence.



Notamment sur les légumes et les fruits qui sont vendus au détail à des prix minimes. On y trouve des conserves diverses et variées, de la viande, du poisson, des produits laitiers, des sucreries, de la charcuterie, des biscuits sucrés et salés, des féculents.... On y trouve également des boissons sucrées et alcoolisées

Les tarifs sont très attractifs. Ça commence à partir de quelques centimes jusqu'à des prix variant de 1 à 6 €.

Malheureusement, on ne trouve pas de produits d'entretien ni pour l'hygiène.

Allez-y, ce magasin est intéressant et économique !
Pratique pour toutes les bourses !

Marie-France

CHARLY'S MARKET
19 rue de Ménilmontant
75020 PARIS
Métro : Ménilmontant
HORAIRE :
Du lundi au samedi : de 8h30 à 20h
Le dimanche : de 9h30 à 12h30

Jacques Chirac

Jacques Chirac est décédé le 26 septembre 2019. Les Potains du SAVS ont tenu à lui rendre hommage.

Jacques Chirac est né le 29 Novembre 1932 dans une clinique du 5ème arrondissement Jacques a eu une sœur aînée, Jacqueline, décédé en 1924 à l'âge de deux ans d'une broncho-pneumonie.

Jacques est marié à Bernadette Chondron de Courcelles. Le mariage a eu lieu à Paris le 17 Octobre 1953. De cette union naîtront deux filles : L'ainée Laurence, née en 1958 et décédée en 2016 d'une anorexie mentale ; Claude la cadette née en 1962, conseillère en communication. Claude a un fils nommé Martin Rey-Chirac de son union avec Thierry Rey ancien judoka.

Jacques Chirac a également une fille adoptive, réfugiée vietnamienne, Anh Do Traxel qui a été depuis évincée par la famille Chirac pour avoir parlée aux journalistes.

Claude a toujours était proche de son père. Elle était sa conseillère en image et elle influençait également ses choix politiques. Quant à Bernadette, elle a souvent était mise à l'écart de son mari et de sa fille Claude. Concernant sa vie personnelle, les médias rapportent de nombreux cas d'adultère.



Ses plus grandes maîtresses furent Jacqueline Chabridon, Michèle Barzach, Marie-France Garaud, Elisabeth Friedericht, Michèle Cotta et d'autres encore ! Vous rappelez-vous ce fameux concert « Who's that girl tour » donné par Madonna au Parc de Sceaux dans les Hauts de Seine ? Chirac y reçoit sa « petite culotte ». Quel signal Madonna a-t-elle voulu envoyer au président ? Le mystère demeure !

Lorsque Diana a eu son accident, Chirac introuvable, était d'après les rumeurs, dans les bras de Claudia Cardinale !

Il fut élu le 7 mai 1995 et réélu le 5 Mai 2002.

Jacques Chirac souffrait d'anosognosie. Il meurt le 26 Septembre 2019 à Paris et il repose désormais au cimetière du Montparnasse.

Sophie

Hommage au président Chirac

Personne ne m'a aidé en Iran, ma dernière chance était d'aller aux ambassades européennes et asiatiques. La Grèce a été le premier pays à me donner un visa. La Belgique et l'Espagne m'ont écouté et nous avons discuté. Ils m'ont également donné des visas.

La France m'a donné un visa pour trois mois et du courage. J'ai été bien accueilli à l'ambassade de

France. Ils ont été respectueux et gentils.

Je suis arrivé à 4 heures et demi à l'aéroport de Mehrabad à Téhéran. Je suis passé à la douane et là, les « Sepâh-e Pâsdârân » les gardiens de la révolution islamique (la police politique) m'ont interrogé pendant 3 heures. Ils voulaient savoir comment j'avais eu mes visas.

J'étais stressé et angoissé, c'était l'horreur. Je tremblais de tout mon corps car mon destin était entre leurs mains. C'était eux qui décidaient si je montais dans l'avion ou non. Soit je m'envolais vers la liberté, soit je restais en enfer.

J'ai pu prendre l'avion mais la peur ne m'a pas quitté de tout le voyage.

La Croix-Rouge française m'a accompagné dans un foyer à Créteil. La vie en foyer est très compliquée à cause du manque d'intimité, du manque de vie privée. J'ai donc écrit une lettre au président Chirac. Grâce à lui, la Préfecture de Paris m'a donné un appartement.

Je suis très triste de la mort de Jacques Chirac, c'est comme si j'avais perdu mon père !

Pendant mes 34 ans de vie iranienne, je n'ai jamais été écouté ni respecté par mon père. Le président Chirac, lui, m'a écouté et m'a respecté. J'étais seul en France,

sans famille près de moi et je n'oublierai jamais les personnes qui m'ont aidé, notamment le président



Chirac.

Je ne l'oublierai pas. Je me souviens de lui, de sa voix. J'en garde un souvenir heureux.

Je suis allé aux Invalides pour lui rendre hommage, j'ai beaucoup pensé à sa famille.

Il y avait beaucoup de monde, j'ai fait 4h30 de queue pour rentrer dans l'église.

C'était un beau moment. J'ai signé le registre et je me suis recueilli.

Hadi

La rentrée Scolaire

Après la ruée dans les magasins pour l'achat des vêtements et des fournitures scolaires, près de douze millions d'élèves ont repris le chemin des maternelles, écoles, collèges et lycées.

Lors de cette rentrée, il y avait comme chaque année beaucoup d'appréhension pour certains et la joie de retrouver les camarades pour les autres.

Les plus petits étaient heureux de faire la connaissance de leur nouvelle institutrice et de leurs nouveaux camarades. Pour d'autres, comme chaque année

c'était un déchirement de quitter les parents mais il était très vite reconforter par la maitresse.



Les plus grands vont apprendre à lire, écrire et compter.

Enfin pour les adolescents, c'est la découverte de nouvelles matières et d'un emploi du temps bien chargé avec la pratique d'activités sportives.

