

Le Journal des Bonnes Nouvelles

Maison Pour Tous de Penhars
janvier-février 2021
numéro #3



La Bonne nouvelle

CENTRE DE LOISIRS OUVERT*

Depuis la rentrée de septembre 2020, notre centre de loisirs s'organise, malgré la situation sanitaire, pour maintenir au maximum ses portes ouvertes et garder le lien avec les enfants et leurs familles.

Il a fermé pendant le mois de novembre en raison du deuxième confinement et pendant les deux semaines de vacances de Noël.

Depuis le début de l'année 2021, le centre est ouvert aux enfants de 6 à 10 ans les mercredis uniquement (fermé les samedis) depuis le 13 janvier et leur propose différentes activités, tout en respectant les protocoles sanitaires.

ACCUEIL DU MERCREDI DES 6-10 ANS INSCRIPTION NÉCESSAIRE

PAR TÉLÉPHONE

DU LUNDI AU VENDREDI, 10H-12H / 13H30-17H

Entre 7 et 10 enfants sont accueillis tous les mercredis par deux animateurs autour de jeux extérieurs et intérieurs, ateliers cuisine, ateliers manuels...

Par ailleurs, le secteur jeunesse est également ouvert les mercredis de 14h à 17h en accueil libre et plusieurs types d'animations sont possibles, en fonction du nombre d'inscrits.



*Sous couvert de nouvelles dispositions gouvernementales

S'évader

Poursuivons notre tour des paysages pour nous évader et nous donner des envies et des idées de voyage !



L'ISLANDE

CAPITALE : REYKJAVIK

SUPERFICIE : 102 775 KM²

(LE FINISTÈRE : 6 700 KM²)

POPULATION : 362 860 HABITANTS

(EN FINISTÈRE : PRÈS D'1 MILLION)

Cette fois-ci nous partons assez loin ! L'Islande est une île restée assez mystérieuse jusqu'il y a quelques années.

Le pays est aujourd'hui connu pour ses superbes paysages, rappelant parfois la Lune, mais aussi pour ses volcans qui font régulièrement parler d'eux. Le plus célèbre est le Eyjafjöll qui entre en éruption en mars 2010 et qui a impacté toute l'Europe en bloquant notamment une partie de la circulation aérienne.

Grandes rivières gelées la moitié de l'année, aurores boréales, cascades immenses, grands glaciers, plages de sable noir... la liste des sites naturels à découvrir est longue !

Alors le pays connaît deux complexités : son grand froid et le prix très élevé de la vie, tout est cher. Heureusement, tous ces magnifiques paysages sont accessibles un peu partout, notamment sur le petit et le grand écran : Game of Thrones, James Bond, Prometheus, Vikings...



Côté lecture



VOUS NE SAVEZ PAS QUEL LIVRE CHOISIR ?

Gros coup de cœur pour ce roman graphique placé sous le signe du voyage, vibrant hommage de l'auteur à sa mère, une femme libre ayant élevé seule ses deux enfants sur plusieurs continents à une époque où les mères célibataires étaient rares. Le trait de crayon est énergique, le rythme soutenu, le ton plein d'humour pour aborder de nombreux sujets, pas toujours drôles.

Une BD dont la profondeur se dévoile au fur et à mesure des pages et qu'on a envie de savourer à nouveau sitôt refermée.

L'ÉQUIPE DE LA MÉDIATHÈQUE DE PENHARS VOUS PROPOSE
SUR LA VIE DE MA MÈRE
de Gaston (2020)
Editions La boîte à bulles

LE RÉSEAU DES MÉDIATHÈQUES QUIMPER BRETAGNE OCCIDENTALE KEMPER BREIZH IZEL 02 98 98 40 80

WWW.MEDIATHEQUES.QUIMPER-BRETAGNE-OCCIDENTALE.BZH
ET VOUS POUVEZ AUSSI EMPRUNTER DES JEUX !

Le saviez-vous ?

