



L'ECHANGEUR

Sommaire :

N° 102 Avril 2017

Actualités du collège :

- Séjour à Berlin en 3^è pour germanistes...p 2
- Voyages en Italie et Angleterre pour les 4^è....p 2
- Championnat de Badminton du 22 mars (AS) p 3
- Championnat de Hand équipes mixtes 22 Mars.p 4

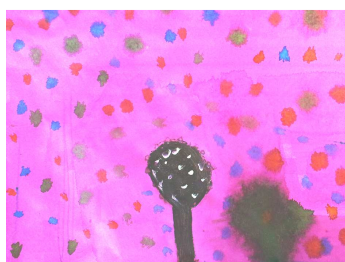
Activité Théâtre improvisation Puzzle Compagnie

Interview de Marie, animatricep 5 et 6.

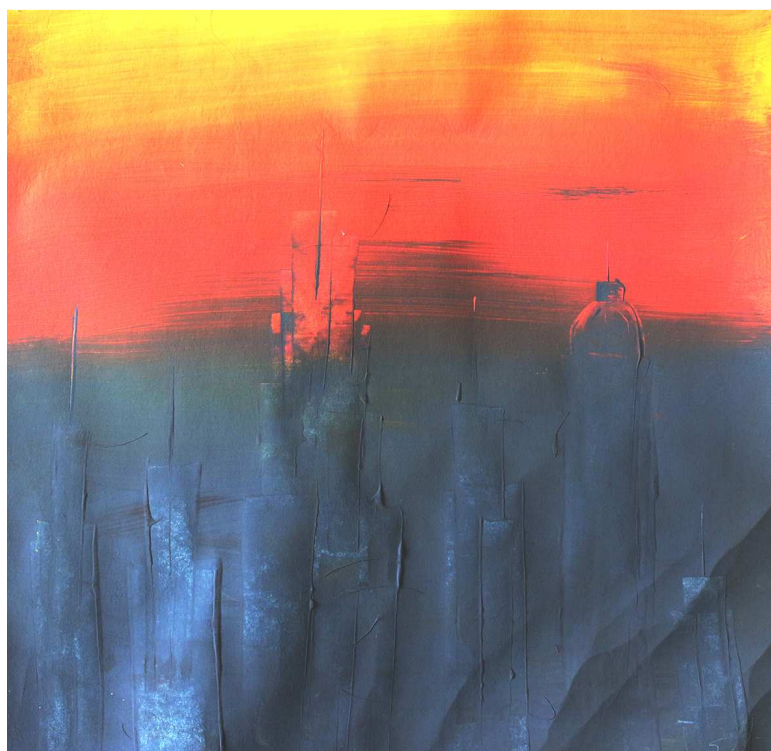
Articles liés à l'actualité.

- Journée mondiale de sensibilisation à l'autisme. .. p7, 8,9.
- Vélo : le casque devient obligatoire pour les moins de 10 ansp10.
- La science prête à faire revivre les mammouths. ...p10
- Chasse à la baleine, cétacé p 11

Recettes pour les vacancesp 11



Adèle et Faustine



Coucher de soleil sur la ville

Solène et Maëlle , 4^è

Mieux connaître les adultes du collège

Résultat du qui est-ce du N° 101 : C'était Mme Le Pommelet , professeur d'histoire et Géographie .

Actualités du collège

Les 3^è germanistes séjournent à Berlin du 02 au 07 Avril

Les élèves germanistes (15) de 3^è vont découvrir Berlin avec les élèves du collège T Monod de Vern-sur-Seiche accompagné par leur professeur d'allemand , Mme Ernoult-lemétayer et de deux enseignants du collège T Monod .

De nombreux lieux seront visités : Visite du musée du mur (Check point Charlie), la Potsdamer Platz , le Reichstag, le mémorial des juifs sont parmi quelques étapes .

La découverte de Berlin , East Side Gallery, le Ku'Damm en sont d'autres .

Les élèves sont hébergés dans des familles allemandes.



Voyages en Italie (24 au 30 Avril) et en Angleterre (23 au 29 Avril) pour les 4^è.

Pour faire suite à des projets pluridisciplinaires menés en classe, l'ensemble des élèves de 4^è part en voyage.

