

Journal *du* Polygone

PRINTEMPS: UNE NOUVELLE DYNA- MIQUE



Spectacle de la **fête de Noël** à **Lupovino** par les Pêcheurs de rêve - décembre 2020

ÉDITO

La parole du Polygone pour une vie riche et saine !

Ce printemps n'est pas une saison comme les autres. Il annonce un espoir de changement et ce changement passe par votre parole, chers amis du Polygone. Comment souhaitons-nous améliorer notre confort de vie ainsi que nos activités sur notre quartier, dans un esprit de bon voisinage ? Comment se sentir à l'aise, entretenir sa santé, celle de nos enfants et celles de nos aînés ? Et notre culture ? Et nos envies de sortie ? Autant de questions, et plus encore, auxquelles vous serez invités à répondre durant ce printemps que nous accueillons donc avec plein d'énergie et de bonne humeur. Une « Semaine de la Santé » vous sera proposée en mai et des sorties pour les femmes seront organisées avec vous par le CSC Lupovino. Toute initiative quelle qu'elle soit allant dans ce sens sera accueillie avec intérêt car tout ce qui contribue au bien-être de chacun doit être privilégié.

Et c'est le but de ce Journal du Polygone que d'en faire la promotion.

Un joyeux printemps à toutes et à tous !

Tournoi de **jeux vidéo** à Lupovino - février 2021



TEXTE DE ERIC FAURE

ÉVÈNEMENTS ET ACTIVITÉS ORGANISÉS PAR LUPOVINO

AVRIL - JUIN 2021

SEMAINE DE LA SANTE

LUNDI 3 MAI DE 14H À 17H SUR LE THÈME DE LA NUTRITION

Lieu : 1ère et 2ème tranche de la cité des Musiciens

- > Intervention de **Bilal Chareuf**, champion de **box-taï**
- > Jeu "combien de sucre il y a dans mon assiette ?"

MERCREDI 5 MAI DE 14H À 17H SUR LE THÈME DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Lieu : Cité des Aviateurs

- > Activité Wii sport versus réalité

JEUDI 6 MAI DE 14H À 17H SUR LE THÈME DU BIEN-ÊTRE

- > Atelier yoga sur inscription auprès de Christine (limité à 6 personnes par créneau) de 14h30 à 15h30 et 15h30 à 16h30 sur le square Ariane Icare
- > Atelier bien-être respiration de 14h30 à 15h30 et 15h30 à 16h30 à Lupovino sur inscription auprès de Christine (limité à 6 personnes par créneau)
- > Atelier femmes de 15h30 à 17h "quand est-ce que je dis non? "

VENDREDI 7 MAI DE 14H À 17H SUR LE THÈME DE LA LUTTE CONTRE LES ADDICTIONS

Lieu : 3ème et 4ème tranche de la cité des Musiciens

- > Jeu Info-intox et café-débat

Une loterie sera mise en place à partir de 14h, tirage à 16h30 avec chaque jour un lot à gagner.

ACTIVITES ADULTES

- **Activités femmes** : Christine vous accompagnera lors de cet après-midi pour partager un moment convivial entre femmes. Si vous avez des envies ou des projets, n'hésitez pas à lui en faire part. Voici les prochaines sorties prévues :

- > **21 mai** : sortie cueillette de fraises
- > **25 juin** : sortie visite de la Petite Venise à Colmar de 13h30 à 17h30.
- > **23 juillet** : sortie au Mont Sainte Odile

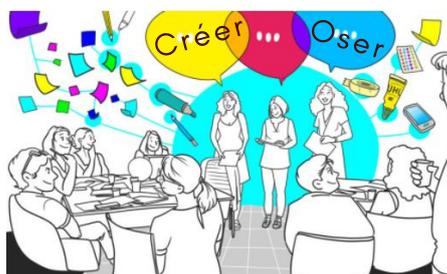
Conditions : être adhérente, sur inscription auprès de Christine, tarif : 2€ - nombre de places limité

- **Activités bien-être** (yoga, méditation, ...) un mercredi après-midi par mois. Se renseigner auprès d'Elisa ou Thomas.

- > **Prochains ateliers sophrologie** : les jeudis à Lupovino de 14h à 15h15.

Conditions : être adhérent-e, sur inscription auprès de Christine, tarif : gratuit - 6 personnes maximum

LA PAROLE AUX HABITANTS



D'ici peu, Lupovino viendra vers vous. **Vous pourrez exprimer vos envies, vos besoins, vos attentes** concernant tous les domaines, tels que la Santé, le Quartier, les Loisirs, l'Emploi, la Sécurité ...