DU HARICOT À LA PORCELAINE : LA FÈVE

Présente dans la galette, elle est très attendue par les enfants comme par les collectionneurs, la fève remonte au temps des Romains. Au début, les fèves étaient des haricots secs. Elles sont ensuite dorées à l'or fin, en porcelaine, puis, plus simplement, en résine ou en plastique.

Une légende raconte aussi que la fève serait née avec la fameuse bague de Peau-d'Âne qu'elle aurait oubliée dans son gâteau.

LA FÈVE DE COLLECTION PEUT COÛTER DE QUELQUES EUROS À PLUSIEURS CENTAINES D'EUROS !

Aujourd'hui, nous partageons chaque année une galette avec l'espoir (ou pas) de tomber sur la fève. L'heureuse ou l'heureux élu.e devient le Roi ou la Reine et pose sur sa tête une couronne.

La fève peut être un véritable objet de collection. Certains passionnés, les fabophiles ou favophiles se rendent tous les ans, autour du mois de mars, au musée de Blain à côté de Nantes pour s'échanger leurs plus belles pièces.



L'initiative de la MPT

MIXTAPE VOL. 3 : LES SECRETS DE SA FABRICATION PAR ERWAN, TOMMY LEE ET ABDEL

Lors du précédent numéro de ce Journal, nous vous annonçons la sortie du vol. 3 de la Mixtape du Local Musik de la MPT. L'œuvre est en ligne sur les plateformes streaming ainsi qu'en vente à la librairie Ravy et à l'Espace Culturel Leclerc de Quimper. En plus, le CD est disponible en prêt dans le réseau des médiathèques de Quimper.

Un mois après un lancement réussi, nous avons rencontré trois des participants à ce projet. Nous avons échangé avec D. Toby (Erwan), Tommy Lee et AKM (Abdel).

Quels sont les thèmes abordés dans la Local mixtape Vol.3 ?

Tommy Lee : Il y a de tout ; ça parle d'argent, d'avenir, d'émotions, de vécu, de vertus pour ne citer qu'eux... Le projet est un véritable melting-pot où tout auditeur peut trouver son compte.

Abdel : Principalement le vécu de chacun d'entre nous, nos visions se trouvent dans chacun de nos morceaux, il peut aussi y avoir des « égotrip ».

Quelles sont vos procédés d'écriture ?...

Erwan : J'écris en écoutant la prod ; après, ça vient au feeling. J'évite la vulgarité.

TL : Cela dépend des moments, parfois je peux avoir une phrase ou des mots qui me viennent et ensuite je construis mon texte à partir de ces derniers. Ou bien j'écoute une prod (instrumentale) qui a une « vibe » (énergie, ambiance, atmosphère) intéressante et je cherche un thème que j'exploite par la suite. Généralement je mets du temps à écrire un texte car je me creuse la tête pour trouver les bons mots, les bonnes tournures de phrases et les bons placements pour tester des choses différentes.

Ab : Mon procédé d'écriture dépend de mes humeurs et de mes envies, la plupart du temps je fais l'instrumental et ensuite j'écris dessus en m'adaptant, mais je peux aussi me retrouver à chercher une atmosphère précise pour aborder un thème précis.

...et de création instrumentale (composition de la musique) ?

Er : Je commence par poser des accords ou par une base mélodique, je travaille ensuite la partie percussions / drums et enfin la basse. Après la création de tous les éléments, je les structure en couplets, refrains etc.

TL : Recherche de « samples » (échantillons musicaux) qui peuvent me paraître bons à exploiter et ensuite je construis mon instrumental autour de ce même « sample » via kits de batterie, basses & synthé. Je peux me lancer aussi dans la composition pure si j'ai une idée très précise de ce que je veux faire.



Erwan, Tommy Lee et Abdel

LES INGRÉDIENTS

POUR 6 PERSONNES

TEMPS : 30 MINUTES

PRÉPARATION : 10 MIN / CUISSON : 20 MIN

2 PÂTES FEUILLETÉES

140G DE POUDRE D'AMANDE

100G DE FARINE

2 ŒUFS

1 JAUNE D'ŒUF

75G DE BEURRE MOU

1 FÈVE

GALETTE DES ROIS À LA FRANGIPANE

La galette des rois, on peut en manger au moment de l'épiphanie, mais rien ne vous interdit d'en déguster tout au long de l'année ! Alors pour bien vous préparer pour 2022 ou simplement par gourmandise, nous vous proposons une recette de ce plat bien connu.