Le voyage en Italie pour les 4^è A et B s'articule autour de « Roméo et Juliette ». Parmi nos journalistes il y a des 4^è et nous comptons sur eux pour nous faire partager un peu de ce périple qui les emmène de Vérone à Vincence, Venise et Padoue.

Le voyage en Angleterre pour les 4^è C et D sera une découverte de Londres , Oxford et Bath .



UNSS Championnat départemental équipes établissement Badminton : le 22 Mars 2017

Le 22 Mars dans deux collèges, collège du Landry et collège des Chalais, se sont déroulés, dans le cadre de l'UNSS, les finales départementales



éTrois équipes étaient qualifiées pour la phase départementale cette année.

è - Deux en Minime et une en Benjamine.

è - 15 élèves atteignaient ce niveau de la cette compétition cette année !

edes matchs très disputés avec des scores incertains jusqu'à la fin sur les deux sites.

è pas de qualifications pour les académiques mais l'on s'en rapproche d'année en année !

a Bravo pour la 5è place en minime de Sarah, Thaïs, Paul, Antoine et Alexis,

l ainsi que de la 8è de Louise, Marwa, Thomas, Mathis et Mattias. En Benjamin,

l c'est une très belle 6è place pour Naila, Mariama, Zélie, Pol et Zacharie.



M Beaulieu

UNSS Hand Ball : équipe minime mixte finale départementale du 22 Mars



Mercredi 22 mars, l'équipe minime mixte en handball de l'AS Echange est allée à la Mézière pour la finale départementale. Malgré quelques absences, l'équipe s'est reconstituée et mobilisée autour d'élèves investi(e)s et assidu(e)s à l'association sportive.

Après une rencontre très serrée contre l'équipe du collège de la Mézière et finalement perdue par manque d'efficacité aux tirs, les élèves ont trouvé des repères et une organisation défensive performante contre Cesson lors du 2ème match et une application au shoot retrouvée...des Kung fu s'improvisaient même...

A noter que cette compétition mixte est une première en France ... donc bravo à nos vices champion.ne.s de France !

Un bel après midi d'as en compagnie de Elias, Anatole, Elliott, Maihadia, Kapil, Tivio, Pablo, Anydan, Lina, Carmel (étaient excusées Marwa, Clara et Lou)

P Prim



Activité théâtre improvisation du collège avec puzzle Compagnie

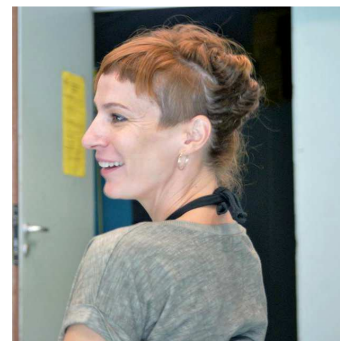
Interview de Marie animatrice de l'atelier

Lohan et James

Chaque semaine depuis 2 ans se déroulent deux ateliers d'improvisation au collège. Christophe Le Cheviller et Marie Parents en sont les animateurs. Marie a bien voulu nous répondre suite aux matches inter collège de Février.

Elle a tenu à nous détailler le cérémonial très particulier et propre à l'improvisation. N'hésitez pas à aller découvrir sur Rennes ...des matches sont régulièrement proposés à tous publics.

(Rappel trois collégiens partent à la demi-finale à EVRY les 17 et 18 Avril 2017. Antoine, Solène, Ninon)



Votre parcours. Quand avez vous voulu faire du théâtre d'improvisation et pourquoi ?

J'ai découvert cette pratique artistique au Lycée en loisirs ... Après ma formation professionnelle, j'ai travaillé comme animatrice coordinatrice en MJC pendant 12 ans. Quand j'ai quitté mon poste, j'ai recommencé à faire de l'impro au sein d'une troupe amateur et je me suis professionnalisée au bout de quelques années.

J'ai toujours adoré cette création théâtrale de l'instant... c'est une discipline très vivante, surprenante, compliquée mais où tout est possible !

Quel est le nom de votre compagnie et quand l'avez vous rejoint ?

