

RETOURS - PARTAGE - CARNET DE LOISIRS - JEU ÉCOLO

# C notre mag



ÉDITION 2019/2020

 **CME**!

# Édito

Cher(e)s Pontellois(es)-Combalusien(nes)

Suite à la crise du COVID-19 que nous venons de subir, notre Conseil Municipal des Enfants, élu en novembre dernier, n'a malheureusement pas pu investir pleinement son rôle. Ces jeunes élèves de nos écoles et collèges, avaient pourtant commencé à imaginer de beaux projets pour notre ville et ses habitants et avaient commencé à travailler, avec détermination, aux côtés de nos services municipaux, pour leur donner vie.

Dans ce contexte si particulier, nous avons donc fait le choix exceptionnellement de reconduire leur mandat pour une année supplémentaire, afin de leur offrir la possibilité de réaliser leurs ambitions citoyennes.

À cet effet, le Conseil Municipal des Enfants de Pontault-Combault porte un premier projet pour cette période estivale, permettant à chacun de trouver un épanouissement et de favoriser ainsi le bien vivre ensemble sur notre territoire.

C'est avec plaisir que nous vous présentons ce journal, réalisé pour vous, pour tous, insufflant un nouveau dynamisme à leur action et gageant de toute la solidarité sur notre ville.

En quelques semaines à peine, les conseillers municipaux enfants ont créé ce support qui recense l'ensemble de leurs idées créatives et insolites pour passer deux mois de « fun ». Cet été, petits et grands pourront donc s'amuser et partager des moments ensemble, grâce à des jeux, des recettes, des astuces de jardinage, ou encore d'autres divertissements qui, nous l'espérons, vous raviront.

En attendant de vous retrouver lors de nos animations estivales sur nos structures municipales, nous vous souhaitons une bonne lecture et un bel été !



**Gilles Bord**

Maire  
de Pontault-Combault



**Sara Ferjule**

adjointe au maire chargée  
de l'éducation, de l'enfance  
et de la famille

# Sommaire

**4****Une année pas comme les autres****6****Le confinement vu par les enfants élus****8****À découvrir cet été****10****Carnet de loisirs**

**Élus du CME 2019 /2020 :** Alix Lesage, Alexandre Tatar, Lucas dos Santos, Marie Beaufiles, Teehia Dessauge, Calyssia-Rose da Silva Duarte, Amel Lazreq, Soan Galinie, Loane Pacault, Christian Tatar, Valentim Costa, Ana Antunes Barros, Kais Aboulainine, Nicolas Jean, Lea Huet, Laïa Queylat, Brayon Beguin, Curtis Samathi, Sarah Chevallier, Valentin Blanchard, Laura Cornette, Lina Bourgeois, Ahmed Jerbi, Clement Brouhot, Chahine Gana, Tiwa Johnson, Keziah Johnson, Diego Jolevot, Anna Elias Desneux, Emma Jacotin, Sophie Thomas, Shanie Alfonso, Clayton Micillo, Sofia Ammouche, Ayoub Benabdi, Sara Gerges, Rafael Rodrigues, Leana Taver, Maiwenn Ramponi, Charles Njoah-Jackson, Leanne Drame, Noam Touati, Rayan Belhouz, Luce Delattre, Adam Benzaim, Thomas Pheulpin, Eloise Gomes, Ewan Esteves-Gappini.



# notre mandat

## 2019-2020 :

### une année pas comme les autres



Dans mon programme de candidat au conseil municipal des enfants, j'ai proposé l'idée d'un journal fait par les enfants pour les enfants. J'ai eu cette idée car depuis que je suis petite je vois ma mère lire

le journal de la ville, *C'Pontault Combault*.

Quand j'ai été élue au CME, j'ai pu expliquer mon idée lors de la commission. C'est une idée qui a été retenue et qui a plu aux camarades qui étaient dans la même commission que moi.

Pour que le journal puisse exister, il fallait procéder au vote lors du conseil municipal.

Le maire des enfants, Lina, m'a donnée la parole et j'ai présenté le projet. Les membres du conseil m'ont posé des questions. Ensuite nous avons procédé au vote, tous les membres du conseil municipal des enfants ont voté, et comme il y a eu une majorité de « oui », le projet a été retenu.

À cause de la crise sanitaire, nous n'avons pas pu faire le journal comme nous le voulions, mais nous vous présentons ce livret d'été.

