

NIOUZ LAITEUR

Lettre d'Information Officielle de l'Association

Minuit Studio

association **L'Autre** **le dala**
l'autre **Regard** ●●●
 rennes

Édito:

"En Mai ... Fais ce qu'il te plaît »
 Oui, ...mais..."

La situation «coronavirusienne» actuelle nous demande d'adopter d'autres manières de vivre (masques - lavage régulier des mains - distanciation sociale - déplacements réduits....)

Alors viennent vos questions :
 Quand pourrons-nous aller à L'Autre Regard ? Quand reprendrons-nous les ateliers ?

Dans l'immédiat, nous ne sommes pas en mesure de vous donner des éclairages. Il est certain que la vie à l'association reprendra doucement. Dès que les directives nous seront communiquées, nous vous informerons toutes et tous.

Depuis Mars, les abeilles de L'Autre Regard se sont mobilisées pour butiner et faire le miel des niouz laiteurs (newsletters), le tout orchestré de main de maître par Loïg notre nouveau collègue.

Nous vous remercions de nous transmettre vos idées pour que le miel soit meilleur

En attendant de nous voir bientôt, nous l'espérons, les mails, les téléphones, les newsletters nous permettent de continuer à tisser des liens.

Bonne lecture.
 Nicole



AU SOMMAIRE

Rennes Campagne

Distribution de masques

Page 02

Le radeau

e-@telier

Page 03

Mots croisés

Poésie et souvenir

Page 04

Solidarité Rennaise

Paniers suspendus

Page 05

Faut bien

s'marrer

Page 06

Recette de la semaine

Et bons plans

Page 07

Posters à personnaliser

Page 08

Annonces du premier ministre en matière de masques et tests

- ✓ Entreprises invitées à équiper leurs salariés en masques
- ✓ Port obligatoire au collège, pour le personnel et les élèves
- ✓ Port obligatoire dans les transports en commun
- ✗ Port de masque interdit pour les enfants en maternelle
- ✓ Port du masque non recommandé pour les écoliers en élémentaire
- ✓ Port du masque préférable dans les commerces
- ✓ Réserve hebdomadaire de 5 Millions de masques lavables pour nos concitoyens les plus précaires
- ✓ Masques commandés par les collectivités pris en charge à 50% par l'État
- ✓ 30 avril : mise en place de la plate-forme d'e-commerce gérée par La Poste pour faciliter la distribution de masques
- ✓ 700 000 tests virologiques par semaine après le 11 mai
- ✓ 100 % des tests pris en charge par l'assurance maladie
- ✓ Isolement pour toute personne testée positive ainsi que son entourage



Rennes : distribution de masques



DU 8 AU 17 MAI [CLIQUEZ ICI](#)

La Ville de Rennes va doter chaque habitant (dès 3 ans) d'un masque en tissu. La distribution gratuite sera organisée entre le vendredi 8 et le dimanche 17 mai (week-ends et jours fériés inclus). Elle sera assurée dans quinze gymnases municipaux par des agents de la Ville, qui se sont portés volontaires. La liste complète des gymnases sera communiquée dans les jours qui viennent. La distribution organisée par la Ville de Rennes vise à doter l'ensemble de la population de la ville d'un premier masque, en vue du déconfinement progressif. Cette dotation doit permettre à chacun de disposer d'un équipement personnel minimal, le temps que des circuits de distribution grand public soient garantis, comme le préconise notamment l'Académie nationale de médecine.

Où et quand récupérer son masque ?

La ville a été découpée en 15 secteurs géographiques, afin de limiter les déplacements des habitants. Les centres de distribution seront organisés dans quinze gymnases municipaux. Ils seront ouverts sans interruption de 9 h à 19 h. Chaque centre sera agencé de façon à strictement respecter la distanciation physique et les gestes barrières, y compris dans la gestion des files d'attente. À partir du jeudi 29 avril, chaque foyer rennais recevra un courrier lui indiquant le jour et le gymnase où un membre du foyer pourra se rendre pour récupérer les masques pour chacune des personnes composant le foyer. La répartition par jour s'est faite par ordre alphabétique.