Je travaille dans deux compagnies La Puzzle compagnie et la Morsure : La puzzle depuis 2015 et j'ai créé la Morsure avec Christophe Le Cheviller en 2016.

Combien de membres compte votre compagnie ?

A la Puzzle nous sommes 4/5, et la Morsure, 2 principaux mais d'autres nous rejoignent pour jouer bien souvent !

Pourquoi une activité théâtre d'improvisation dans un collège ?

Parce que nous estimons que c'est un art qui fonctionne très bien avec les adolescents. L'improvisation a beaucoup de vertus éducatives, et par sa dimension ludique, elle est accessible, plaisante et vectrice d'épanouissement.

Proposez-vous des activités en rapport avec le théâtre dans d'autres lieux que les écoles ? En ce qui me concerne ma vie professionnelle se divise entre

- formation (auprès de collégiens, adultes amateurs ou professionnels, personnes âgées ou souffrant de troubles psychologiques),
- jeu sur scène
- Mise en scène

Depuis quand faites vous des activités de théâtre d'improvisation aux enfants ? Depuis que je suis « jeune », j'ai commencé quand j'étais animatrice BAFA à 18 ans, en centre de loisirs ou en colonie de vacances.

Le match en général : l'improvisation a des règles, un cérémonial est et doit être respecté

Comment se déroule un match improvisation ? L'enchaînement proposé est celui qui était pratiqué à l'origine. Voici le déroulement, en phases, de ce cérémonial Quand le public entre, la patinoire est au centre, à la vue de tout le monde.

L'ÉCHAUFFEMENT Dix minutes avant le début du spectacle, pendant que le public s'installe, les joueurs viennent s'échauffer dans la patinoire. Le ou les musiciens entrent avant la fin de l'échauffement et commencent à jouer. Il n'y a pas là de durée déterminée, sachant que le but de cette intro musicale est de capter et de "chauffer" le public. Le musicien joue un "morceau d'appel", déterminé à l'avance, sur lequel rentre le maître de cérémonie. (MC)

PRÉSENTATION Le maître de cérémonie présente l'affiche match, et appelle le staff arbitral. L'arbitre entre dans la patinoire et fait son tour d'inspection, pendant que le MC présente le déroulement du match. L'arbitre appelle ses deux assistants dans la patinoire pour leur donner les dernières instructions et va mettre ses thèmes dans le barillet. Pendant ce temps, le MC les présente. Les arbitres sortent de la patinoire, et le MC présente les deux équipes, en appelant et en nommant les coachs, puis les joueurs en annonçant leur numéro, et éventuellement leur fonction (capitaine, assistant capitaine).

LES HYMNES : Une fois tous les joueurs appelés, le MC demande l'attention du public pour écouter "solennellement" l'hymne des deux équipes. Les deux équipes chantent leur hymne respectif. Les joueurs regagnent leur banc. Le musicien reprend la musique. L'arbitre entre sur la patinoire, et tire le premier thème. Au premier coup de sifflet, le MC déclenche le chrono de période.

DÉROULEMENT POUR CHAQUE IMPROVISATION : L'arbitre annonce le thème dans l'ordre suivant: improvisation mixte ou comparée, ayant pour thème..., nombre de joueurs, catégorie, durée de l'improvisation. Il siffle et les équipes ont 20 secondes de concertation. Durant ce temps appelé "caucus", le musicien joue. Au bout des 20 secondes, l'arbitre siffle. Pour les improvisations mixtes, chaque équipe a déjà un joueur dans la patinoire, et l'improvisation démarre. Pour les improvisations comparées, l'arbitre lance un palet à double face. Il demande à l'équipe dont la couleur sort si elle veut commencer ou si elle laisse commencer l'autre équipe, puis il siffle le début de l'improvisation.

A la fin du temps de l'improvisation, l'arbitre se lève de la réserve et siffle. Les joueurs regagnent leur banc. Dans le cas d'une improvisation comparée, la seconde équipe se met en place tandis que la première regagne son banc.