Mais quelle joie de se retrouver pour l'heure de la récréé où l'on peut échanger et se faire de nouveaux camarades.

Marie-France

La rentrée scolaire est un moment important pour les enfants ainsi que leurs parents. Apprendre à écrire, compter et plein de choses différentes. Ce n'est pas facile quand on est tout petit et que l'on va à la maternelle pour la première fois. Les petits sont émus mais très vite quand l'école est terminée, ils retrouvent leur papa et leur maman avec plaisir et joie et ils mangent un petit encas. Puis viens le week-end pour se reposer ainsi que les vacances avec toute la famille. La rentrée c'est chouette !

Dominique



Les animaux en voie de disparition

Au vue de ce qu'on entend à la radio et à la télévision, de nombreuses espèces sont dites menacées. En voici, quelques exemples :

1- Le grand requin

Le plus grand prédateur vivant dans les océans a diminué de 75% dans l'Atlantique Nord Ouest.

Il est en voie de disparition à cause de l'accroissement des activités humaines.

En 15 ans, la population a diminué de 80%.

2- Le Napoléon

Le Napoléon est un poisson de grande taille pouvant atteindre 2m30 de long, mais la taille moyenne est de 60 cm. Il vit dans les régions Indo-Pacifique, près de la Mer Rouge, en Afrique du Sud et aux îles Tuamotu, au nord des îles Ryukyu ainsi qu'en Nouvelle-Calédonie.

Il est rare : 20 individus pour 10000 m2. Sa population a diminué de 50% ces 30 dernières années.



3- Le dauphin de l'Irrawaddy

Le dauphin de l'Irrawaddy se trouve près des côtes et dans les estuaires de l'Asie du Sud-Est. Sa longueur est d'environ 1 m à la naissance et 2.3 m adulte. Son poids à la naissance est d'environ 10 kg pour atteindre ensuite 130 kg. Sa durée de vie est d'environ 30 ans. Il est similaire en apparence au béluga. C'est une espèce en danger critique d'extinction, chassés pour son huile, étranglés aussi par les filets de pêche.

Ils ont des menaces comme les collisions avec les navires, les prises accessoires, les pêches scientifiques, et le changement

climatique.



4- Le tigre du Bengale.

C'est un félin. Il est également appelé tigre royal du Bengale. Il est plus léger et moins costaud que le tigre de Sibérie. Il se trouve dans les parcs naturels du Bengale et du Bangladesh mais aussi en Inde ainsi qu'en Birmanie et au Népal. Au XXe siècle : il y avait 10 000 individus.

5- L'éléphant d'Asie.

Il est plus petit que ses cousins africains. Autrefois présent sur l'ensemble du continent asiatique, il n'occupe au XXIe siècle qu'un territoire réduit. L'homme a détruit 15% de son habitat d'origine. A l'état sauvage, l'espèce est également en danger à cause du braconnage. Il est abattu pour ses défenses, sa chair, sa peau. Capturés pour être domptés.

6- Les gorilles

Ils vivent en groupes dans les forêts tropicales et subtropicales, où ils se nourrissent de végétaux et parfois d'insectes. Leur présence couvre un faible pourcentage de l'Afrique et ce sont des espèces menacées de disparition à cause de la chasse illégale pour sa viande, des croyances fétichistes, de la contrebande de bébés gorilles et de la destruction de son habitat.

7- Le panda géant.

Il ne vit que dans le centre de la Chine, dans des régions montagneuses recouvertes de forêt d'altitude. Ils sont en danger car les gens détruisent les forêts en abattant du bois. De ce fait, il y a de moins en moins de bambous pour nourrir les pandas.

8-La tortue à nez de cochon

La tortue à nez de cochon est une espèce unique en son genre pour une tortue d'eau douce. Elle mesure environ 55 cm de long pour un poids de 22.5 kg pour les plus grandes. Il y a du trafic car elles sont recherchées comme animaux de compagnie.

9-Le gecko

C'est un gecko nocturne et arboricole vivant à Madagascar. Le gecko à queue feuillue vit perché sur les arbres qu'il quitte rarement dans la forêt tropicale humide, qui se caractérise par une hygrométrie élevée (supérieur à 70%). Il existe 700 espèces de geckos dans le monde. Ils sont pour la majorité dans les îles de l'Océan Indien.

Ils sont aussi commercialisés (2000 têtes par an)



10-Le cacatoès à huppe jaune

C'est un animal que l'on trouve surtout en Australie, en Tasmanie, en Nouvelle-Guinée et dans les îles Aru. Animaux de compagnie, un certain nombre d'entre eux se sont échappés et ont créé des colonies accidentelles autour de Perth, en Australie-Occidentale, en Nouvelle-Zélande et en Indonésie. Ils sont abattus et empoisonnés car nuisibles car ils s'attaquent aux récoltes, au bois des arbres et même aux abris de jardin et aux maisons.

Damien

Story

Coca cola

L'histoire commence à la fin de la guerre de sécession à laquelle participe un ancien vétéran John Pemberton qui est pharmacien à Columbus (Géorgie) et possède un petit laboratoire à Bay City (Michigan). En 1870 il s'installe à Atlanta, le marché étant plus important que celui de Columbus et de Bay City. John Pemberton a contracté une addiction à la morphine à la suite du traitement des douleurs dues à ses blessures. Il est alors à la recherche d'une boisson qui pourrait lui permettre de se désintoxiquer progressivement. La première recette, ancêtre du Coca-Cola, le French Wine Coca, est inventée par John Pemberton en 1885. Il s'agit d'une boisson à la feuille de coca, de noix de kola et de Diamania. Pemberton s'est probablement inspiré de la recette du vin Mariani (d'où l'appellation



french wine cola) un mélange de vin de Bordeaux et de feuille de coca créée par le pharmacien corse Angelo Mariani en 1863. En 1886 à la suite de l'interdiction de l'alcool à Atlanta, Pemberton va développer une version sans alcool de sa boisson mais toujours avec la coca son principal ingrédient actif. Officiellement la boisson ne contient plus de cocaïne depuis 1903 mais après un contrôle surprise de la US Food Drug & Insecticide sur le produit, il s'avère qu'on en détecte encore des traces après 1929. Des recherches scientifiques montrent qu'un verre de coca-cola 1886 contenait environ neuf milligrammes de cocaïne. Pemberton s'associe à