RENNES / COVID-19

CAMPAGNE DE DISTRIBUTION DES MASQUES EN TISSU

Vous allez recevoir un courrier

En bas de l'enveloppe, un dessin reconnaissable

CONSERVEZ BIEN CE COURRIER !
Il contient toutes les informations pour le retrait des masques distribués par la Ville de Rennes

rennes
VILLE DE RENNES

Comment récupérer son masque ?

Pour chaque foyer rennais, une seule personne devra se présenter sur le lieu de distribution indiqué sur le courrier dont il devra se munir ainsi que d'une pièce d'identité et d'un justificatif permettant de connaître le nombre de personnes composant le foyer. Les masques lui seront alors remis en une fois, à raison d'un masque par membre du foyer. Les modalités plus précises de distribution feront l'objet d'une large communication, dans tous les médias et par voie d'affichage. Liste des justificatifs possibles : avis d'imposition / avis de taxe foncière / attestation CAF / livret de famille. Les personnes se rendant sur le lieu de distribution avant la fin du confinement devront cocher la case "course de première nécessité" sur leur attestation de déplacement dérogatoire. Seules les personnes domiciliées à Rennes pourront obtenir un masque pour les membres de leur foyer.

Le Radeau

Espace numérique

Le radeau, c'est qui ?

Cinq robinsons qui ont envie de se lancer un défi. Mais aussi une association. L'Association Le gué du Centre Hospitalier Guillaume Régnier...

Le radeau c'est quoi ?

Un espace numérique où se retrouver et partager de bons moments de convivialité...

Et comment ça fonctionne ?

En devenant membre et en publiant des articles et/ou en laissant des commentaires.

Découvrez le [ICI](#)

Citations célèbres

"Qui fait rire l'esprit se rend maître du cœur"
(Cardinal de Bernis)

"L'expérience est le nom que l'on donne à ses erreurs"
(Oscar Wilde)

"L'imagination vaut bien des voyages et elle coûte moins cher"
(Georges William Curtis)

e-Atelier

Des idées d'ateliers en ligne?

Alors si vous êtes équipés d'un téléphone ou d'un ordinateur assez performant, c'est très simple. Grâce au logiciel ou l'application mobile ZOOM.

En quelques clics,
rejoignez un groupe

Faites le nous

savoir par mail ou par téléphone!

INFORMATION 1er MAI "FÊTE DU TRAVAIL"

Vendredi 1er mai :

Le métro et les lignes de bus ne circulent pas.

Les parcs relais sont fermés.

[Coronavirus]

Horaires adaptés et toutes les infos [ici](#)



POÈME DE LA SEMAINE

Et pour sauver la face
 Il faut accepter de boire la tasse
 On cherche toujours
 à se donner le change
 C'est comme cela,
 l'homme n'est pas un ange
 On essaie tous les subterfuges
 Pour rester si possible la tête haute
 Mais ce jeu est comme un refuge
 On ne sait pas à qui revient la faute
 C'est comme cela,
 nous portons des masques
 C'est notre façon ordinaire
 d'être et d'exister
 Nous sommes des êtres
 curieux et fantasques
 Nos blessures sont longues
 à cicatriser.

Poème collectif de l'atelier poésie.

Mots croisés de Françoise B.