LES FAUTES : A la fin de l'improvisation, l'arbitre et le MC se mettent d'accord sur les fautes qui ont été sifflées. Le MC annonce les fautes. A ce moment, les capitaines ont la possibilité de venir demander des explications à l'arbitre, quand l'arbitre les y invite. Ils viennent au centre de la patinoire, face à l'arbitre. L'arbitre donne ses explications, et renvoie les capitaines sur leur banc.

LE VOTE : L'arbitre appelle ses assistants sur la patinoire, et demande au public de voter avec les cartons bicolores. Si une couleur dominante se dégage, il se tourne vers l'assistant qui est du côté de l'équipe dont la couleur est dominante, et lui demande s'il est d'accord en criant la couleur.

L'assistant répond en criant "majorité!" s'il est d'accord, ou baisse la tête s'il ne l'est pas. Dans ce cas l'arbitre fait procéder au comptage des voix (chaque assistant compte les cartons d'une couleur). L'arbitre peut également décider de lui-même le comptage sans demander l'avis des assistants, ou attribuer le point même si l'assistant hésite. Lorsqu'il n'y a pas de comptage, l'arbitre annonce l'équipe qui remporte le point. Lorsqu'il y a comptage, l'arbitre demande à chaque assistant le nombre de voix qu'il a compté, et annonce l'équipe qui remporte le point. (L'assistant marque le nombre de voix sur une ardoise et la présente au public à la demande de l'arbitre).

Le MC annonce le nouveau score. L'arbitre retire un nouveau thème et ainsi de suite. A la fin de chaque période, le MC déclenche la sirène et annonce la fin de période. Les joueurs regagnent les loges suivis du Staff.

Au début de chaque période, le musicien entre en premier et joue un ou deux morceaux pour rappeler le public. Le Staff rentre ensuite et le MC rappelle les joueurs par un coup de sirène.

FIN DU MATCH : A la fin du match, le MC annonce les étoiles, en commençant par présenter la personne qui les a remises. Il annonce d'abord la troisième étoile, ensuite la seconde, et enfin la première. Il annonce en donnant le numéro, la couleur de maillot et le nom du joueur. Le joueur vient saluer le public au milieu de la patinoire, puis va saluer l'équipe adverse.

Le MC entre sur la patinoire, avec le micro, et appelle les capitaines ou les coachs pour la traditionnelle interview. Il interviewe le capitaine ou le coach de chaque équipe, en commençant par l'équipe perdante. Le MC fait les remerciements d'usage, annonce les dates à retenir, remercie le public et clôt le match. Les joueurs regagnent les coulisses, suivis du Staff, puis du musicien.

Il faut se rendre compte que le cérémonial du match d'improvisation est construit sous la forme d'une courbe qui permet de totalement maîtriser les tensions et l'attention des spectateurs. L'échauffement est une forme de prologue qui met le public en attente, puis la tension monte au fil du match pour arriver à son point culminant au moment du vote final. La remise des étoiles permet d'évacuer les derniers remous de l'excitation, et l'interview des capitaines conclut plus calmement la fin du spectacle, laissant le spectateur repu.

Dans notre prochain numéro nous vous ferons part des fautes qui sont répertoriées et des thèmes de notre rencontre inter collège.

Merci à Marie

Lohan et Isidore

Articles liés à l'actualité

Le 2 Avril 2017 : Journée mondiale de sensibilisation à l'autisme

Il est essentiel de mieux connaître ce trouble du développement qui touche, en France, une personne sur 150 soit 430 000 personnes en France dont 25% d'enfants .

Le thème cette année : « *Ensemble, brisons les barrières pour l'autisme* ». *L'objectif, permettre aux patients de jouir pleinement de leurs droits.*

Dans de nombreuses villes, régions, des actions phares se mettent en place ; parents, chercheurs, enseignants se mobilisent afin de faire connaître ce trouble.

L'autisme est un trouble envahissant du développement qui apparaît au cours de l'enfance et persiste à l'âge adulte. Il se manifeste par des altérations dans la capacité à établir des interactions sociales et à communiquer, ainsi que des troubles du comportement.

