



Ville d'expressions

## La Feuille de Chou

chapitre 7 6 mai 2020

Chers amis en ce joli mois de Mai,  
recevez ce bouquet de bonheur à colorier.  
Les couleurs du printemps sont installées dans  
nos rues et nos jardins,  
profitez-en joyeusement.



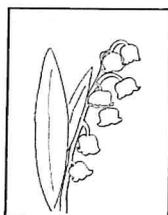
### Joli mois de Mai de Marcel Amont

Joli mois de mai  
Ma mie est lointaine  
Et le vent m'emène  
L'odeur des lilas  
Dans le grand jardin  
Tout seul je promène  
Mon âme en peine  
Le printemps est là

Le temps a tout effacé  
Les muguet sont de retour  
Mais les lilas vont passer  
J'attends mon amour  
Joli mois de mai  
J'attends ma mie  
Seul sous la charmille  
Le printemps est là

Dans les parfums  
Que la brise éveille  
Ton souvenir m'ensoleille  
J'ai le cœur bien las  
Gentil mois de mai  
Jolie primevère  
Depuis des jours que j'espère  
J'ai trop de regrets  
Le printemps est là

Mon cœur est en cage  
Il a fait naufrage  
Joli mois de mai



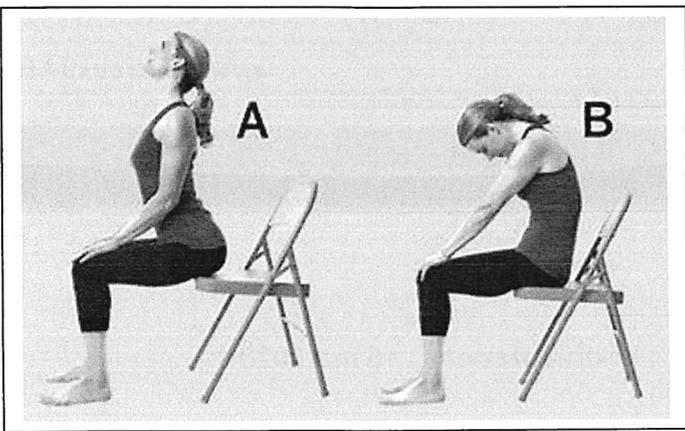
**Charly, 12 ans.** Conseiller municipal des jeunes.

Bonjour, Je vous écris cette lettre pour vous donner des idées pour vous divertir pendant le confinement. Vous pouvez écouter des chansons joyeuses, vous pouvez demander au personnel qui s'occupe de vous de vous prêter le nécessaire pour peindre ou dessiner pour décorer votre chambre, lire ou tricoter. J'espère que ma lettre vous fera plaisir. Amicalement, Charly.



May  
flower- Lily of the Valley  
stone-emerald

www.dorteaupapier.com



En **gymnastique** cette semaine nous allons assouplir notre colonne vertébrale. Positionnez vous sur votre chaise, les fesses bien au fond de l'assise, le dos ne touche pas le dossier. Posez vos mains sur vos cuisses. Prenez une longue inspiration, en regardant au loin vers le haut, ne cassez pas votre nuque. En soufflant doucement, vous arrondissez votre dos pour aller regarder votre nombril. A la prochaine inspiration, vous relevez votre tête, puis vous regardez à nouveau vers le haut. Faites ce mouvement 5 à 10 fois chaque jour.

Je suis une fleur,  
J'ai des épines,  
Je suis une couleur et un prénom.  
Qui suis-je ?



*"Le muguet porte bonheur,  
c'est ancré dans tous les esprits"*

Au XVII<sup>e</sup> siècle elle était magique  
Au XVIII<sup>e</sup> siècle, elle devient gibet  
Aujourd'hui elle est rouge pour le dernier.  
Qui est-ce ?



Déjà les Celtes l'appréciaient et célébraient les vertus porte-bonheur du muguet, mais c'est à Charles IX, à la Renaissance, que revient le mérite d'avoir lancé la mode. Il avait en effet été charmé après en avoir reçu en cadeau un 1<sup>er</sup> mai.

Associé au jour républicain sous la Révolution, le muguet ne devient officiellement le symbole de la fête du Travail que sous Pétain, pendant l'occupation. Malgré cette encombrante paternité, la tradition perdure à la Libération.

Le Muguet fleurit quand vient le printemps. Il a donc été depuis l'Antiquité une plante idéale pour célébrer la nouvelle saison, les beaux jours qui reviennent et pour attirer les bonnes grâces pour de futures bonnes récoltes.

Le muguet ou muguet de mai est une espèce de plantes herbacées vivaces des régions tempérées dont les fleurs printanières, petites et blanches, forment des grappes de clochettes très odorantes. C'est une plante toxique, voire mortelle après avoir mangé le périanthe.

Les noces de muguet symbolisent les 13 ans de mariage dans le folklore français.

D'après le langage des fleurs, le muguet signifie « retour du bonheur ».

Un dessert : **la verrine de fruits au yaourt.**

Au marché, achetez quelques fraises, une pomme, un kiwi, une banane, une orange... les fruits que vous aimez et un yaourt nature, j'aime beaucoup les yaourts à la grecque.

Dans un grand verre, mettez un bon fond de yaourt. Coupez les fruits et remplissez votre verre avec des morceaux de différentes couleurs, et de parfums.

Versez une cuillère de sucre, à votre goût. Mettez au frais 20 minutes avant de déguster.

Ecrasez les morceaux de fruits restant pour en faire une purée à ajouter à un yaourt sucré.

Placez des morceaux de fruit dans votre verre d'eau, cela parfumerait agréablement votre boisson.

**PORTEZ  
VOUS  
BIEN**

**BONNE  
SEMAINE**

