

C'est le printemps ! Et si on sortait ?

**Pour la plus grande joie des petits et des grands,
les fermes pédagogiques accueillent les familles.**



Elles proposent de se familiariser avec les animaux de la ferme, les cultures, les métiers de la terre...

L'objectif est de sensibiliser et responsabiliser les enfants à leur environnement à travers l'observation des plantes et des animaux domestiques et comprendre le circuit des produits de la ferme à l'assiette.



Ferme du Rousset

12 chemin des Touvières

38730 Doissin

Tel : 06 58 14 68 99

Internet : www.mohaidaure.com

Élevage de chèvres angora dans une ferme dauphinoise à 600 m d'altitude dans le hameau du Rousset.

**Venez découvrir d'autres animaux de la ferme :
chèvres naines, ânes, moutons, canards, lapins...**



Ferme des Loupiots

Le Crépit

69170 AFFOUX

Tel : 04 74 63 42 55 ou 06 69 78 60 57

Courriel : lafermedesloupiots@wanadoo.fr



Petite exploitation où les enfants peuvent regarder, écouter, caresser et nourrir les animaux : ânes, veaux, vaches, cochons, chèvres, moutons et tous les animaux de la basse-cour.

Toute la famille pourra aussi partir à la découverte de la forêt et des cultures par les chemins de traverse.

Pour trouver d'autres fermes près de chez vous :

<http://www.bienvenue-a-la-ferme.com>

<http://www.lechemindesfermes.com>

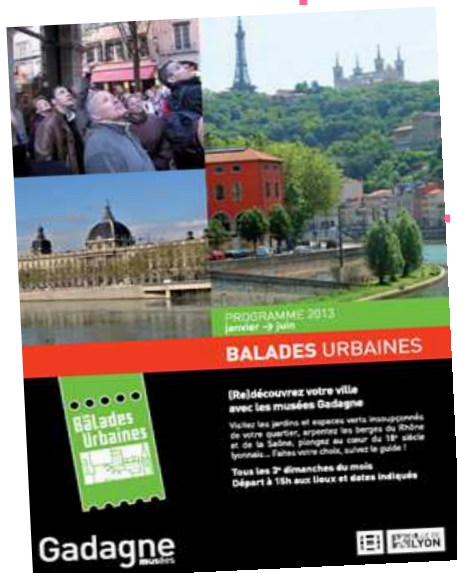
<http://www.accueil-paysan.com>

**À pied, en roller, à bicyclette ou trottinette
même en ville**
il y a toujours un moyen de bouger quand il fait beau !



À pied et en ville

Chaque 3^e dimanche du mois,
une **balade urbaine** vous est proposée
dans chacun des 9 arrondissements de
Lyon.



À vos baskets !

Téléchargez le guide :
www.gadagne.musees.lyon.fr

(Rubrique *histoire de Lyon / Découvrir
Lyon / Les balades urbaines*)

En marchant, en courant, en roulant dans les parcs et jardins de l'agglomération

- Parc de la Tête d'or
- Parc de Parilly
- Parc de Gerland
- Domaine de Lacroix Laval
- Parc Chambovet Lyon 3^e
- Parc des berges du Rhône
Lyon 7^e
- Parc de la Ceriseraie Lyon 4^e
- Parc de la Feysine
Villeurbanne

Et beaucoup d'autres :

[http://www.rhonetourisme.com/
Loisirs-sport-nature/Parcs-nature-et-
paysages/Parcs-jardins](http://www.rhonetourisme.com/Loisirs-sport-nature/Parcs-nature-et-paysages/Parcs-jardins)



En roller le soir

Tous les vendredi soir est organisée
une **grande randonnée roller** à travers
les rues de Lyon et ses alentours.

Avec les autorisations préfectorales,
les rues sont sécurisées par des
bénévoles.

Cette randonnée est ouverte à tout le
monde, gratuite et sans inscription.
Le rythme est modéré et des pauses
sont aménagées.

Départ : 21h du Parc de la Tête d'Or
Porte des enfants du Rhône
(Place Général Leclerc)

Plus d'infos :
<http://www.macadamroller.com>



Zoom sur l'atelier cuisine du Réppop ...



Ingrédients : Sourires et bonne humeur !

C'est une dizaine d'enfants enthousiastes qui a participé le
25 février à l'atelier cuisine organisé par le Réppop à la
« Maison du petit monde ».

Avec Florence, diététicienne en charge de l'accompagnement
téléphonique et Charlène, responsable de l'activité physique,
ils ont redécouvert le plaisir des légumes, en cuisinant une
soupe au potiron et une quiche saumon/épinards. Certains
ont expérimenté de nouvelles saveurs en râpant de la noix de
muscade sur la soupe.