ANIMATION ENFANTS / JEUNES



Tournoi Among Us



Impression sur t-shirt



Jeu de piste

Vacances de printemps - secteur enfance

Suite à l'interdiction de maintenir l'accueil des enfants en raison des mesures gouvernementales, chaque jour des activités seront proposées à distance.

Les mercredis avec Lupovino

> Demandez le programme à l'accueil de Lupovino ou retrouvez le sur notre page facebook "Page Lupovino Strasbourg".

Les activités et sorties sont susceptibles d'être annulées ou reportées en fonction de l'évolution de la situation liée au covid.

LE COIN DES ENFANTS

MOTS CROISÉS Complète les définitions des mots et tu trouveras un symbole du printemps !

1 : Il est de forme ovale. On le décore à Pâques ou on peut aussi le manger en chocolat.

2 : C'est une fête où tout le monde se déguise pour célébrer la fin de l'hiver.

3 : Il nous éclaire tout au long de l'année depuis le ciel !

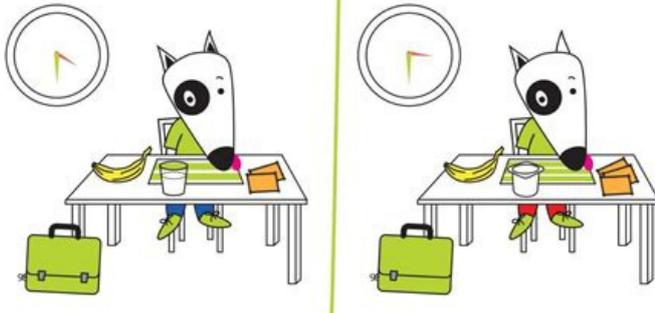
4 : On l'entend de plus en plus siffler dès le retour du printemps. Il pond des oeufs dans son nid.

5 : Il a de plus en plus de feuilles, maintenant que l'hiver est fini !



Le mot à trouver est :

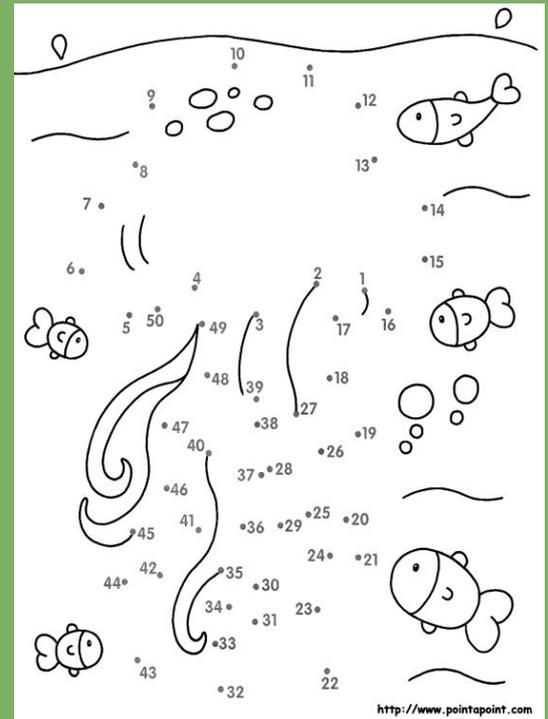
JEU DES 7 DIFFÉRENCES Trouve les 7 différences entre ces 2 images



Réponses du Journal n°1 (jan-mars 21) : rébus : Cachalot / quizz : 2 (la salade)
Retrouvez les réponses des jeux dans le prochain numéro !

JEU DES POINTS À RELIER

Relie les points dans l'ordre et tu découvriras un joli dessin à colorier !



LE COIN DES ADOS

ACTU MANGA

Une collection Hunter X Hunter débarque

Après des collections dédiées à Dragon Ball Z et One Piece, c'est au tour du manga Hunter X Hunter de Yoshihiro Togashi de profiter de sa propre collection, à travers des **tee-shirts, sweatshirts et autres accessoires** qui est disponible dès aujourd'hui.



Actualités Tokyo Ghoul

Chronique Manga - Tokyo ghoul !



Samedi, 14 Septembre 2019

Les véritables poids lourds du shonen, on les connaît, ils sont peu nombreux! Durant des années, Les Dragon Ball, Naruto, Fairy Tail, One Piece et autres Bleach se sont jalousement appropriés les premières places des ventes. Avant l'arrivée ...