**Léana**



J'ai vraiment aimé cette année en tant qu'élue, car j'ai appris beaucoup de choses sur différents thèmes, comme par exemple l'animation de la ville. Je suis dans le groupe « solidarité ». Je sens que j'y ai ma place !

Au CME, nous pouvons proposer des idées, écouter les autres délégués, ainsi que débattre. J'étais très triste quand le confinement est arrivé, car nous devons faire la visite du Sénat et nous réunir pour quelques commissions. Nous avons aussi participé à l'inauguration de la patinoire et à la cérémonie des vœux du maire. Plus tard, on nous a proposé un match de handball pour soutenir les Droits de la Femme. Nous avons également discuté lors de commissions par groupe, afin de proposer des idées pour la ville. Autre événement : la « frite partie » qui consiste à manger et faire une activité avec les pensionnaires de la maison de retraite de Pontault-Combault. Mais, malheureusement, à cause de la pandémie, cette activité a été annulée et sera peut être reportée pour l'année prochaine .

En tout cas, je suis très contente que notre mandat se prolonge l'année prochaine, car il y a tellement d'événements et de réunions qui ont été annulés à cause du confinement... Mais, finalement, tout cela sera rattrapé : c'est super !

**Amel**

# Le confinement vu par les enfants élus



## Lina

Le confinement a eu des avantages et des inconvénients. Moi, j'ai bien aimé ne plus avoir d'horaires à respecter, ne pas être obligée de me lever tôt. J'ai pu faire de la cuisine et me suis lancée dans le dessin. J'ai testé une nouvelle expérience capillaire (une frange). Ce que j'ai moins aimé : suivre ma scolarité à la maison, et ne plus avoir d'activités extrascolaires. Je ne voyais plus mes amis et ma famille, je ne pouvais plus me déplacer où je voulais et quand je voulais et je ne pouvais plus profiter du beau temps. Mais heureusement, c'est fini. Je suis heureuse de pouvoir ressortir pour voir mes amis et ma famille.



## Luce

Le confinement a été un enfer pour certaines personnes, surtout celles très isolées, tandis que d'autres l'ont vécu comme de grandes vacances. J'ai la chance d'avoir un jardin pour me défouler et faire du jardinage, mais la danse, le théâtre, ou la natation m'ont manqué. Je n'ai pas quitté ma maison pendant 57 jours ! Comme beaucoup, ce confinement m'a déstabilisé, surtout que mes deux parents sont soignants et j'étais souvent seule avec mon frère. Au déconfinement, nous allions parfois faire un peu de vélo. Je suis contente d'avoir repris l'école pour deux semaines, j'avais besoin de lui dire au revoir.



## Diego

Pendant le confinement, avec les gestes barrières, j'étais comme perdu. On était obligé de rester chez soi. C'était dur mais je me suis ha-



bitué. Notre maman faisait la maîtresse et on mangeait tous les jours à la maison, mieux qu'à la cantine. Après, avec mon frère, on est retourné à l'école, puis on est parti chez notre père le 10 juin. Chez lui, il y a plein de choses géniales : une piscine, une aire de

jeux, trois chiens, un poulailler, une arcade de jeux vidéos et un demi-frère trop mignon. Les élus et suppléants devaient aller au Sénat, c'est dommage que ça a été reporté.



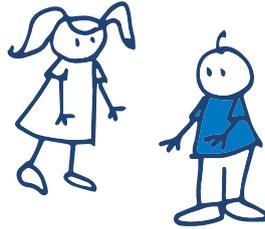
## Nicolas

Le 13 mars, le président a annoncé le confinement. Pour moi élève de 6<sup>e</sup>, ça n'a pas changé grand-chose mis à part l'école. Les devoirs que je faisais étaient beaucoup plus difficiles que si je les réalisais en classe, puisque les professeurs n'étaient pas là pour m'aider. Le confinement était assez embêtant, mais cela m'a permis de passer plus de temps avec ma famille et développer mes talents en dessin. Aujourd'hui j'ai conscience que ma vie ne sera peut-être plus jamais pareille.



## Curtis

Pendant le confinement, le basket m'a manqué. Je ne pouvais plus jouer au club, mais je m'entraînais sur ma terrasse. Le confinement m'a permis de jouer à la console plus longtemps et me coucher plus tard. Quand je sortais, je faisais les gestes barrières, je me lavais les mains, je mettais du gel. Je suis allé dans mon jardin pour jouer avec ma sœur. Nous avons pu faire un plongeon dans la piscine, car il faisait beau et chaud. Nous avons fait des balades à vélo. Mes copains m'ont manqué, car je ne pouvais plus les voir.