Les jeunes cuisiniers ont ensuite pu laisser libre cours à leur
créativité en confectionnant des verrines à base de fruits, fro-
mage blanc et biscuits.

Cuisine et dégustation ont ravi les enfants et beaucoup
voulent faire découvrir les recettes à leurs familles !

Vous pouvez les retrouver sur notre site Internet :

<http://www.reppop69.org> (Page d'accueil / Cuisinez avec le RéPPPOP)

Activité physique, dépassement de soi...

Lors des vacances de février, 12 enfants et 15 adolescents ont participé aux stages sportifs proposés par le RÉPPOP. Durant les activités, les jeunes ont pris du plaisir à pratiquer. Ils se sont « éclatés » : nous avons recueilli leurs témoignages...



J'ai vraiment aimé les activités qui étaient proposées car c'était très varié.

On a passé de supers bons moments tous ensemble. C'était convivial, on s'entendait tous bien et il n'y avait pas de moquerie quand on pratiquait les activités.

Durant l'escalade, on a eu beaucoup d'émotions sur le parcours aventure. On a dépensé plein d'énergie et ça valait le coup.

Les autres activités étaient géniales car on a appris pleins de choses. Par exemple, j'ai pu me perfectionner en patinage. D'ailleurs, on s'est vraiment éclaté avec les copains à patiner tous ensemble.

Riad 13 ans



L'escalade était une super expérience. Pour ma part, et d'ailleurs, comme la plupart des enfants, je n'avais jamais pratiqué cette activité. C'était la première fois que je montais tout en haut d'un mur. Le vide était un peu effrayant, mais on s'est tous motivés et entraînés pour faire le parcours aventure.

Au final j'étais très contente et fière de moi. On s'est tous surpassés et on a pris confiance en nous. Cette activité a été l'occasion de créer des liens d'amitié et de fraternité. L'ambiance était géniale.

Yasmine 12,5 ans



Les activités au RÉPPOP étaient très sympas, j'ai bien aimé les sports. C'était beaucoup mieux que le sport à l'école car on était moins nombreux et on pouvait échanger sur pleins de sujets.

En plus, ça m'a permis de faire de nouvelles connaissances ! Les intervenants étaient supers agréables.

Pendant l'activité escalade, j'avais un peu d'appréhension car c'était haut, mais je suis très fière de moi car je suis allée plus haut que je ne le pensais grâce aux autres qui m'ont boostée.

Je n'ai pas voulu faire le parcours aventure car je n'étais pas très rassurée, mais la prochaine fois je reviendrai et je le ferai !

Alexia 13 ans

Le Nautille pour nous tous seuls ce fut génial, nous étions les rois du toboggan aquatique... Les différents jeux de balles : la balle assise, le dauphin-dauphine sont des activités divertissantes et très collectives. L'entente entre garçons et filles était sympa.

Marty 11,5 ans



Recettes de saison

Parmentier aux maquereaux

pour 4 personnes



- 6 **potmes de terre** (pour purée)
- 3 boîtes de **maquereaux** nature
- 2 **tomates**
- 1 **oignon**, 2 gousses d'**ail**
- quelques branches **persil plat**
- 200 ml de **lait** ½ écrémé
- 10 g de **beurre** et 1 c à soupe d'**huile d'olive**
- **Poivre**

Cuire les pommes de terre en robe des champs (*départ à l'eau froide salée*) pendant 20 min, les éplucher et les passer au presse-purée (*ou utiliser un écrase pommes de terre*).

Faire bouillir le lait et le beurre puis ajouter la pulpe de pommes de terre.

Rectifier l'assaisonnement. (*Il est possible d'ajouter un peu de noix de muscade*).

Éplucher et ciseler l'oignon et l'ail.

Plonger les tomates une minute dans l'eau bouillante, et aussitôt dans l'eau glacée, puis les peler.

Enlever les pépins et couper la chair en petits dés.

Dans une cocotte, faire suer l'oignon et l'ail dans de l'huile d'olive à feu très doux pendant 2 à 3 min, sans colorer. Ajouter les dés de tomates.

Pendant ce temps, ouvrir les boîtes de maquereaux, égoutter les filets puis les écraser à la fourchette en laissant la peau.

Ajouter l'écrasé de maquereaux dans la cocotte puis le persil haché et mélanger.

Verser cette préparation dans un plat allant au four.