VERTICALEMENT

- A- Ordre ; le lieu de notre atelier
- B- naturel ; sortis
- C- de bonne heure, sans T ; article ; sur nos terrasses
- D- elle nous accompagne dans cet atelier ; A doublé
- E- très utilisé pour venir à l'atelier ; maître juif
- F- tu censurais, classais en X ; caractère... à éviter en cuisine !
- G- très long fleuve ; à l'envers, elle nuit aux cultures
- H- E doublé ; mixture de soja
- I- morceau d'oignon
- J- la cuisine du Centre Social l'est un peu trop

HORIZONTALEMENT :

- 1- Nos crudités le sont toujours ;
- 2- maladie liée à la nourriture ;
- 3- « mon torchon à laver » en abrégé ; impersonnel
- 4- très utilisé dans nos potages bio ; nom de notre atelier
- 5- poisson de la même famille que la sardine
- 6- avec lui on referait le monde ; je possède
- 7- légumes de printemps très appréciés
- 8- organisation internationale de normalisation ; on aimerait bien que notre repas le soit, surtout quand il y a du fromage !
- 9- sorte de navet recommandé pour le transit intestinal ;
- 10- les nôtres ne sont pas toujours des « coups de maître » ; moi

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

Solutions au prochain numéro...

DÉCOUVREZ

La photo souvenir de la semaine

SORTIE SUR L'ÎLE DE BRÉHAT, LE 22 MAI 2019



Une petite pause avant de se remettre en chemin...



Frédérique

SUSPENDUS : Solidarité Rennes

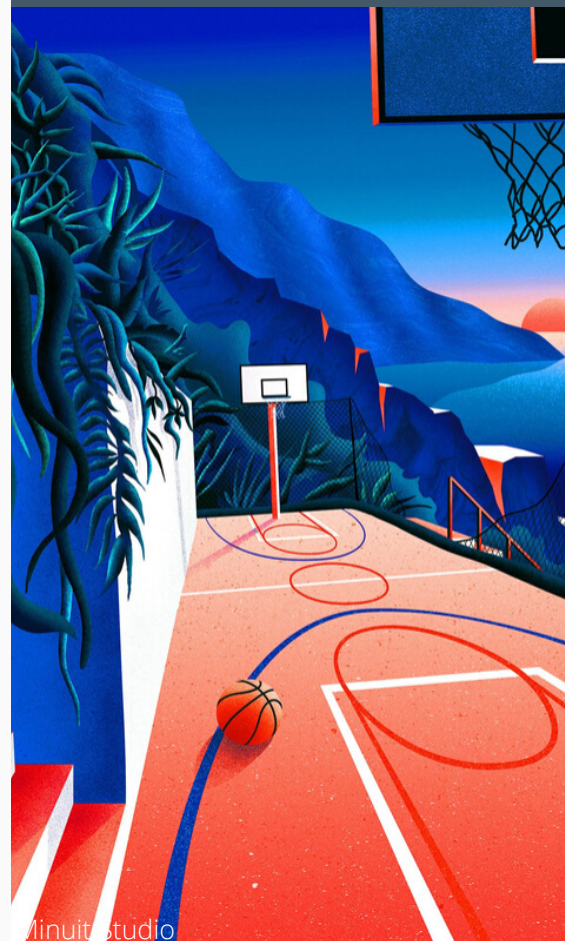
PANIERS SUSPENDUS: [C'EST PAR ICI](#)

La Maison des Citoyens de Rennes et sa Métropole avec tous les citoyens engagés s'est mise en action ! Elle invite chacun à déposer devant chez soi des paniers suspendus alimentaires ou d'hygiène, dans sa cage d'escalier ou encore dans les enseignes ouvertes. Ces paniers sont destinés aux personnes dans le besoin. Ce sont "les suspendus". Un beau principe de générosité, un mode de consommation qui prône le partage et le vivre ensemble ! Le principe du SUSPENDU est simple : vous pouvez auprès des commerces suspendus de Rennes commander deux cafés, deux soupes, deux baguettes, deux plats du jour, deux sandwiches, deux galettes saucisse... : un café pour vous, et l'autre sera redistribué à une personne dans le besoin, une personne sans-abri, un parent isolé, un étudiant près de chez soi... D'autres commerçants mettront aussi à votre disposition une cagnotte suspendue-solidaire : les sommes accumulées permettront aux personnes de bénéficier par exemple d'une coupe de cheveux, un soin beauté, un billet de spectacle, une consultation vétérinaire... Tout est envisageable ! Tout est déclinable ! "Recréons ensemble du lien social, et offrons à des personnes isolées et en difficulté de se retrouver avec les autres, de se sentir comme les autres."