## Chahine

Le confinement a été dur à vivre, j'étais bouleversé de ce qu'il se passait. À 20h, avec mes sœurs, j'ai aimé applaudir les infirmières. J'ai profité du confinement pour nager dans la piscine, jouer à la Play, faire du sport et de la pâtisserie. À l'école, j'en ai eu marre de res-

pecter les gestes barrières, car je ne pouvais pas jouer avec mes amis. Le plus compliqué a été de savoir que ma mère était en contact avec des personnes atteintes de ce virus. J'ai eu très très peur qu'elle l'attrape. Bon Courage à toutes les infirmières, infirmiers, médecins, aides-soignants, femmes de ménage...



## Kais

### Poème « Confinement »

Quand ils ont annoncé  
le confinement, j'étais content,  
Mais au bout de deux mois,  
je n'aime plus ça,  
La maîtresse nous envoie des évaluations,  
il y a mille questions,  
Elle nous demande de faire un poème,  
au bout de trois phrases, j'ai la haine,  
Ça me pose un problème, j'ai plus  
d'inspiration, je me pose des questions,  
Je ne sais plus quoi faire,  
je crois que je vais rien faire,  
J'aurai une mauvaise note, ne t'en fait  
pas mon pote !

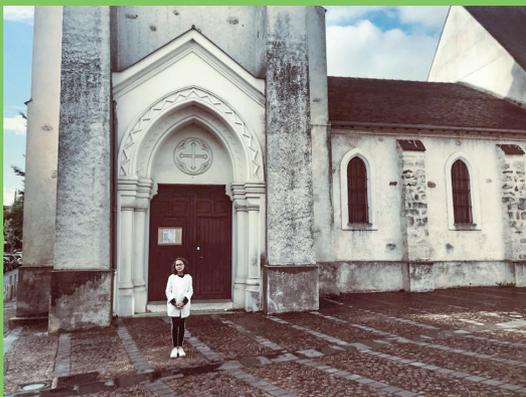
# À découvrir cet été

## Place à la culture... et au sport !



### Le château du Bois-la-Croix par Laura

Je suis à la prairie du château du Bois-la-Croix. J'ai choisi cet endroit car il me rappelle de très bons souvenirs : balades en familles ou entre amis, séances de cerf-volant... C'est très calme avec un magnifique paysage.



### L'église du vieux Pontault par Laïa

Dans le vieux Pontault, il y a l'église Néo-Gothique Saint-Denis qui date du XII<sup>e</sup> siècle, elle est très belle. Concernant les activités, il y a le centre social où il est possible de faire de la couture, de la cuisine et prendre des cours de langues.



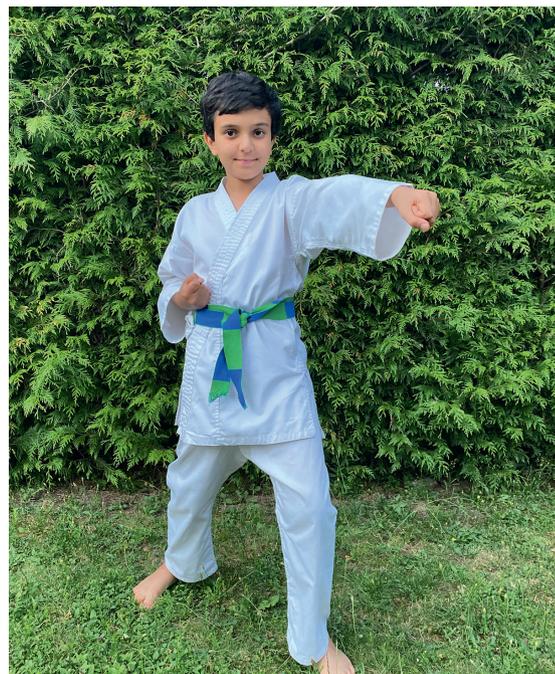
### L'escalade par Loane

Je vais vous présenter l'escalade. C'est un sport qui consiste à grimper en haut d'une paroi, à l'aide de prises plus ou moins faciles à attraper. Ce que j'aime dans ce sport, c'est qu'il faut de la persévérance, de la confiance en soi et en son partenaire, et on peut le pratiquer en extérieur. Il faut de la force dans tout le corps et de la souplesse aussi. En plus, nous avons la chance d'avoir une très belle salle d'escalade à Pontault-Combault au Nautil, ce qui est assez rare.