Franck Robinson comptable de formation et surtout très ambitieux. Il le rencontre en présence de son associé Ed Holland en 1885. De cette association naît officiellement la marque Coca Cola et la Pemberton Chemical Company. Pour certains, Franck Robinson est à l'initiative de la création du nom de la boisson et la calligraphie spencérienne du logo. Le 6 juin 1887 la marque est inscrite au registre du commerce par Pemberton ce qui fait de lui l'unique propriétaire aux dépens de ses anciens associés. La même année, l'homme d'affaires Asa Griggs profite de la maladie de Pemberton pour lui racheter de force son entreprise contre la somme de 2300 dollars. Il va à l'aide d'une campagne marketing intense donner son essor à la boisson. Elle est mise en bouteille pour la première fois en 1884 par Joe Biedenharn dans

l'arrière salle d'une fabrique de confiserie à Vicksburg dans le Mississippi. Le coca-cola peut s'identifier à la bouteille contour, conçues en 1915 par Earl R. Dean. Cependant la bouteille avec le logo que l'on connaît n'est reconnue comme une propre marque commerciale par l'office américain des brevets qu'en 1960 bien qu'un brevet fut apparemment déposé en

1916. La boisson et ses campagnes publicitaires ont eu un impact significatif sur la culture américaine. Une rumeur affirme que la société a créé l'image du père Noël sous les traits d'un vieil homme habillé en rouge et blanc, autrefois il était vert et rouge. il y aura aussi des campagnes



publicitaire avec des Pin-ups, qui contribueront à la reconnaissance de la marque. D'autre part l'entreprise comprend très tôt les retombées médiatiques qu'elle pouvait tirer d'événements sportifs comme les Jeux Olympiques ou la Coupe du Monde.

Patrick

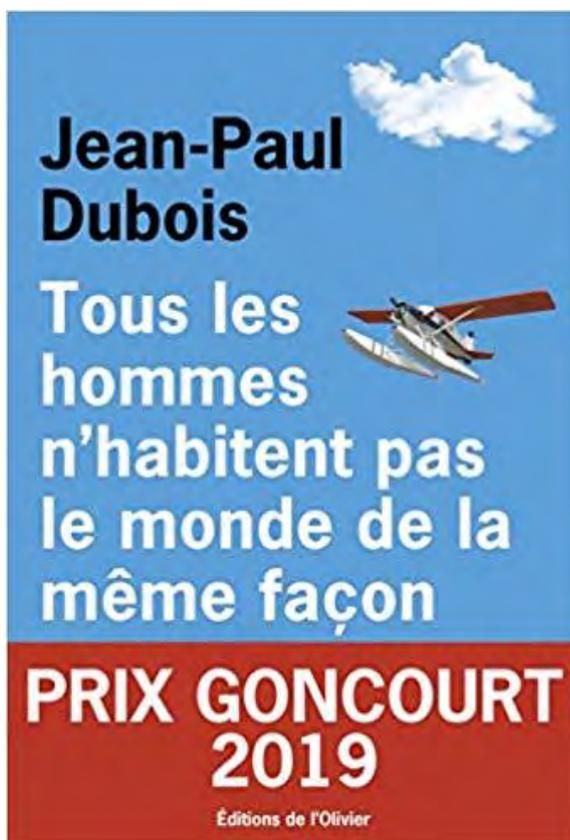
Critique littéraire

Les prix littéraires

Les prix visent à doper les ventes d'une œuvre en la récompensant de la part d'un comité qui se réunit et vote à bulletin secret. Il en existe 1500 en France. Le plus prestigieux d'entre eux est le prix Goncourt : la sélection 2019 du prix Goncourt a été dévoilée par l'Académie Goncourt le dimanche 27 octobre. 4 romans étaient présélectionnés :

- *La part du fils* de Jean-Luc Coatalem (Stock) : le narrateur part à la recherche de son grand-père disparu pendant la Seconde Guerre Mondiale.
- *Tous les hommes n'habitent pas le monde de la même façon*, de Jean-Paul Dubois (L'Olivier) : le narrateur raconte avec beaucoup d'empathie l'histoire de 2 détenus que tout oppose.
- *Soif* d'Amélie Nothomb (Albin Michel) : le narrateur se met dans la peau de Jésus juste avant la crucifixion.
- *Extérieur monde* d'Olivier Rolin (Gallimard) : Olivier Rolin raconte dans ce livre l'histoire de sa vie.

Le prix Goncourt 2019 a été révélé lundi 4 novembre au restaurant Chez Drouant. Il s'agit de... *Tous les hommes n'habitent pas le monde de la même façon*, de Jean-Paul Dubois, par 6 voix contre 4 à *Soif*, d'Amélie Nothomb, au second tour de scrutin. L'Académie Goncourt, présidée par Bernard Pivot, se compose en outre de Pierre Assouline, Tahar



Ben Jelloun, Françoise Chandernagor, Philippe Claudel, Paul Constant, Didier Decoin, Virginie Despentes, Patrick Rambaud et Eric Emmanuel Schmitt.

Hormis le prix Goncourt, les prix littéraires majeurs sont :

- Le prix Goncourt des lycéens : dans ce prix, des lycéens choisissent parmi la présélection des candidats retenus par l'Académie Goncourt. Ce prix sera connu le jeudi 14 novembre.
- Le prix de l'Académie française.
- Le prix Femina
- Le prix Renaudot : le prix Renaudot 2019 a été

décerné lundi 4 novembre à Sylvain Tesson pour son livre « La Panthère des neiges »

- Le prix Médicis.
- Le prix des libraires.
- Le prix des maisons de la presse.
- Le grand prix national des lettres.
- Le prix Interallié.