Placer une pâte feuilletée dans un moule à tarte et piquer la pâte avec une fourchette.

Dans un saladier, mélanger la poudre d'amandes, le sucre, les 2 oeufs et le beurre mou.

Placer la pâte obtenue dans le moule à tarte et cachez-y la fève.

Recouvrir avec la 2ème pâte feuilletée, en collant bien les bords.

Faire des dessins sur le couvercle et badigeonner avec le jaune d'oeuf.

Enfourner pendant 20 à 30 min à 200°C (thermostat 6-7); vérifier régulièrement la cuisson !

BONNE DÉGUSTATION !

RETROUVEZ NOS ATELIERS EN VIDÉOS
SUR FACEBOOK ET LE SITE INTERNET

S'évader...la suite**L'ISLANDE**

NOMBRE DE VOLCANS :
200 (DONT 120 SONT ACTIFS)

TEMPÉRATURE MOYENNE : **4,4°**
RECORD DE FROID : **-39,7°**

DURÉE DE LA NUIT
EN AOÛT : **1h30**
EN JANVIER : **20h30**

Ab : Quand je fais une instrumentale, je cherche des « samples » et/ou je compose moi-même la mélodie. Je découpe le « sample » en fonction de ce genre, je m'amuse un peu en y rajoutant quelques effets, puis je cherche des batteries et enfin j'essaye de faire une bonne boucle pour construire quelque chose de concret.

Quelle est l'étape qui vous plaît le plus dans le processus créatif ?

Er : Je ne saurais pas dire quelle est la meilleure étape, par contre le meilleur moment c'est quand on est à plusieurs à se concerter sur une manière de procéder, d'écrire ou de poser. C'est le moment où on apprend le plus de trucs.

TL : L'expérimentation : lorsque tu as déjà le squelette de ton instru et/ou de ton texte et que tu dois compléter pour qu'il prenne forme. Chercher de nouveaux sons, de nouvelles manières de jouer, d'écrire ou poser ton flow, explorer d'autres univers... Il y a aussi le mix qui est une étape importante et que j'affectionne car il permet d'exploiter le potentiel de ta création.

Ab : L'enregistrement car c'est l'aboutissement de toute la création et l'écriture. Je m'amuse dans tout et notamment à trouver des mélodies pour faire des ambiances.

En quoi le confinement a impacté votre pratique musicale ?

Er : Au début je ne voyais pas la différence, mais après un certain temps de confinement je perdais mon inspiration...

TL : Il m'a empêché d'avancer sur quelques projets & j'ai dû m'adapter comme beaucoup d'autres. J'ai également eu une petite baisse de productivité et d'inspiration mais je me suis repris dernièrement et je suis prêt à sortir quelques freestyles pour 2021. Le tout c'est de ne pas totalement lâcher et de garder quelques liens avec la musique même si les choses n'aboutissent pas.

Ab : Le confinement a impacté ma pratique musicale au niveau de la composition de prod car le Local musik est fermé et que je n'ai pas la possibilité de travailler chez moi.

Comment présenteriez-vous le rap à un non initié ?

Er : Le rap c'est un chant qui se base plus sur la rythmique que sur la mélodie. Il aborde des thèmes divers et variés, parfois légers, parfois très conscients et par moments cela n'est qu'un exercice de style.

TL : Le rap est un art, un style musical possédant une énorme variété. Il fait aussi partie d'une culture riche en histoire : le Hip Hop. Il y en a pour tout le monde : les fans de texte, de flow, d'instrumentales, de ceux qui aiment s'ambiancer ... Il y a du bon et du mauvais, mais il y a beaucoup de bonnes choses à prendre.

Ab : De mon point de vue, le rap est quelque chose qui permet de s'exprimer mais pas de n'importe quelle manière. Peu importe ce que l'on raconte au final, le rap est beau de part sa complexité et ses formes différentes.