### Le Handball par Valentin

Je pratique le handball depuis plusieurs années au PCHB. Toutes les semaines, je vais au gymnase Boisramé pour les entraînements avec mon équipe. J'adore ce lieu, où je passe de bons moments, avec mes coéquipiers, lors de nos entraînements et de nos matches. J'y vais aussi très souvent avec ma famille pour assister aux matches de l'équipe professionnelle de Pontault-Combault et j'y retrouve mes amis. Il y a une très bonne ambiance. J'ai vu deux matches PCHB-PSG. Ce sont de très bons souvenirs, j'ai même pu faire des photos avec quelques joueurs. Venez encourager l'équipe du PCHB dès la reprise du championnat.



## Les sports de combat par Ana

Les sports de combat regroupent de nombreuses disciplines sportives, telles que le taekwondo, le karaté, la boxe ou le judo, qui nous apprennent à nous défendre contre des dangers de toute sorte. Les sports de combat permettent aussi de développer la confiance en soi, le respect des autres et de maintenir une bonne condition physique. Ils permettent également d'améliorer la souplesse au quotidien et de renforcer le mental.

Les sports de combat aident à développer la personnalité. C'est grâce à un entraînement régulier qu'on s'améliore : cet entraînement permet de franchir des paliers année après année et d'atteindre un niveau de pratique supérieur, l'objectif étant d'atteindre une maîtrise parfaite de la discipline que l'on pratique.

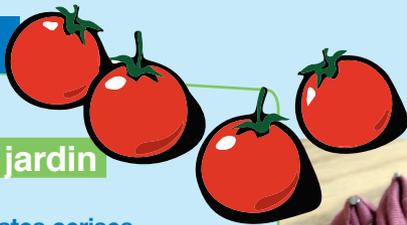
Au sein de notre club, nous combattons contre d'autres pratiquants de notre discipline de combat, chaque discipline ayant ses propres règles. Lors des entraînements, nous travaillons beaucoup et l'effort physique y est très intense et ce, afin d'obtenir de bons résultats lors de compétitions sportives et de faire de belles prestations devant le public présent, et surtout devant les parents.

Il existe aussi des sports de combat peu pratiqués en France et donc peu connus du grand public, tels que le krav maga, le viet vo dao ou le penchak silat.

Nous prenons énormément de plaisir lors des entraînements et lorsqu'on gagne notre place sur le podium, lors d'une compétition, notre fierté est très grande.

## Le karaté Shotokan par Ahmed

J'ai 11 ans et je pratique le karaté Shotokan depuis l'âge de 6 ans au gymnase Jacques-Dubus. Le karaté est un art martial vraiment bien, où on nous apprend des katas qui sont des enchaînements de techniques qui nous permettent de passer au grade supérieur. Le fait qu'il y ait différents grades me motive davantage pour avoir le grade suivant. Les cours ont lieu deux fois par semaine et des compétitions sont organisées plusieurs fois dans l'année. Le karaté m'a appris la persévérance, la maîtrise de moi-même, l'ambition et le respect de l'adversaire. Le karaté m'a aussi appris à me défendre.



## Mon carnet de jardin par Maiwenn

Faire pousser les tomates cerises

### Les besoins des tomates :

Pour toutes les variétés de tomates, il leur faut un endroit bien ensoleillé, surtout le matin.

### Comment semer et planter la tomate cerise :

- Semer à la mi-mars dans du terreau en bac, derrière une fenêtre bien éclairée.
- Repiquer en godets à la mi-avril.
- Planter à partir du 15 mai (car c'est la bonne saison), après avoir installé un tuteur et en enterrant la tige jusqu'aux premières feuilles.
- arroser copieusement.

Petit



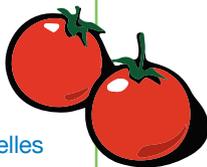
- Les plants de tomates cerises sont faciles à trouver dans le commerce.
- Si vous n'avez pas le temps ou la place de semer, les acheter à mi-mai et les planter comme indiqués dans les premières étapes.

### Comment cultiver la tomate cerise :

Arroser régulièrement de façon à maintenir le sol toujours un peu humide.

### Quand la récolter :

Récolter les tomates à maturité et lorsqu'elles ont pris leurs couleurs définitives : rouges, jaunes... selon la variété.