Rouzbeh

Autour de Miro

C'est au début du mois de septembre de l'année 2018 que j'intègre l'atelier art plastique de l'E.S.A.T Maurice Pilod dans le 11^{ème} arrdt de Paris.

Il faut dire qu'auparavant durant ma plus tendre enfance, j'ai pu suivre tous les mercredis une école qui s'appelait « Edouard MANET », où j'y faisais plusieurs arts et j'ai pu donc revenir à mes premiers amours.

Le thème sur l'artiste peintre espagnol « MIRO » n'a pas été choisi par hasard car il y avait une exposition sur lui en 2018/2019. C'est un artiste qui m'a beaucoup attiré par son art. Nous avons déjà préparé plusieurs choses avant d'arriver à faire un tableau. On s'est documenté sur lui, puis nous avons choisi un ou plusieurs traits de dessin qui rappelle bien cette peinture si particulière.



J'ai reproduit certaines particularités et traits sur un papier

dessin Puis j'ai dessiné au crayon à papier sur le tableau blanc afin de démarrer celui-ci. Ensuite j'ai choisi des couleurs que j'ai voulus vives. Chaque couleur demande beaucoup d'attention car il faut attendre que l'une sèche avant de faire l'autre couleur.

Cela demande de la patience car nous ne pouvons faire cet art que tous les quinze jours les mardis après-midi.

Je vous laisse le temps d'admirer ce que j'ai pu accomplir pendant toute cette année-là, qui m'a beaucoup apporté.

Christine

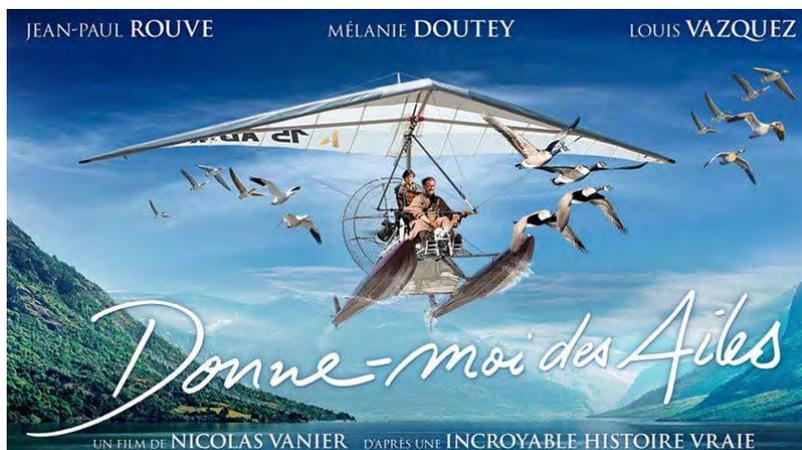
Cinéma

Donne moi des ailes

Samedi 19 octobre, nous sommes allés voir *Donne-moi des ailes*, de Nicolas

Vanier, un film très touchant par son thème : le repeuplement des espèces en voie de disparition. Un père divorcé auquel est confié son fils ado de 14 ans, Thomas, pour les grandes

vacances initie celui-ci au maniement d'un ULM en vue de réaliser un projet qui lui tient à cœur : conduire des oies d'élevage depuis l'océan Arctique en Norvège jusqu'en Camargue. Christian, le père, interprété par Jean-Paul Rouve , pour arriver à ses fins, doit avoir une autorisation du Muséum d'histoire naturelle. Devant le refus du Président du Muséum, il dérobe son tampon et fabrique une autorisation factice. Il reçoit ainsi des œufs d'oies qu'il va élever pendant un mois



avant le départ pour l'Arctique. Thomas – interprété par Louis Vasquez – , adepte de jeu vidéos, va s'attacher peu à peu aux oies, à tel point qu'au moment où les autorités norvégiennes se rendent compte de la supercherie orchestrée par Christian, Thomas prend les commandes de l'ULM et emmène derrière lui les oies pour la migration du Nord arctique vers le Sud camarguais à l'aide d'un GPS .

J'ai bien aimé ce film pour son côté poétique. Le thème des oiseaux en voie de disparition est traité avec originalité à travers un groupe d'oies en migration, ainsi que l'attachement de l'adolescent pour ces animaux.

Rouzbeh

Demain nous appartient

Série de 28 minutes diffusée tous les soirs sur TF1, du lundi au vendredi à 19h20.

L'histoire tourne autour des habitants de la ville de Sète, dans l'Hérault, au bord de la mer et au bord de l'étang de Thau.

Il y a différentes familles : Les Delcourt, les Lazzari, les Moreno, les Beddhia... Leur vie est rythmée par des rivalités familiales, suspenses, romances et scènes de la vie quotidienne. Mais aussi, par des intrigues mêlant enquêtes policières, trahisons, secrets en tout genre et notamment des secrets de famille.

Les scènes sont tournées en extérieur dans la ville de Sète mais aussi dans un café qui s'appelle « Le Spoon », dans le lycée où l'on voit la vie et les inquiétudes de certains collégiens, ainsi que des professeurs et proviseur, dans un hôpital et dans un établissement pénitentiaire.



De nombreuses personnalités (acteurs, chanteurs...) ont fait des longues ou courtes apparitions au cours de cette série qui a plus de 500 épisodes à son actif. Cette série se termine tous les soirs par des rebondissements et on a hâte d'être au lendemain ou au lundi, pour connaître la suite.

Actuellement, la troisième saison est diffusée avec toujours autant de péripéties et de suspense à travers ces différentes familles.

Parmi les acteurs principaux, on peut retrouver : Alexandre Brasseur, fils de l'acteur Claude Brasseur, Ingrid CHAUVIN Et bien d'autres....

Ce feuilleton est palpitant d'intrigues et de suspense. On a hâte d'être à 19h20 tous les soirs de la semaine, pour connaître la suite des histoires de ces différentes familles.

Mon personnage préféré de la série est un jeune collégien du nom de Timothée. Il est atteint d'autisme asperger, pour son rôle. Ce qui me plaît chez lui, c'est son côté touchant et drôle.