C'est quoi pour vous un bon rappeur / du bon rap ?

Er : Un rappeur qui fait ce qu'il veut sur n'importe quel style d'instrumental.

TL : Celui qui arrive à mêler flow, forme et fond, pas forcément à un très haut niveau, tant que le contenu proposé est intéressant et qu'il peut évoluer. Quelqu'un qui sait poser correctement sur une instrumentale, avec des textes corrects.

Ab : Pas seulement quelqu'un qui sait faire des rimes c'est aussi celui qui excelle en parlant de n'importe quel sujet, qui a du vocabulaire et qui aime sa langue, ici le français.

Creusons-nous les méninges ensemble avec quelques exercices dont vous trouverez les solutions dans notre prochain numéro ou sur notre site internet au moment de sa sortie.

DINGBAT

Il s'agit d'un type de devinettes qui consiste à deviner un mot ou une expression, il se compose généralement de lettres et de symboles.

Alors quelle expression se cache derrière ce dingbat ?

Astuce : observez bien tous les détails graphiques !



Réponse : -----

ÉNIGMES

CHARADE N°1

Mon premier n'est pas une fille.
 Mon deuxième est mon premier mais en moche.
 Mon troisième est un complément.
 Mon tout contient souvent une fève.

De quoi s'agit-il ?

QUI SUIS-JE ?

Tantôt dans la bouche,
 Tantôt sur la tête,
 Je suis également une monnaie.

Qui suis-je ?

CHARADE N°2

Mon premier est une monnaie.
 Mon deuxième commence janvier.
 Mon dernier fait peur aux automobilistes.
 Mon tout se trouve dans une galette.

De quoi s'agit-il ?

MOT-MÉLÉ

Le but du jeu est de retrouver les mots indiqués ci-après dans la grille proposée.

A vous de jouer ! Spécial épiphanie.

Amande / Boulanger / Couronne / Epiphanie / Favophilie / Feuilleté / Fève
 Frangipane / Galette / Gâteau / Janvier / Tradition / Part / Pithiviers
 Reine / Roi / Tirer

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

LES INFOS DE LA MPT

LE CONTEXTE

La Maison Pour Tous de Penhars reste fermée au public jusqu'à nouvel ordre suites aux décisions gouvernementales. Nous restons présents pour vous proposer des actions et des animations à distance.

CE QUI EST OUVERT

Seuls les enfants et les adolescents sont actuellement autorisés à venir pour les ateliers théâtre, arts plastiques, hip-hop (danse et beatbox), pour les accueils de mineurs (mercredi) et le Local Musik (1 enfant par créneau).

ON REPREND QUAND ?

Nous n'avons pas de perspectives précises quant à la réouverture de nos locaux et à la reprise des activités sans contraintes (activités adultes, spectacles, sorties, séjours...).

SE FAIRE REMBOURSER ?

Ce manque de lisibilité nous amène à vous demander de patienter jusqu'au mois de juin concernant l'aspect financier de la situation. Au mois de juin, nous ferons le point activité par activité pour évaluer le « préjudice » pour chaque adhérent. Nous vous proposerons alors trois possibilités :

- Remboursement des cours non réalisés
- Remise sur le coût de l'activité pour la saison 2021/2022
- Don à la MPT (ouvrant droit à crédit d'impôt à hauteur de 60% du montant)

Nous souhaitons vivement pouvoir vous accueillir à nouveau et que notre Maison Pour Tous retrouve sa convivialité et ses adhérents !

LES SOLUCES DU NUMÉRO PRÉCÉDENT

DINGBAT :

COUPER LA POIRE EN DEUX

SODUKU :

3	2	8	9	1	6	4	5	7
7	5	6	2	3	4	9	1	8
4	9	1	5	7	8	2	3	6
5	6	4	3	9	7	8	2	1
8	1	7	6	2	5	3	4	9
9	3	2	8	4	1	7	6	5
6	7	5	4	8	2	1	9	3
1	4	9	7	6	3	5	8	2
2	8	3	1	5	9	6	7	4