5 commentaires

Nouveau trailer pour le film live Tokyo Ghoul S !



Vendredi, 14 Juin 2019

Attendu pour le mois prochain au Japon, le film live Tokyo Ghoul S a aujourd'hui droit à un second trailer, fraîchement dévoilé par le producteur Shochiku. ...

D'après <https://www.manga-news.com>

DECouvrez LA RAPPEUSE JUSTE SHANI



Plume incisive, flow espiègle et jeu de scène puissant sont les ingrédients qui définissent le style de la jeune rappeuse de 25 ans.

En juin 2019, la rappeuse sort le titre « Sélection Féminine » à l'occasion de la coupe du monde féminine de la FIFA ! Un morceau fédérateur qui explore avec une ironie bienveillante et subtile les clichés que rencontrent encore les filles évoluant dans des activités supposées être masculines.

D'après <https://www.readyornot.fr/juste-shani/>

Photo : <https://www.youtube.com/watch?v=MOk0Y-fHYII>

LE COIN DES CUISTOTS TARTE AUX FRAISES

1. Faire la pâte sablée en mélangeant les ingrédients. L'étaler dans un moule. Piquer avec une fourchette. La faire cuire pendant environ 20 minutes à 180 °C.
2. Faire chauffer le lait. Battre les jaunes d'oeuf et le sucre, et ajouter la farine. Verser le lait bouillant tout en remuant. Une fois que la crème a épaissi, retirer du feu, puis mettre le beurre en fouettant vivement. Laisser refroidir.
3. Laver les fraises et les couper dans le sens de la longueur.
4. Sur le fond de pâte (refroidie), déposer la crème pâtissière, puis les fraises. A déguster frais.



D'après <https://cuisine.journaldesfemmes.fr/recette/275734-tarte-aux-fraises>

BON APPÉTIT!



INGREDIENTS POUR 4 PERSONNES

La pâte sablée

	Farine	200 g
	Beurre	100 g
	Sel	1 pincée
	Oeuf	1
	Sucre	80 g

La crème pâtissière

	Lait	50 cl
	Sucre	100 g
	Beurre	50 g
	Jaune d'œufs	3
	Farine	50 g

La garniture

	Fraise	250 g
--	--------	-------

LE COIN DES PETITES ANNONCES

Pour déposer une annonce :

Remplir un bon à déposer à Lupovino avec le paiement.

Si vous êtes adhérent à l'association, vous disposez d'un tarif préférentiel.

Lupovino se réserve le droit de ne pas diffuser d'annonce non vérifiable, non payée et dégage toute responsabilité en cas d'erreur ou si l'annonce n'est pas conforme.

Annonce 4 lignes
104 caractères ou moins =
1€ pour adhérent
2€ pour non adhérent

Annonce 10 lignes
260 caractères ou moins =
2€ pour adhérent
4€ pour non adhérent

EXPRESSION LIBRE / COURRIER DES LECTEURS

Vous pouvez vous exprimer dans cette rubrique en écrivant sur un papier libre que vous donnerez à Lupovino ou en contactant Alice au 07.88.83.93.16.

Centre socio-culturel LUPOVINO

46 rue de l'Aéropostale 67100 STRASBOURG

03.88.84.17.07 / 07.88.83.93.16

Mail : direction@lupovino.org / accueil@lupovino.org /

animation.enfance1@lupovino.org

Page Lupovino Strasbourg

Chef de rédaction : Hélène ARANEDER

Mise en page : Alice MOHAMMEDI

Crédit image : photos Lupovino ou sites indiqués

Toute personne participant à des activités/animations dans l'enceinte de Lupovino est susceptible d'être prise en photo.

Journal gratuit - ne peut être vendu

INFOS PRATIQUES

> **Horaires de Lupovino** : du lundi au vendredi 9h-12h et 13h30-17h, fermé le mardi après-midi.

> Les **inscriptions scolaires** se dérouleront du lundi **15 mars** au samedi **10 avril**.

- en ligne <sur www.strasbourg.eu/inscription-enfant

- Sur rdv au centre administratif (03.68.98.51.43) ou par courrier à :

Direction de l'Enfance et de l'éducation/SIS 1 Parc de l'Etoile 67076 STRASBOURG Cedex

Remerciements, remarques ou améliorations à apporter sur le quartier, sur le journal, vos suggestions, vos envies, ...

Avec le soutien de :



ADHESION 2020/2021 : 5€

ASSOCIATION LUPOVINO

SIRET 412 223 877 00041

ISSN 2778-8601