A ne pas rater !

Marie-France

Théâtre

Le plus beau dans tout ça

Le 5 octobre, le SAVS a été voir la dernière pièce de Laurent Ruquier, *le plus beau dans tout ça*. Si certains bénéficiaires ont beaucoup aimé d'autres étaient plus mitigés. Mohammed et Damien nous donne donc chacun leur vision de la pièce :

L'histoire : Après des années, l'ancien petit ami d'une jeune femme (Pauline Lefèvre) revient dans sa vie alors qu'elle est mariée à Octave. Va-t-il la reconquérir ? Est-ce ou le plus cultivé mais moche.

CONTRE par Damien :

J'ai trouvé que Laurent Ruquier n'était pas aussi hilarant qu'à son habitude. En effet la pièce était drôle mais sans plus. J'étais content néanmoins de voir Régis Laspalès. On va dire qu'il relevait le niveau : l'humour et les mimiques !

J'ai trouvé que l'histoire était un peu



enfantine. La pièce n'était pas aussi originale que ça, du déjà vu ! Laspalès faisait du Laspalès. Les acteurs étaient biens grâce au Public réceptif.

Ce qui me paraît bizarre, c'est que comme par hasard, l'amant est beau, et la jeune femme vit avec un « vieux » dont elle est amoureuse en plus. C'est gros comme une maison !!!

La pièce ne dure pas longtemps heureusement... C'est trop cliché !

On ne sait pas forcément que c'est Régis Laspalès qu'elle va choisir mais quand même.

POUR par Mohammed :

Avec le SAVS, nous sommes allés voir la pièce de théâtre « Le plus beau dans tout ça » au Théâtre des Variétés dans le 2^{ème} arrondissement.

C'est l'histoire d'Octave qui est drôle et cultivé mais pas très beau et Mat qui est beau charmeur et sûr de lui. Ils se battent tous les deux pour le cœur de la belle Claudine.

Il y avait des scènes très drôles, par exemple quand Octave se cache dans l'armoire alors qu'en même temps, Claudine sonne à la porte pour demande des conseils à Joëlle pour ne pas voir Octave.

J'ai moins aimé lorsqu'il y avait des scènes un peu coquines : par exemple Octave et Joëlle se retrouvent dans le lit.

INTERET : Les décors, la mise en scène, la beauté de l'actrice, les costumes étaient modernes.

MAIS : les acteurs ne jouaient pas formidablement bien ; un peu emmenés par le Public qui rigolait à la moindre blague de discours.

La scène était bien faite avec le décor : il y avait un bar où les comédiens se posaient pour discuter.

Les comédiens ont bien joué leur rôle. Le spectacle était très drôle. On a bien rigolé et beaucoup applaudi !!!



Sport

Demi-finale de l'Euro de Volley-Ball

Vendredi 27 septembre nous sommes allés à AccorHotels Arena BERCY assister à la demi-finale de l'Euro de Volley-Ball entre l'équipe de France et l'équipe de Serbie. Nous étions un groupe de 9 personnes et 2 accompagnatrices. Nous avons le drapeau bleu blanc rouge sur les joues et certains avaient apporté leur drapeau français et d'autres leur sifflet. La salle était pleine, les tribunes combles.

Règles du Volley-ball

Les deux équipes s'affrontent en trois sets gagnants ; chaque set se remporte en 25 points (avec deux points d'écart) sauf le cinquième set où il ne faut marquer que 15 points pour remporter la victoire (avec deux points d'écart).

Quand le ballon de volley rentre dans son camp, on a le droit à 3 passes maximum sinon le point va à l'adversaire. C'est pourquoi il y a en général 3 phases de jeu : la réception, la passe et le smash.

Malgré toute l'énergie déployée pour soutenir l'équipe de France dans une ambiance de fête, nous avons vu la Serbie

l'emporter sur la France après un combat acharné et une victoire au tie-break du 5^{ème} set. En effet, le match a duré très longtemps, de 21 heures à 23 heures 20. Les 2 équipes étaient au coude à coude pendant 2 heures et la



Serbie a pris l'avantage dans un 5^{ème} set à sens unique.

Nous étions contents après le match d'avoir assisté à une telle opposition.

Rouzbeh & Mohammed

Le sport en salle avec Basic Fit Boulevard Macdonald

Je vais trois fois par semaine à la salle de sport. C'est une salle avec deux étages.

Au rez-de-chaussée, on trouve la zone cardio avec des tapis de course, des vélos, une machine pour faire l'escalier.

Au premier étage, il y a une zone musculation avec des poids et des machines pour muscler les bras et les jambes. On trouve aussi des vestiaires pour se changer et des douches.



J'aime aller à la salle de sport pour me dépenser après le travail et pour me détendre.

J'utilise souvent des machines pour faire de la musculation pour les bras et les jambes et je fais aussi des exercices sur le banc avec des poids. Je cours aussi sur les tapis.

Dans la salle sport, il y a des hommes et des femmes, des jeunes et moins jeunes. Il y a des personnes avec qui on peut discuter parfois.

Je vous conseille d'y aller mais il faut être motivé !!!



Mohammed

Meeting d'athlétisme

Le samedi 24 août, nous sommes allés au stade Charléty. Nous avons pris le tramway à Hôpital Robert Debré jusqu'au Stade Charléty pour assister au meeting d'athlétisme de Paris qui réunissait des athlètes de renommée internationale.

Etaient présents du côté français, le perchiste recordman du monde Renaud Lavillénie, le sprinter Christophe Lemaitre aligné sur 200 mètres et le décathlonien Kevin Mayer qui participait au triathlon ainsi que le triple sauteur Benjamin Compaoré.

L'ambiance était bonne et il faisait très chaud. Le stade Charléty est d'une capacité de 20000 places.

Nous étions installés en bas des tribunes, au 2^{ème} rang. Nous avons la piste devant nous, les installations du saut à la perche sur notre gauche et le lancer du poids sur notre droite. A l'entrée, on nous a distribué des goodies pour faire du bruit pendant les épreuves. Nous pouvions nous restaurer sur place – hot dog, sandwiches classiques, avec la possibilité d'être livré à sa place grâce à notre smartphone !



