

Les RDV de La Marelle

Vacances de Noël !

#8

Vendredi 25 décembre 2020 — Lettre hebdomadaire

Le centre social "la marelle" est un lieu d'échange, d'écoute, de partage et de convivialité. Il s'adresse à tous : aux jeunes, aux adultes, aux familles et à toutes les générations.

Il est à la disposition des habitants pour **construire ensemble**, améliorer la vie quotidienne de chacun.



Bonnes fêtes à toutes et à tous !

Nous vous proposons tous les vendredis, des « RDV de la Marelle » numériques et des « RDV de la Marelle » papiers (distribués chez les commerçants et au centre social « la marelle ») dans lesquels vous retrouverez des informations, des jeux, des recettes, des activités, des histoires....

Vous retrouverez également toutes ces informations et de nombreuses activités sur notre site internet.

Ce numéro a été réalisé avec la participation de Monique, Marie-Ange et les élèves de la MFR Bléone Durance. Merci à vous !

Le centre social sera fermé du 24 décembre 2020 au 3 janvier 2021. Bonnes fêtes à toutes et tous !

Ensemble et responsable face à la propagation du virus !

L'équipe du centre social "La Marelle"



Infos pratiques

Info COVID-19 : 0 800 130 000 (7j/7 24h/24)

Mairie : 04 92 33 20 00

Préfecture : 04 92 36 73 11 : posez vos questions : est ce que je peux déménager ? Aller faire mon contrôle technique ? Etc...

Médiathèque : accès au drive : du mardi au vendredi de 14h à 17h et le samedi de 9h30 à 13h

Masque obligatoire sur la commune de Château-Arnoux Saint-Auban dans les espaces publics de 6h à 20h à partir de 11 ans

Ensemble Responsable

En pensant à nous
et en pensant aux autres !

Merci à tous

La chaîne du centre social « La Marelle »



Retrouvez le centre social

sur sa chaîne You Tube

Retrouvez toutes ces infos sur notre site <http://www.centresocial-lamarelle.fr/>

Sapin de Noël feuilleté au chocolat

Pour les fêtes, colorez votre table avec une pâtisserie sucrée qui enchantera les enfants. Cette activité confortera l'idée de partage et de convivialité en cette période. Ce feuilleté chocolaté en forme d'arbre de Noël vous fera apprécier les choses simples. Les chocolavores seront conquis par tout son moelleux ! Pensez à accompagner d'un vin blanc sucré ou d'un jus de fruits pour des notes acidulées.

Ingrédients : 1 pâte feuilletée, 1 tablette de chocolat, 1 œuf, des smarties.

Préparation : Couper la tablette de chocolat en deux en biais. Dérouler la pâte feuilletée sur le plan de travail. Déposer les bouts de chocolat en triangle au centre. Découper des bandelettes de pâte de chaque côté du chocolat. Enlever les chutes. Rabattre les bandelettes vers le centre en les chevauchant de gauche à droite. Badigeonner d'œuf.

Mettre au four préchauffé pendant 15 à 20 mn à 200°C. Décorer avec des smarties.



La petite tisane de Noël



Ingrédients : 25g de pomme séchée, 25g d'ananas séché (ou mangue ou papaye), 20g de bâton de cannelle (env. 3 bâtons), 10g de bâtons de réglisse (env. 2 bâtons), 10g d'étoiles de badiane, 10g de gousse de cardamome, 2 cuillères à café bombées de graines de fenouil (ou d'anis), 1 cuillère à café bombée de vanille en poudre, 1 cuillère à café rase de clous de girofle, l'écorce d'un citron séché (env. 7-8g), l'écorce de 2 oranges séchées (env. 15g), 4g de gingembre séché (1 petit tronçon), 15g de fleurs de tilleul séchées, 40g de fleurs d'hibiscus séchées, 30g de rooibos, 5g d'ortie séchée.

Bonne dégustation !

Recette du vin chaud

Ingrédients : 1 litre de vin rouge, 1 orange bio, 1 citron bio, 100g de sucre en poudre, 1 bâton de cannelle, 1 étoile de badiane, 2 clous de girofle, 1 pincée de noix de muscade râpée.

Préparation : Lavez et séchez les fruits. Taillez-les en rondelles ou en quartiers. Mettez-les dans une casserole. Ajoutez le vin, le sucre et les épices. Portez à frémissements puis sortez du feu, couvrez et laissez infuser 5 mn. Servez chaud.

Bonne dégustation !



Sablés rennes du père Noël : à faire en famille

Ingrédients : 70g de sucre roux, 2 pots de yaourt fruité 50g (parfum au choix), 90g de beurre très mou, 1 jaune d'œuf, 250g de farine semi-complète, 3 carrés de chocolat à pâtisseries, 15 billes en sucre rouge pour faire la truffe, 30 petites billes en chocolat pour faire les yeux.

Etape 1 (enfant) : Dans un saladier, mélange à la fourchette le sucre, les yaourts aux fruits, le beurre et le jaune d'œuf. Ajoute la farine, mélange du bout des doigts pour obtenir une pâte sablée. Fais une boule.