Mais en temps de confinement, la Maison des citoyens va plus loin. Elle invite les Rennais(es) à s'approprier et reproduire une belle idée née à Naples où des paniers remplis de vivres sont suspendus aux balcons et proposés aux personnes démunies. Le principe est simple : Pour le panier (ou cagette) soit : Vous le suspendez à votre balcon OU le déposez à un lieu fixe avec des provisions et/ou des produits d'hygiène. Glissez ce petit mot suffisamment visible « SI TU PEUX, TU METS. SI TU NE PEUX PAS TU PRENDS. Et la magie s'opérera... les passants, vos voisins remplissent ou complètent votre panier SUSPENDU et ... les personnes se servent.

“Ne soyons pas
que les
citoyens de
demain,
soyons les
acteurs
d'aujourd'hui!”



"Proposition de Sibeth pour un déconfinement progressif dans les écoles : jours pairs les élèves, jours impairs les profs"

"11 Mai fin du confinement. Ouf! On va pouvoir arrêter le jogging"

"Le ministère de la santé vient d'annoncer la livraison des pastilles d'iode commandées en 1986 pour lutter contre la radioactivité suite à l'accident de la centrale nucléaire Tchernobyl"



Cliquez sur la Vidéo de la semaine



A ne pas reproduire à la maison ;)

POUR LES GOURMAND(E)S

Recette de la Semaine!

FONDANT AU CHOCOLAT. MIAM :)

Proposé par Loïg

Préparation 15 mn Cuisson 25 mn Temps Total 40 mn

Ingrédients / pour 8 personnes :

Chocolat noir : 200 g. Beurre : 150 g. Sucre en poudre : 150 g. Farine : 50 g. Oeufs : 3

Préparation Fondant au chocolat :

1- Commencez par sortir le beurre du réfrigérateur afin qu'il ramollisse. Si vous avez oublié, il suffit de le passer au micro-ondes pendant une dizaine de secondes, il vous sera plus facile de le travailler par la suite.

2- Dans une casserole, cassez le chocolat en morceaux auxquels vous ajoutez 3 cuillères à soupe d'eau et mettez le tout à fondre à feu moyen au bain-marie (dans une casserole plus grande remplie d'eau).

3- Pendant ce temps, dans un saladier, vous travaillez, à l'aide d'une cuillère en bois, le beurre mou en pommade, auquel vous ajoutez le sucre en poudre. Continuez de remuer jusqu'à ce que le mélange devienne léger et onctueux. Vous pouvez aussi vous aider d'un batteur électrique, plus efficace pour obtenir la consistance désirée.

4- Ajoutez les œufs un à un en alternant avec la farine.
Conseil : il faut remuer et bien travailler la pâte entre chaque œuf et chaque apport de farine, jusqu'à incorporation complète de ces éléments dans la pâte. Pour rendre la pâte plus homogène, vous pouvez également donner un petit coup de batteur électrique.

5- Ensuite, incorporez à ce mélange le chocolat fondu en remuant bien avec une cuillère. Beurrez votre moule, versez-y la pâte et faites cuire au four, préchauffé à 150°C, pendant 25 à 30 minutes.

Pour finir Placez le sucre glace sur le dessus du gâteau une fois que celui-ci a totalement refroidi. À servir froid.

BONS PLANS

Jeux gratuits à imprimer.

C'est juste là

L'Opéra de rennes chez vous

#culturechezvous

Cliquez ici

Nous contacter en nous laissant
un message au :

02 99 31 63 43

ou par mail:

accueil@lautre-regard.asso.fr



Xavier

2 Posters bien de chez nous à personnaliser. A vos crayons ou pinceaux!