Le sprinter Christophe Lemaitre a terminé cinquième du 200 mètres masculin en 20 secondes et 40 centièmes. Kevin Mayer n'a pas déçu avec 17,08 mètres au triple saut (record personnel), 7,50 mètres à la longueur et 13 secondes et 55 centièmes au 110 mètres haies son nouveau record personnel. Renaud Lavillénie, pour sa part, a sauté 5,60



mètres laissant à Sam Kendricks, l'américain, le soin de remporter le concours en effaçant la barre des 6 mètres égalant ainsi le record du concours.

A la fin du meeting tout le monde était satisfait d'avoir passé un bon moment !

Rouzbeh & Mahamadou

Championnat de France d'échec

Bonjour à tous. Je vais vous parler du championnat de France d'échecs qui se déroulait cette année à Chartres, ville fort sympathique et très accueillante. J'étais hébergé dans un hôtel original.

La première partie d'échecs, j'avais les pièces blanches. J'ai débuté en faisant cf3 et le deuxième coup e4. Ces deux premiers coups s'appellent l'ouverture sicilienne que je maîtrise assez bien. J'ai gagné cette partie. Le deuxième jour, j'avais les pièces noires. J'ai commencé le premier coup par D5 car mon adversaire avait joué D4.



A la fin, j'ai réussi à annuler. Par la suite, j'ai fait 4 parties nulles, j'en ai perdu 2 et j'en ai gagné 2. J'ai terminé le tournoi comme l'année dernière avec les pièces noires.

Je n'avais pas vraiment de pression car j'avais atteint la moyenne de 4.5 points sur 9.

J'ai rencontré des joueurs qui étaient aux championnats de France à Nîmes. Les retrouvailles ont été d'ailleurs fort sympathiques. J'ai pu faire quelques parties avec eux en dehors de la compétition. Nous étions assez nombreux dans mon open.

Jean-Jacques

Tourisme

Tour d'Italie : Depuis Ventimille à Florence

En partant depuis l'ancien village de Dolceacqua situé dans les Alpes on parvient à la mer et on longe le littoral par la via Aurelia, ancien route romane.



Un arrêt est nécessaire à San Rémo, légendaire ville des fleurs.



Au même temps on admire le magnifique Mer Ligure, ici chaque village vaut la peine de s'arrêter.



Par exemple, vous pouvez aller jusqu'au village de *Finale Ligure* puis monter jusqu'à *Borgio Verezzi*, ancien village médiéval, qui a un magnifique panorama et une magnifique saison théâtrale.

En descendant vous pouvez aller à la petite *île de Bergoggi* et à ses merveilleuses plages. Depuis cette île on peut également se rendre à Gênes, capital de la Ligurie, ancienne république maritime où l'on trouve plein de magnifiques monuments.



Après on rejoint les *Cinque Terre*, un merveilleux endroit, loin de la pollution. Il y a 5 villages entre les rochers et la mer. Ici sont présentes seulement des maisons de pêcheurs peintes de toutes les couleurs. Ce sont des joyaux historiques.

En peu de temps vous arrivez en *Toscane* dans la région de *Versilia*, qui s'étend le long la côte. Vous pouvez visiter Viareggio et Forte dei marmi.

Enfin on arrive à Florence. Il faut minimum 3 jours pour la



visiter. C'est la ville la plus riche en histoire, en culture et en art du monde.

Elena

Mes Vacances à Malte

Je suis allée en famille à Malte il y a plusieurs années, je vais vous en parler. Malte est un pays constitué de 8 îles dont 4 sont habitées. Elles se situent en



méditerranée près de la Sicile. Nous avons décollé de Paris jusqu'à La Valette, la capitale. Nous avons d'abord déposé nos

affaires à l'hôtel puis nous sommes allés nous promener. Il y avait plusieurs musées et un site d'archéologie. Nous avons été au restaurant où nous avons mangé les

spécialités maltaises. Notre hôtel avait une piscine et nous en avons bien profitée. Nous avons loué une voiture pour nous promener. Nous avons vu 2 des 4 îles. Elles étaient très belles. Il y a beaucoup de belles maisons anciennes fleuries. Pour les touristes il y a des calèches pour se promener. Je vous conseille d'aller voir par vous-même, ça vaut le coup !



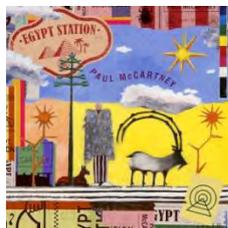
Marie-Aude

« 2018 : Une année musicale pop A+ »

Tout au long des parutions de ce journal vous retrouverez mon best of musical 2018 avec une centaine de références présentant la diversité de ce q

ue j'ai apprécié parmi les multiples sorties de cette année pop 2018. Il y en a pour toutes les oreilles curieuses !

Dans ce numéro mes 10 chansons rocks préférées de 2018.



- Belle Adair : *Long Fade Out*
- Courtney Barnett : *Need A Little Time*
- En Attendant Ana : *The Violence Inside*
- Idles : *Danny Nedelko*
- Jack White : *Over And Over And Over*

- Jimi Hendrix : *Stepping Stone (Inédit 2018)*
- The Liminanas feat Peter Hook : *The Gift*
- Melody's Echo Chamber : *Quand les larmes d'un ange font danser la neige*

- Paul McCartney : *Hunt You Down / Naked / C-Link*
- Suuns : *Watch You: Watch Me*
- Ty Segall : *Cry Cry Cry*

Etienne

Le Messie d'Haendel

Le 1er octobre nous nous sommes donnés rendez-vous à l'auditorium de Radio France dans le XVIème arrondissement, pour assister au Messie de Haendel, œuvre baroque dirigée par un jeune chef d'orchestre prometteur, Valentin Tournet, âgé de 23 ans, avec son ensemble, la Chapelle Harmonique.

défaillance vocale, disant qu'il ne pouvait plus continuer à chanter.