Coordinatrice du « Réseau Recherche autisme », **Catherine Barthélémy**, pédopsychiatre, professeure émérite à la Faculté de médecine de Tours et ancienne directrice de l'équipe « Autisme » au sein de l'Unité Inserm 930, (Imagerie et Cerveau) a pu déclarer :



« (...) j'ai contribué, avec mon équipe, à faire la preuve que l'autisme est un trouble lié à l'anomalie très précoce du neurodéveloppement du cerveau. Un réglage particulier des decodeurs cérébraux des informations sociales altère les capacités du bébé à établir une relation avec d'autres humains. Cela n'a rien à voir avec une quelconque défaillance maternelle »

Mme Nizan , CPE

Un de nos journalistes, Maël, a retracé l'historique et collecté quelques informations sur l'autisme (Asperger en particulier).

Historique:

En 1943, le psychiatre américain d'origine autrichienne, Leo Kanner, décrit l'autisme, sous le nom "d'autisme infantile", pour des enfants ayant des particularités de comportement : tendance à l'isolement, besoin que les choses restent les mêmes, retard de langage ... Il reprend le terme "autisme" créé en 1911 par le psychiatre Euden Bleuler, à partir de la racine grecque αὐτός qui signifie "soi-même".

On parlait avant de "troubles envahissants du développement" (TED) ou les "troubles du spectre de l'autisme" (TSA), en englobant le syndrome Asperger

Le syndrome Asperger (SA):

Hans Asperger a décrit en 1943 une "psychopathie autistique de l'enfance". On a par la suite donné son nom à ce syndrome qui est une forme d'autisme : syndrome d'Asperger.

Les caractéristiques principales d'une personne Asperger sont :

- Difficulté à communiquer, à saisir les codes sociaux,
- Intérêt pour quelques sujets restreints, passions exacerbées,
- Sensibilité aux détails, hypersensibilité sensorielle,
- Aucun retard de langage (souvent, le langage est recherché),
- Grande mémoire,
- Routines et stéréotypies (gestes répétés),
- Maladresse, manque de dextérité,
- QI normal ou souvent supérieur à la moyenne...

Il faut savoir qu'une personne Asperger n'a pas forcément toutes ces caractéristiques.

L'autisme n'est pas une maladie, on ne peut pas en guérir : la personne est autiste dès sa naissance et le restera toute sa vie. Les personnes Asperger ont des difficultés à décoder le langage verbal et non verbal, ils passent à côté d'une majeure partie de la conversation.

Par exemple, les blagues sont souvent incomprises. Beaucoup d'Asperger ont du mal à deviner les émotions, même les leurs, comme la colère, la tristesse. Ils ont du mal à faire de l'humour au second degré et ne sont pas à l'aise avec le mensonge.

Une couleur ou un son particulier peut les plonger dans un état d'apaisement profond, comme devenir tout à fait insupportable.

Sans déficience mentale, sans handicap physique, les personnes Asperger passent souvent inaperçues. Elles sont largement en mesure de travailler et ont même des qualités très recherchées :

- peuvent se concentrer plusieurs heures d'affilées sur une tâche,
- attachent une grande importance à la rigueur et au respect des règles,
- ont un bon sens du détail et une bonne mémoire,
- sont souvent objectifs et francs.

Comme tous les autistes sont différents, il est difficile de dresser une liste complète des caractéristiques. Chaque personne a sa personnalité, son histoire, ses particularités plus ou moins marquées...

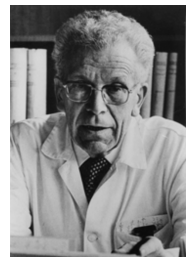
Léo Kanner



Euden Bleuler



Hans Asperger



Dans beaucoup de films, séries TV et romans, on peut retrouver des personnages avec des caractéristiques autistiques :

- le film “X+Y, le monde de Nathan”
- le film “Rain Man” avec Dustin Hoffman
- le film “Imitation Game” à propos du scientifique Alan Turing
- Sherlock Holmes dans la série TV “Sherlock” avec Benedict Cumberbatch
- Sheldon dans la série “The Big Bang Theory”
- le livre “Le bizarre incident du chien pendant la nuit” de Mark Haddon.

Dans le n°103 un article plus général sera consacré aux TED (troubles envahissants du développement).

