

JUST'ENSEMBLE

La newsletter du centre social de Saint Just—N°3—Nov.2020



Cette semaine à EquipAges, on ne se laisse pas aller et on débute les ateliers en visio.

Mercredi c'était « atelier mémoire » avec Paule aux commandes.

Jeudi c'était « rencontre lecture », animée par Sophie.



A la crèche, la découverte continue au contact de la nature. Pas de limite, marcher, respirer... Les senteurs de l'automne sont bonnes pour l'esprit et le corps.



Le secteur famille profite de ses semaines pour penser et préparer la prochaine sortie « Neige » en famille.



Réalisation d'une fresque sur le thème des arts urbains par le groupe des 9-12 ans.

Au programme: slam, danse hip hop, atelier de sérigraphie, création de tee-shirt... en espérant pouvoir donner une représentation au cours du mois de décembre à l'école Albert Camus en fonction de la situation sanitaire.



BON PLAN

Depuis le 18 novembre, les bibliothèques de Lyon proposent du click and collect.

PRÊT(S) À EMPORTER

DÈS LE 18/11

1. Abonnez-vous / Connectez-vous à votre dossier abonné.
2. Réservez jusqu'à 8 documents.
3. Retirez vos réservations dans les 5 jours après le mail de confirmation.
4. La durée de prêt est prolongée de 6 semaines.
5. Plus d'informations sur www.bm-lyon.fr



Ce vendredi 13 novembre, c'était soirée « filles » au secteur ados. Elle s'est déroulée au 37 de la rue des Farges.



Le local d'EquipAges accueillera de temps en temps les jeunes, le mercredi de 14h à 16h30 en attendant la réouverture du local de la SARRA.

JUST'EN BONNE SANTE Qui s'y frotte s'y pique !

L'ortie est un légume complet que nous devrions inviter plus souvent dans nos assiettes. En soupe, en infusion, en crackers...

C'est une plante reminéralisante et un magnésium naturel avec une forte teneur en protéine. On en trouve en herboristerie mais elle se ramasse aussi facilement et gratuitement.

Recette de l'infusion aux orties :

Placez 20g de feuilles d'ortie sèches dans un bocal de 1.5L. Versez 1L d'eau frémissante dessus. Refermez le bocal hermétiquement et laissez infuser 30 minutes. Filtrez et buvez ça tout au long de la journée.

Vous pouvez y rajouter un peu de miel pour un peu de gourmandise.