

MAIS OÙ EST DONC ORNICARD ?

LES CONJONCTIONS DE COORDINATIONS. QU'ELLES SOIENT PHYSIQUES OU BIEN MENTALES, LES CONJONCTIONS DE NOS EFFORTS; ELLES SE COORDONNENT TOUJOURS, DANS LA CULTURE, L'ART OU LE SPORT. **MAIS OÙ** NOUS LES APPROPRIER ? PENSONS-NOUS EN AVOIR DÉJÀ RECONTRÉ ? **ET** POURTANT, IL EN EXISTE PAR-

TOUT. **DONC** POUR S'EN PROCURER, IL FAUT LES CHERCHER. **OR** TOUT SEUL, IL EST SOUVENT DIFFICILE DE SAVOIR QUELLE VOIE EMPRUNTER, **NI** MÊME QUEL CHEMIN EVITER, **CAR** ACCÉDER AU SAVOIR, C'EST AUSSI ACCEPTER DE NE PARFOIS PAS SAVOIR. OSER DEMANDER, VOICI DONC LA CLÉ.

HISTOIRE

1888 : Naissance de la Séquanaise à l'initiative d'un groupe de jeunes hommes aidés par la municipalité. La Séquanaise est alors une société de gymnastique et de préparation militaire, avec une vingtaine de jeunes.

1901 : Déclaration en préfecture en Novembre (n°001)

1911 : La Séquanaise propose du théâtre. Les jeunes filles commencent alors à intégrer l'association.



FOCUS SUR : LE QI-GONG

Littéralement "maîtrise du souffle" est un art énergétique ancestral faisant partie prenante de la médecine traditionnelle chinoise. Le Zhi Neng Qi Gong ou "Qi Gong de la sagesse" est un ensemble de pratiques visant l'épanouissement individuel et le bien-être, l'entretien de la santé et l'harmonie entre le corps et l'esprit.



Salle « Jacques Brel »

Mardi : 18h-19h (adultes)

Animatrice : Marguerite BOBEY

Plus d'infos : la-sequanaise.com/les-activites/

LE SAVIEZ-VOUS ?

La Séquanaise compte parmi ses rangs cette année 2021, 13 membres du conseil d'administration, 5 animateurs permanents, 2 apprentis et pas moins de 21 intervenant.e.s. Viennent compléter cette grande famille, tous les animateurs.trices pendant les périodes de vacances, lors des activités journées et des camps. Également tous les bénévoles qui n'auront pas forcément l'opportunité de s'exprimer cette année, en raison de l'annulation des manifestations.

S'il y a autant de personnes qui s'impliquent dans la vie de l'association, c'est pour créer ce lieu qui nous caractérise : « l'éducation populaire ». C'est-à-dire un lieu où l'on se retrouve, où l'on se rencontre, où l'on se découvre (soi-même), où l'on partage... et où l'on apprend !

C'est un lieu créé par et pour nous, tous. Un lieu monté de toutes pièces par la population, où les idées sont prises en compte, dans un but d'être réalisées.

Le Secteur Jeunes

10 - 17 ans

Y A D'L'ÉCHO

Que fait une fraise sur un cheval ?
Tagada, tagada, tagada.

Quel poisson n'a pas d'anniversaire
Le poisson pas né

M. et Mme Ouzi ont un fils, comment s'appelle-t-il?
Jacques. (Jacuzzi)

Affaires à suivre...

TROUVER LES 7 ERREURS



Par Laurette C & Noémie S

1. Alleron du poisson jaune 2. Algue au milieu
des deux poissons 3. Bulles du poisson rouge
4. Bulles du poisson rouge 5. Pierre en dessous
du poisson rouge 6. points sur la pierre
dessous du poisson jaune 7. Algue sur la pierre
en dessous du poisson rouge Bonus : forme de
l'aquarium

LA RECETTE DE LA MOUSSE AU CHOCOLAT (4 personnes)

3 œufs / 100g de chocolat / 1 sachet de sucre vanillé

1. Séparer les blancs des jaunes d'œufs.
2. Battre les blancs en neige.
3. Faire fondre le chocolat au bain-marie.
4. Dans un saladier, mélanger le chocolat fondu, les jaunes d'œufs et le sucre.
5. Ajouter délicatement les blancs en neige au mélange à l'aide d'une spatule.
6. Vous pouvez diviser les parts dans des verrines individuelles.
7. Laisser au frais pendant 1heure avant de déguster.

BON APPÉTIT !

Par Geoffroy G, Maéva B, Keylia B, Laurette C, Noémie S, Sacha L.

LES VACANCES ARRIVENT !

(Du 08 au 19 Février)

L'EMPIRE
CONTRE-ATTAQUE



JEU DE ROLE

CHALLENGE TIK
ET DEFI TOK



CARNAVAL
MULTI
CULTURES

ANNULÉ AVEC REGRET

15 au 19 Février 2021

CAMP CA FARTE

« Défis givrés toute la semaine »