Si vous voulez approfondir le sujet :

- www.vaincrelautisme.org/category/site/l-autisme/qu-est-ce-que-l-autisme
- www.inserm.fr/thematiques/neurosciences-sciences-cognitives-neurologie.../autisme

- Maël



Film de 2014

A voir absolument !

Synopsis :

Nathan est un adolescent souffrant de troubles autistiques et prodige en mathématiques. Brillant mais asocial, il fuit toute manifestation d'affection, même venant de sa mère. Il tisse pourtant une amitié étonnante avec son professeur anticonformiste Mr. Humphreys, qui le pousse à intégrer l'équipe britannique et participer aux prochaines Olympiades Internationales de Mathématiques. De la banlieue anglaise à Cambridge en passant par Taipei, la vie de Nathan pourrait bien prendre un tour nouveau...

Un roman pour des adolescents.

Ce roman n'est pas triste. Il est même parfois drôle. Et toujours touchant.

Mark Haddon a réussi à allier la sensibilité extrême d'un héros attachant à une énigme prenante.

Il date de 2003, des adaptations théâtrales ont été faites .

L'histoire :

Christopher a quinze ans. Il comprend les mathématiques et la théorie de la relativité. Ce qu'il ne comprend pas bien, ce sont les autres êtres humains. Il aime les listes, les plans et la vérité. Il déteste le jaune et le marron. Il n'est jamais allé plus loin que le bout de sa rue tout seul. Pourtant, lorsqu'il découvre le chien de sa voisine transpercé d'une fourche, il décide de partir à la recherche du meurtrier et de s'en inspirer pour écrire un roman policier. Mais son enquête va bouleverser le délicat équilibre de l'univers qu'il s'était construit...

Parmi des gens célèbres soupçonnés d'être Asperger ou autistes on peut citer :

- Satoshi Tajiri** (créateur des Pokémon)
- Bill Gates** (créateur de Microsoft)
- Mark Zuckerberg** (créateur de Facebook)
- Marie Curie** (chercheuse)
- Albert Einstein** (pas besoin de présentation!)
- Alexander Graham Bell et Thomas Edison** (inventeurs)
- Vincent Van Gogh et Andy Warhol** (peintres)
- Virginia Woolf** (écrivaine)
- Bob Dylan (compositeur et chanteur)
- Bobby Fisher** (champion d'échecs)
- Glenn Gould** (pianiste)

(D'après le Huffington Post , journal québécois)



Vélo : le casque devient obligatoire pour les enfants de moins de 12 ans



Photo extraite du Monde

D'après le journal Le Monde : (22/03/2017)

Les effets protecteurs du casque sont reconnus. Selon la Sécurité routière, il diminue le risque de blessure sérieuse à la tête de 70 %, celui de blessure mineure de 31 % et celui de blessure au visage de 28 %.

Le casque est obligatoire dans 12 pays de l'Union européenne. En Finlande, il est imposé à tout âge, jusqu'à 18 ans en République tchèque et Lituanie, jusqu'à 16 ans en Espagne, Croatie et Estonie, jusqu'à 15 ans en Suède, Slovaquie et Slovénie, jusqu'à 12 ans en Autriche et Lettonie et jusqu'à

En savoir plus sur [ntp://www.lemonde.fr/societe/article/2017/03/22](http://www.lemonde.fr/societe/article/2017/03/22)

Un fait divers : « Des témoins ont déclaré que le conducteur a fait des tentatives pour éviter le cycliste. Mais le jeune garçon a fini sa course en frappant le côté de la camionnette. Quant au jeune garçon, il ne portait pas de casque et son vélo n'avait pas de freins ».

Voici pourquoi **c'est important de mettre un casque, d'avoir des freins** ; ce jeune garçon est décédé parce qu'il n'avait pas de casque ni de frein !

Il est très important de vérifier ses freins avant de partir faire du vélo, d'avoir un bon casque.

Prudence en vélo !

Thibault, 6è!

La science prête à faire revivre les mammouths !