Cette œuvre, composée en 1741, se déroule en 3 parties, la fin de la deuxième partie étant la plus connue, le fameux Alleluia, qui a fait la renommée internationale de Haendel et très appréciée du public.

C'est donc au pied levé que la mezzo-soprano Adèle Charvet, qui se trouvait par hasard dans la salle, a remplacé David DQ Lee, en répétant sa partition pendant l'entracte, alors qu'elle a avoué ne pas connaître ce morceau auparavant. C'est un peu stressé qu'elle est entrée en scène après l'entracte, mais soutenue par le public et la bienveillance de tous les musiciens qui l'entouraient, a été ovationnée à la fin du concert.

Cependant, il s'est passé pendant le concert un fait rare : le contre-ténor David DQ Lee, qui était spécialement venu de Berlin pour remplacer le contre-ténor titulaire de la Chapelle Harmonique, empêché, a connu au moment de l'entracte une

Les artistes ont été bissés et ont rejoué l'Alleluia à la fin du concert, tout le monde a passé une bonne soirée.

Rouzbeh

Scoop Beauté !

Chaque mois, se déroule au sein de la SAVS un atelier « Bien-être » qui est animée par une conseillère beauté : Sylvie MARINI.

Ce mois-ci, nous avons effectué un atelier « Soin du visage ». Voici les différents conseils prodigués ce mardi 17 septembre :

a) NETTOYAGE A L'EAU MICELLAIRE

Il faut prendre deux compresses bien mouillées mais pas trop, imbibées d'eau micellaire et on tapote très légèrement.

b) GOMMAGE

La poudre HASUKI est de la poudre d'haricots rouges qui provient du Japon. Elle est utilisée pour tous



types de peaux. On peut écraser et mélanger celle-ci avec de l'eau florale, elle sert de gommage.

Il faut étaler ce mélange avec un pinceau sur tout le visage, on masse celui-ci ainsi que le cou, en rond avec trois doigts de l'intérieur à l'extérieur. Puis rincer toujours avec les deux compresses d'eau tiède.

On pose une crème hydratante à base d'Aloe Vera et on rince avec les compresses.

On remet une crème hydratant, sans rinçage et on laisse reposer pendant quelques minutes en écoutant une musique douce, sous des conseils de relaxation.

On rince toujours avec les compresses et on passe une crème hydratante finale et on rince.

Cet atelier est très agréable et reposant ! A vous d'essayer, parce que vous le valez bien !

Sophie & Marie-France

Cuisine

Les recettes d'Elena

Cocktail de crevettes

Ingrédients

- 16 crevettes
- Quelques feuilles de laitue

- 120 g d'huile de tournesol

Ingrédients mayonnaise

- 1 jaune d'œuf
- 150 ml de jus de citron
- sel et poivre noir

Ingrédient pour la sauce cocktail

- 45 g de ketchup
- 1 cuillère de Worcester
- tabasco
- 1 petite cuillère de brandy

La mayonnaise : mettre le jaune d'œuf, le citron, le sel et le poivre ensemble. Fouetter en versant peu à peu l'huile, la mayonnaise doit peu à peu épaissir.

Ajouter le ketchup la Worcester et le brandy à la mayonnaise et mélanger. Joindre quelques gouttes de Tabasco mélanger et mettre dans le frigo.



Prendre des crevettes fraîches nettoyées et les mettre 10 seconds dans l'eau en ébullition. Les déposer sur une assiette. Mettre la salade dans une coupelle en alternant salade et sauce cocktail puis y déposer 4 crevettes et une tranche de citron.

Sachertorte



- 7 œufs

Fondre le chocolat au bain marie. Mélanger le beurre au sucre en poudre et au sucre vanille jusqu'à obtenir une mousse, incorporer les jaunes. Préchauffer le four à 180 degrés. Beurrer et fariner le moule. Batta les blancs en neige avec une pincée de sel puis ajouter le sucre cristallisé. Mélanger le chocolat fondue avec les blancs en neige et la farine. Verser la pate dans un moule et cuire environ une heure. Faire refroidir et couper le gâteau en deux dans le sens de la longueur. Badigeonner l'une des

Ingrédients

- 125 gr de sucre en poudre,
- 150 gr de farine,
- 150 g de beurre doux,
- 200 g de chocolat noir,
- 1 sachet de sucre vanillé
- 125 g de sucre cristalline
- Une pincée de sel
- 150/200g de confiture d'abricot
- 1 bouchon de rhum

Ingrédients pour le nappage

- 200g de chocolat pour le nappage
- 250g de sucre
- 150/170 ml d'eau

moitiés de confiture, replacer l'autre moitié dessus et utiliser le reste de confiture d'abricots pour le dessus et le pourtour du gâteau. Pour le glaçage faire chauffer le sucre et l'eau à feu vif pendant quelques minutes. Verser dans un saladier et laisser refroidir à température ambiante. Ajouter le chocolat et verser rapidement le glaçage sur le gâteau et répartir immédiatement avec une spatule, laisser reposer le gâteau à température ambiante.

La recette Iranienne d'Hadi

Ghèimèh

Pour 4 personnes

- 400 g de viande de veau
- 250 g de pois cassés jaunes
- 2 oignons pas trop gros ni trop petits
- 4 tomates
- 2 pommes de terre coupées en lamelles
- 3 cuillères de concentré de tomate
- ½ gramme de safran
- Sel
- Poivre
- Curcuma
- Cannelle

Emincer finement les oignons les faire dorer dans une poêle huilée. Couper la viande en morceaux de 1 à 2cm Mettre la viande à cuire dans la poêle avec les oignons.

Ajouter un peu de curcuma cuire 15/20 min puis ajouter deux verres d'eau.



Laisser cuire 20 min puis mettre les 3 cuillères de concentré de tomates. Parallèlement, cuire les lamelles de pommes de terre dans une poêle avec de l'huile.