Etape 2 (Parents) : Mettez la boule de pâte entre 2 feuilles de papier sulfurisé et étalez la pâte sur environ 1/2 cm d'épaisseur. Mettez au frais 30 minutes. Préchauffez le four à 180°C (Th.6).

Etape 3 (enfant) : Avec un cercle de pâtisserie ou un verre (environ 6 à 7cm de diamètre), découpe 15 ronds dans la pâte. Pose-les sur la plaque du four recouverte de papier cuisson. Dépose 2 billes en chocolat par sablé pour faire les yeux.

Etape 4 (Parents) : Faites cuire les sablés pendant 12 à 15 minutes, laissez refroidir avant de décoller. Faites fondre les carrés de chocolat au micro-ondes (environ 1 minute 30 à 500w) ou au bain-marie. Lissez le chocolat et versez-le dans un cône de papier sulfurisé ou une petite poche à douilles.

Etape 5 (Enfant) : Trempe un petit pic en bois dans le chocolat fondu et dessine les bois de chaque renne au-dessus des yeux. Pour la truffe, mets un peu de chocolat fondu sur chaque bille rouge en sucre et "colle" la sur chaque sablé renne.



Les calissons : réalisés par les élèves de la MFR Bléone Durance

Les élèves de la Maison Familiale Rurale Bléone Durance ont souhaité participer à ce numéro spécial Noël des « RDV de la Marelle ». Ils vous proposent la recette, en vidéo, des fameux calissons de Provence.

[Retrouvez la recette en cliquant sur ce lien ou sur le site du centre social « La Marelle »](#)



LES CONTES DE MONIQUE



Cette semaine Les contes de Monique : Monique vous fait la lecture de l'histoire « Le petit sapin de Noël » de Karl Rühmann illustrée par Anne Möller. Sylvestre est un jeune sapin, mais il est si petit que personne ne le prend au sérieux. Au contraire, lièvres et hérissons se moquent de lui, ce qui le rend vert de rage. Il aimerait tant leur montrer qui il est ! Mais comment ?

Bonne écoute ! Et encore merci Monique

[Retrouvez Monique sur le site internet du centre social : http://www.centresocial-lamarelle.fr/index.html](http://www.centresocial-lamarelle.fr/index.html)

Fabrique les Rennes du Père Noël

A l'occasion des fêtes de Noël, nous te proposons de créer les rennes du Père Noël.

[Retrouve la fiche pour fabriquer les rennes sur le site du centre social « La Marelle »](#)



Fabrique ta carte spéciale sapin de Noël

A l'occasion des fêtes de Noël, nous te proposons de créer ta carte spéciale sapin de Noël.

[Retrouve la fiche pour fabriquer ta carte sur le site du centre social « La Marelle »](#)

La vitrine de Nathalie

La vitrine de Nathalie est une action pensée par Nathalie depuis 4 ans pour la marelle et les habitants du territoire qui souhaitent se retrouver autour de la création d'une vitrine de Noël, avec des matériaux de récupération et toutes sortes de bricolage; un temps de partage entre les générations, un temps de transmission autour de savoir-faire des uns et des autres, un temps féérique pour petits et grands.



Merci Nathalie !

Cette vitrine 2020 est sur le thème :

« Semons des valeurs et récoltons le bonheur »

La vitrine sera illuminée à partir du lundi 14 décembre 2020 à 17h30 jusqu'en janvier 2021

[Retrouvez toutes les infos sur le site du centre social « La Marelle »](#)

<http://www.centresocial-lamarelle.fr/index.html>

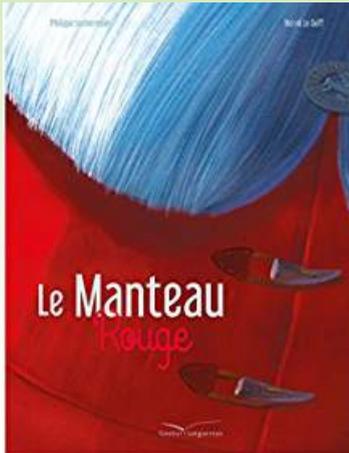
Un sapin dans votre assiette : pliage de serviette

Le sapin de Noël, les guirlandes, les boules et les cadeaux au pied de cet arbre emblématique... dans sa version pliage à disposer sur les assiettes ou juste à côté il fera le plus beau des accueils à vos convives petits et grands. Le pliage sapin se fait avec une serviette de préférence dans la couleur verte. Mais vous pouvez en utiliser d'autres, l'effet sera toujours aussi chaleureux. Un petit bout de bois à glisser à la base, et ajusté à la longueur que vous souhaitez figurera un tronc plus vrai que nature.

Retrouvez la vidéo en cliquant sur ce lien ou sur le site du centre social « La Marelle »



Les histoires de Marie-Ange



Cette semaine Marie-Ange vous propose la lecture (en 2 parties) de l'histoire « Le manteau rouge » de Philippe Lechermeier et Hervé Le Goff.