Fiction où réalité ? Un mammouth ressuscité, 4.000 ans après sa disparition ? Est-ce possible ? Dans cet article, je vais vous parler de la disparition du mammouth et de la tentative des scientifiques à le faire réapparaître. Voir France info 24/03/2017

La disparition progressive des mammouths

Le mammouth a disparu car le climat changeait. D'abord, ils n'étaient pas affectés par ce changement car cela améliorait la croissance des plantes que les gros mammifères mangeaient. Puis, cela a commencé à les déranger : les arbres qui se développaient empêchaient les plantes plus basses de pousser, celles dont les mammouth se nourrissaient. Pendant ce réchauffement, la température a monté (6° C) les mammouth habitués à des températures très basses ont eu du mal à s'adapter. Les mammouths ont été chassés et décimés par les humains, la viande de mammouth était consommée par l'Homo erectus .

Le retour du mammouth laineux Un groupe de scientifiques généticiens de l'Université de Harvard essayent de créer un embryon de mammouth laineux. Le projet a été lancé en 2015 et il devrait prendre plusieurs annéesMais d'autres chercheurs, plus frileux, mettent en garde contre d'éventuelles dérives. Ils disent craindre pour l'équilibre de la biodiversité.



Photo de 2014 de Per Moller/Johanna Anjar/Reuters

Sonia ,6è

Depuis 1986, la chasse commerciale à la baleine a été interdite par la Commission baleinière internationale (CBI). Malgré cela, il reste encore 3 pays qui refusent de mettre fin à cette activité (Japon, Norvège, Islande).

Peu après la mise en place de cette interdiction, le Japon a lancé un programme de recherche scientifique. Ainsi, le Japon pouvait tuer jusqu'à 200 baleines de Minke, 50 rorquals de Bryde, 100 rorquals boréaux et 10 cachalots au nom de la « science ».

En 2014, la Cour internationale de la Justice juge le programme de chasse du Japon illégal. Le Japon semble renoncer, annulant ainsi sa saison 2014-15. Pourtant, en 2015-16, le Japon s'autorise à chasser 333 baleines. Et ce sera ainsi, chaque année, pendant 12 ans : ce qui totalisera plus de 4 000 baleines ! Ces dernières, pêchées dans les eaux de l'Antarctique, sont ensuite coupées en morceaux, puis mises en boîtes pour être vendues dans les marchés.

Une ONG du nom de Sea Sheperd (Gardien des mers), s'est donnée pour mission de : « Mettre un terme à la destruction des écosystèmes marins et au massacre des espèces dans le but de conserver et de protéger la biodiversité des océans du monde entier. » Telle est leur devise :

DEFEND – CONSERVE – PROTECT

Si le sujet vous intéresse :

www.seasheperd.fr

www.ifaw.org

www.notre-planete.info



Recettes faciles pour les vacances :

Pancakes (à l'américaine)

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 30 min

Ingrédients : 3 œufs - 1 sachet de levure chimique - 175 g de farine (1,4 cup) - 2 cuillères à soupe de sucre - 1 pincée de cannelle - 50 g de beurre (pour ne pas que ça attache à la poêle) - 20 cl de - 3 cuillères à soupe d'huile (type tournesol) - 1 cuillère à café de sel.

Les pancakes, vous en avez peut être déjà entendu parlé, il s'agit des crêpes de chez nos cousins des Etats-Unis. Avec cette recette nous allons au plus simple, n'importe qui peut obtenir de délicieux pancakes pour son petit déjeuner, avec seulement quelques ingrédients. Le pancake se différencie de la crêpe par son épaisseur.

Attention cependant, si vous la consommez nature, cette recette de pancake américain n'a pas beaucoup de goût, aussi vous voudrez peut être rajouter du sucre dans la pâte si vous ne prévoyez pas de verser quelque chose dessus. **Avec sirop d'érable, confiture ou nutella c'est délicieux pour le goûter entre copines.**

Rocher a la noix de coco

Ingrédients (pour 10 rochers) :