© <http://dansmapetiteroulotte.eklablog.fr>

### Matériel

- 20 clous à têtes plates
- une planche de bois
- un marteau
- une paire de ciseaux
- des vieux vêtements légèrement élastiques (leggings, manche de pull, collant, chaussettes...).

### Réalisation

- 1/ À l'aide d'un crayon gras, tracez un carré au centre de votre planche de bois (environ 16 cm).
- 2/ Tracez des repères tous les 2 centimètres, un pour chaque clou (20 en totalité).
- 3/ Enfoncez vos clous de manière à obtenir une rangée régulière de 5 clous sur chaque face du carré. Laissez un espace vide aux 4 coins du carré.
- 4/ Découpez le tissu (par exemple, la manche ou de la chaussette) de manière à obtenir 10 fines bandelettes, soit uni ou avec des couleurs différentes.
- 5/ Enfillez les 5 premières bandelettes sur les rangées de clous de gauche et de droite, à l'horizontale.
- 6/ Tournez le support et répétez l'opération de l'autre côté en enchevêtrant cette fois les autres bandelettes aux premières (une dessous, une dessus et ainsi de suite).

Une fois que toutes les bandelettes sont tressées entre elles, détachez la boucle de l'extrémité d'une bandelette d'un côté. Faites passer l'extrémité de la seconde bandelette dans la boucle de la première. Et ainsi de suite jusqu'à faire le tour de votre éponge tawashi.

## Réalisation d'un tawashi

par Léa

Le tawashi, une éponge durable qui vient droit du Japon. C'est une éponge réutilisable pour faire la vaisselle de manière durable. Le tawashi est une éponge zéro déchet, écologique et lavable. Elle peut être lavée en machine pour être réutilisée.

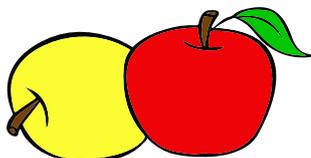


## Croustillant aux pommes

par **Rafael**

### Ingrédients

- 100 g de beurre salé
- 30 g de beurre doux
- 150 g de farine
- 100 g de sucre roux
- 1 œuf
- ½ paquet de levure chimique
- 15 cl de crème fraîche liquide
- 1 cuillère à café de cannelle en poudre
- 4 pommes



### Préparation

1/ Mélange dans un saladier la farine, la levure et la moitié du sucre. Ajoute la crème fraîche et l'œuf petit à petit, et mélanger.

2/ Verse le beurre salé dans une petite casserole et fais-le fondre à feu doux. Ajoute la préparation précédente et mélange pour obtenir une pâte homogène.

3/ Lave et coupe les pommes en lamelles sans les peler. Verse la pâte dans le moule et dispose les pommes en rosace par-dessus.

4/ Mélange le reste du sucre, le beurre doux et la cannelle dans un bol, de manière à former des miettes un peu au-dessus des pommes.

5/ Enfourne pour 40 minutes de cuisson à 180° (TH 6).

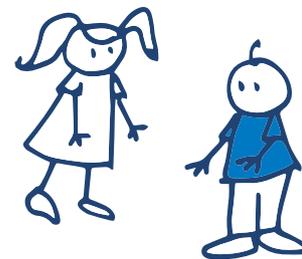


## Summer smoothie

par **Alix**

### Ingrédients

- 1 banane
- 2 poignées framboises
- 2 poignées myrtilles
- ½ citron jaune bio
- menthe
- 125 ml de lait



### Préparation

1/ J'épluche la banane et la coupe en morceaux.

2/ Je place les morceaux de banane dans le bol du mixeur, ainsi que les framboises, les myrtilles, le jus de mon citron, je rajoute des glaçons pour le côté froid et le lait puis je mixe le tout. Je termine par quelques feuilles de menthe ciselées.

3/ Je verse la préparation dans des verres et je bois aussitôt.

**Bonne dégustation !**

# Jeu écolo

Mots cachés

par Soan

Cherche les mots indiqués

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

MATIÈRE

FAMILLE

RECYCLÉS

TRIÉS

DÉCHETS



Complète ce texte avec les mots que tu as trouvés dans ta grille. Lis ce texte et essaie un maximum de mettre en pratique, chez toi, ces actions.

Avec les mots trouvés, complète cette phrase : Quand tout est mélangé, on ne récupère rien ! Les déchets sont brûlés ou mis en décharge. Pour économiser les .....s premières (bois, pétrole...), nous devons donc récupérer les ..... qui peuvent être ..... Pour récupérer du verre, du plastique, du papier, on va donc ..... les déchets par.....