Les rajouter dans la poêle avec la viande quand celle-ci est cuite.

Vous pouvez ajouter un peu de jus de citron ou des tranches de citron comme dans la recette traditionnelle. Couper les tomates en petites morceaux. Les ajouter à la préparation.

Ajouter les pois à la sauce à la viande, cuire l'ensemble 15/20 min. Vérifier que les pois et la viande soient bien moelleux. Vous pouvez servir ! Bon Appétit

Diluer le safran dans un ½ verre d'eau tiède. Laisser ce mélange reposer 5 /10 min

Cuire à part les pois cassés, dans une poêle avec de l'huile 15 mns, quand ils sont cuits mettre deux verres d'eau, faire cuire jusqu'à ce qu'ils soient fondants.

Les Mots Croisés de Rouzbeh et Elena

Verticalement

1. Bonaparte
2. Aéroport parisien ;
Solution
3. Clé de do ancienne ; Unité de classement aux échecs.
4. Sa couche est dans la stratosphère
5. Tissu estival ; Le plein
6. Jeu de hasard ; Plan d'eau salée
7. Conjonction de coordination ; Adverbe de lieu.
8. Petite ruelle.

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | | | | | | | | |
| B | | | | | | | | |
| C | | | | | | | | |
| D | | | | | | | | |
| E | | | | | | | | |
| F | | | | | | | | |
| G | | | | | | | | |
| H | | | | | | | | |

Horizontalement

- A Pâte
- B. Le 7^{ème} est le cinéma ; Un petit peu.
- C. Initiales d'un homme politique français collabo ; Possèdent.
- D. Ecoutez ; Essence en anglais.
- E. Département du sud-ouest de la France ; Démonstratif.
- F. Matière de bachelier
- G. Olympique lyonnais ; Trompée.
- H. Clair ; Recyclé.

Réponses aux jeux précédents :

Madame/Monsieur

Madame et Monsieur FONFECK ont une fille, comment s'appelle-t-elle ? **Sophie Fonfeck (Saucisson sec)**

Madame et Monsieur ZARELLA ont une fille, comment s'appelle-t-elle ? **Maud Zarella (Mozzarella)**

Madame et Monsieur TOUILLE ont un fils, comment s'appelle-t-il ? **Sacha Touille (Ca chatouille)**

Madame et Monsieur FRECHI ont 1 fils et deux filles, comment s'appellent-ils ? **Laurent, Gina et Sarah Frechi**

Rafraichit)

Monsieur et Madame DUCIEL ont 3 filles et 2 fils comment s'appellent-ils ? **Betty, Baba, Noël, Quentin et Sandra du**

Papa Noël quand tu descendras du ciel)

Monsieur et Madame HONNETE ont 1 fille, comment s'appelle-t-elle ? **Marie Honnête (Marionnette)**

Rébus

Australie (Os-t'Rat-lit)



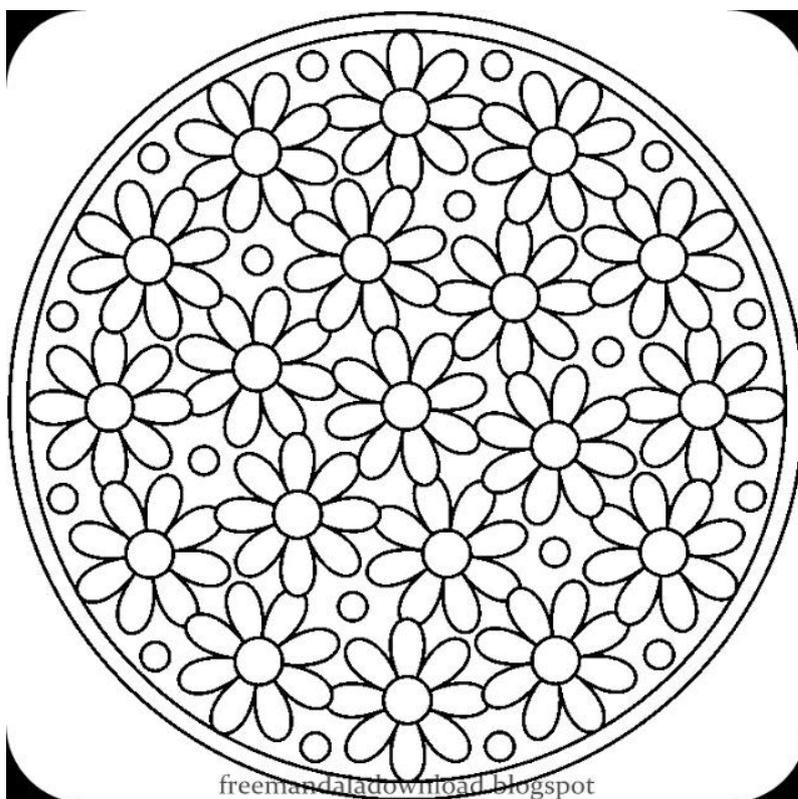
(Phare-mat-scie)Pharmacie

Mots croisés du n°3

| | A | B | C | D | E | F | G | H | I |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | C | O | U | D | R | A | I | E | S |
| 2 | A | M | E | R | | S | D | | O |
| 3 | L | | | O | I | S | E | A | U |
| 4 | M | A | R | I | N | I | E | R | |
| 5 | E | T | E | T | E | S | | R | A |
| 6 | M | A | T | | R | | N | E | T |
| 7 | E | T | R | A | T | | O | T | O |
| 8 | N | U | A | G | E | | | E | N |
| 9 | T | R | I | | S | O | B | R | E |
| 10 | | K | T | O | | L | U | | |

Mandala

Voilà un mandala à faire, à vos crayons !



freemandaladownload.blogspot

Comité Rédactionnel par ordre alphabétique :

Caroline, Christine, Damien, Delphine, Diane, Elena, Etienne, Hadi, Jean-Jacques, Lydia, Mahamadou, Marie -Aude, Marie-France, Micheline, Mohammed, Patrick, Rouzbeh, Sophie