Cela fait maintenant plusieurs jours que l'hiver est arrivé. Dehors, les habitants du village se dépêchent de rentrer chez eux. Les traces de leurs sabots dans la neige profonde sont comme des mots écrits sur la page blanche d'un immense cahier. Les flocons tombent sans interruption et tout à l'heure, ils couvriront d'une nouvelle couche le chemin. Alors, je sortirai enveloppé dans le manteau rouge, et cette fois, ce seront mes pas qui écriront la suite de l'histoire, une histoire commencée depuis longtemps déjà.

Bonne écoute ! Et encore merci Marie-Ange

[1 Partie 1](#)

[2 Partie 2](#)

Retrouvez Marie-Ange sur le site internet du centre social : <http://www.centresocial-lamarelle.fr/index.html>

La vidéo drôle de la semaine !

Pour rire : le tennis

Cette semaine nous vous proposons le sketch de Kev Adams « Le Tennis ».

[Cliquez ici](#) ou retrouvez le lien sur le site du centre social « La Marelle ».



Le dessin animé de la semaine !



Cette semaine nous vous proposons « Silly Symphony » de Walt Disney.

Les Silly Symphonies sont une série de courts métrages animés produits entre 1929 et 1939 par les studios Disney. Chacun des courts métrages est une Silly Symphony.

La tradition de la fable ancienne n'a pas d'égal au joyeux pays du jazz, qui gisait dans une mer sauvage et discordante, en face du pays aux cheveux longs de la symphonie. Pourtant, ici, vous ne trouverez pas une simple suite shakespearienne (bien que la vraie folie existe toujours): Nos amants croisés font face courageusement à l'adversité, et le véritable

amour transforme la cacophonie en harmonie!

[Retrouve la vidéo](#) en cliquant ici ou sur le site du centre social « La Marelle ».

[Retrouvez toutes les infos sur le site du centre social « La Marelle »](#)

<http://www.centresocial-lamarelle.fr/index.html>

Les chansons de la semaine

Cette semaine nous vous proposons :

Le grand choral buissonnier—nuits de Champagne 2020 :



En écho au Grand choral et à l'Aube à l'unisson, les deux rendez-vous polyphoniques des Nuits de Champagne qui ne pourront avoir lieu en cette année particulière, près de 1000 choristes de toute la francophonie d'une part et les 700 collégiens du Chœur de l'Aube de l'autre ont été réunis, enregistrés et filmés par petits groupes de quelques dizaines. Il sont accompagnés de six artistes et groupes compagnons de route du fameux festival : Tryo, Bernard Lavilliers, Maxime Le Forestier, Louis Chedid, Les Innocents et Emily Loizeau... Un rendez-vous émotion pour célébrer plus que jamais le « chanter ensemble » !

Durée 1h14mn. [Cliquez-ICI](#)

[Retrouvez un extrait de ce spectacle avec la vidéo « des hommes pareils » avec Francis Cabrel en cliquant ici.](#)

Génériques des dessins animés des 80's !

Retrouve dans cette vidéo les génériques des dessins animés des années 80 les plus populaires :

Goldorak, Heidi, les mystérieuses cités d'Or, Tom Sawyer....

[Cliquez ici](#) ou retrouvez le lien sur le site du centre social « La Marelle ».



[Retrouvez toutes les infos sur le site du centre social « La Marelle »](#)

<http://www.centresocial-lamarelle.fr/index.html>

Concours des Lettres d'A... 14^{ème} Edition

Le collectif des lettre d'A ouvre sa 14^{ème} édition du concours des lettres d'A 2021.

Rejoignez-nous en écrivant vos plus belles lettres, messages, des-
sins, textos, billets doux, œuvres numériques, etc. Profitons
d'avoir du temps pour exprimer nos sentiments.

Remettez vos créations avant le 21 juin 2021 à la Médiathèque
Louis Joseph ou à la Marelle, Place de la Résistance 04160 Châ-
teau-Arnoux Saint-Auban ou par mail : centreso-
cial.lamarelle@wanadoo.fr



Anagrammes de Noël

Reportez dans la grille de droite des mots relatifs au thème de « Noël » formés à partir des anagrammes de la grille de gauche, et formez, dans la colonne centrale, un 9^{ème} mot .

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|--|
| | | | P | A | I | N | S | | | |
| | | | G | E | N | I | E | | | |
| P | R | I | S | E | U | R | S | | | |
| | | | N | A | V | E | T | | | |
| | A | U | R | A | I | E | N | T | | |
| N | I | V | E | R | O | L | L | E | | |
| | | | A | U | D | A | C | E | | |
| | M | E | U | L | I | E | R | | | |

[Retrouvez toutes les infos pratiques sur le site du centre social la marelle](http://www.centresocial-lamarelle.fr/index.html)

<http://www.centresocial-lamarelle.fr/index.html>

Pour nous contacter

centresocial.lamarelle@wanadoo.fr

ou appeler nous 04 92 32 37 04 ou 04 92 32 55 18

Ou sur le compte facebook de la marelle

ou sur notre compte Instagram : @lamarelle.casa

La chaîne du **centre social « La Marelle »**



[Retrouvez le centre social](#)

[sur sa chaîne You Tube](#)