Recouvrir de la purée de pommes de terre et enfourner 15 min à 180°C.

Samoussas aux fruit

pour 4 personnes



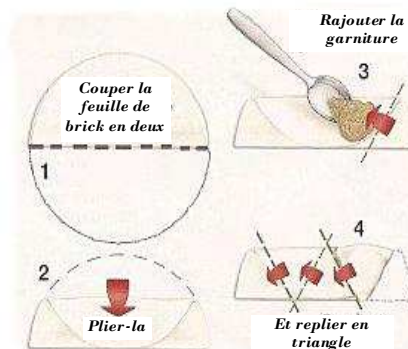
- 6 feuilles de **brick ou filo**
- 1 **potme**
- 1 **banane**
- 1 **mandarine**
- 1 **kiwi**
- ou autres **fruits de saison** (fruits rouges, pêches, abricots...)
- 1 **orange** (pour son jus)
- **sucre roux** (1 cuillère à soupe)
- **cannelle**
- **beurre** (20 gr)

Presser l'orange, épluchez les fruits et les couper en petits morceaux.

Les mélanger dans un saladier, saupoudrer de sucre, cannelle et arroser du jus de l'orange pressée.

Laisser mariner 30 minutes.

Pendant ce temps-là mettre le four à chauffer à 180°C (*thermostat 6*).



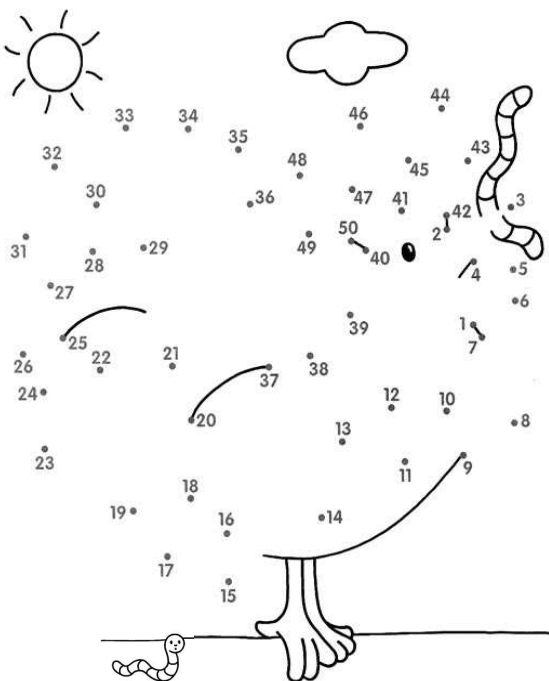
Former les samoussas avec la préparation de fruits. (*Voir ci-contre*)

Les dorer au pinceau avec un peu de beurre fondu.

Placer les samoussas sur une plaque recouverte de papier cuisson.

Mettre au four pendant 15 à 20 min. Les retirer dès qu'ils sont dorés.

À toi de jouer



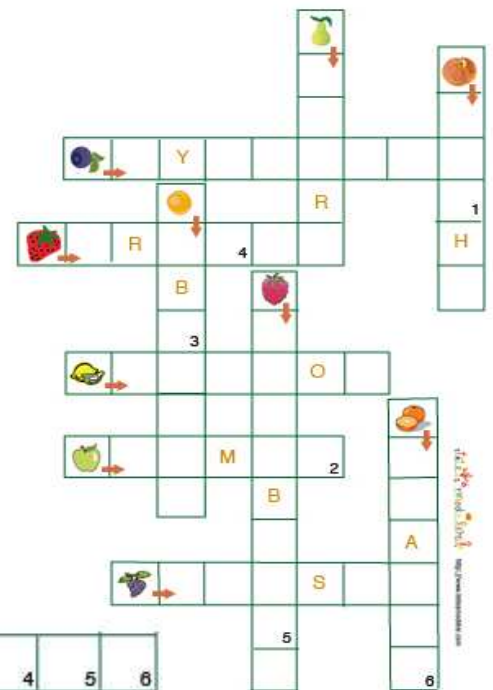
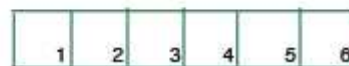
Relie les points et tu découvriras un animal que tu peux voir à la ferme. Tu peux ensuite le colorier !

Source : www.pointapoint.com

A l'aide des chiffres retrouve le nom du fruit mystère...

Source : www.teteamodeler.com

?



Le RéPPOP 69 en pratique

☎ 04.72.56.09.55 📧 27 rue Victor Hugo 69002 LYON 🌐 www.reppop69.org ✉ reppop69@orange.fr