- 125 g de noix de coco râpée
- 100 g de sucre semoule
- 2 blancs d'œuf



Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Préparation

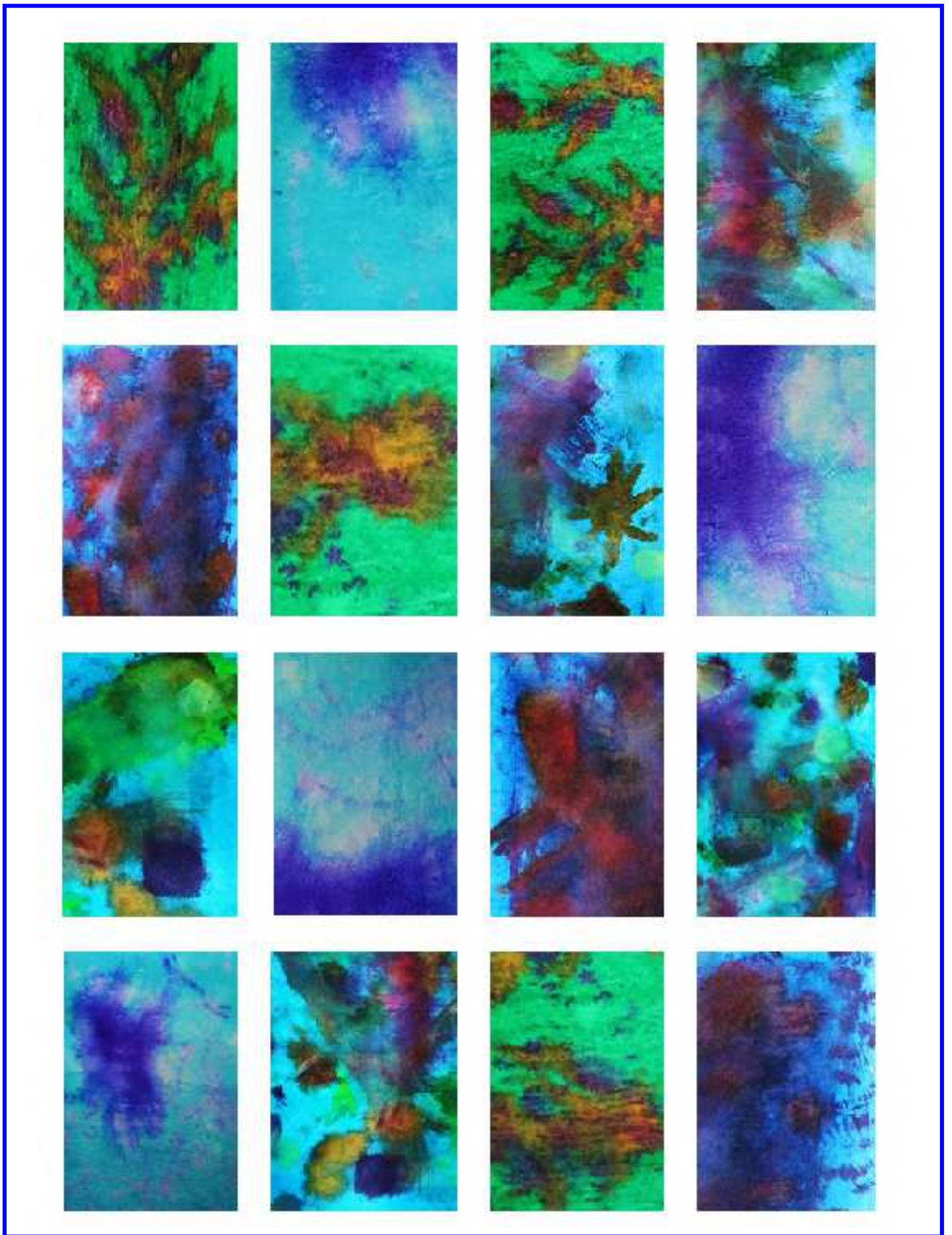
Monter les blancs d'œufs en neige et y mettre une pincée de sel.

Ajouter délicatement le sucre et la noix de coco mélangés.

Former de petites pyramides et les placer sur une feuille de papier sulfurisé en prenant soin de suffisamment les espacer.

Cuire au four 15 à 30 min à 180°C (thermostat 6) en surveillant régulièrement.

Ne pas attendre que les rochers refroidissent pour les décoller



Patchwork encrage fait par Marie Buard , animatrice de l'atelier , à partir des visuels réalisés par Faustine, Adèle , Camille, Sarah, Juliane (6è) et Agnès Kelly (4è) .