LDVA du Lama bleu

La voie du Lama N°8

Numéro 8

Janvier 2011

DANS <mark>CE NU</mark>MÉRO :

Édito Risotto aux légumes	1
Disette aux lógumos	
MISULLO BUX TEGUMES	2
Sortie à la patinoire de Prémanon	2
Paroles d'éducs	3
Cueillette de champi- gnons	3
La Citadelle de Besan- çon	4
Tristan et Ivanohé	4
Sudoku	5
Coloriage	6

Édito:

l e out monde sait que je suis une passionnée ; je réalise mon travail d'accompagnement et de soutien auprès des jeunes et des moins jeunes depuis environ 14 ans. Comme tous, j'ai des valeurs plus ou moins fortes que je tente de véhiculer : l a telles que confiance, le fait de croire en l'autre, le partage, etc. Aussi, suis-je particulièrement affectée lorsque j'entends dire que le travail social, le fondement même de ma mission serait de donner sans attendre un échange en retour ! Cela m'interroge; peut être que je me fourvoie sur ce que je dois faire et/ou penser? Cependant je crois aux relations humaines, aux échanges, au temps partagé que

je mets à profit, sans forcément compter, pour l'autre. Donc, l'idée que cet "échange" se cantonne au seul fait de donner est très loin de moi! Accueillir c'est recevoir l'autre sans le juger, c'est mettre à sa disposition nos compétences, c'est cheminer ensemble; alors pourquoi ne pas penser que cet autre puisse vouloir partager aussi et accorder une parcelle de lui, faire un pas vers l'autre sans calcul! Il me semble que ce que nous avons de plus précieux en qu'Homme c'est bien cela et le fait de travailler dans le social ne l'exclut pas. L'échange est et reste donc à mes yeux indispensable, il représente la volonté que j'ai de vouloir découvrir cet AUTRE que j'apprends à connaî-

tre. Aussi lorsque nos jeunes accueillis ou certains d'entres eux disent ''trop travailler'' ne confondent tils pas ce terme laborieux avec le pas si petit soit il que j'attends ? Suis-je trop gourmande ?!...

Alors Messieurs, à l'occasion de cette nouvelle année, n'ayez pas peur de partager, d'avoir confiance en l'autre, de donner une part de vous, sachez que nous la prendrons avec délicatesse et engouement. De même, ne perdez pas de vue que le partage fait partie de l'HOMME, il sera désiré, voire nécessaire tout au long de votre, de notre vie.

Sur ce, j'en profite pour souhaiter à toutes et tous une bonne et heureuse année 2011.

Kiki.

Recette: Risotto aux légumes

Préparation : 10 min Cuisson : 20 à 30 min

<u>Ingrédients</u> (pour 4 personnes):

- 300 g de riz rond pour risotto
 - 4 carottes
- 2 oignons
- 2 poireaux (les vinaigrettes vont très bien)
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
 - 20 cl vin blanc
 - 1 litre de bouillon légumes
- 6 cuillères à soupe parmesan râpé
- 20 g beurre
- 4 cuillères à soupe de per-

sil plat hâché

- sel, poivre
- muscade

Préparation:

Faire bouillir 11 d'eau avec le bouillon de légumes (2 cubes).

Laisser de côté.

Couper carottes et oignons en petits cubes et couper les poireaux en fines rondelles. Faire suer les légumes dans une poêle avec l'huile d'olive.

Ajouter le riz, bien remuer

jusqu'à ce qu'il devienne translucide.

Puis ajouter le vin blanc et recouvrir de bouillon à hauteur du riz.

Laisser cuire et remuer jusqu'à absorption du liquide. Verser la suite du bouillon et ce jusqu'à la fin de cuisson du riz.

Ajouter le beurre, parmesan et persil plat. Assaisonner selon les goûts ... et savourer ! :-)

Bon appétit.../...

Sortie à la patinoire de Prémanon

imanche 19 décembre 2010 14 h00, nous voilà partis en mini bus sur les routes du haut Jura en direction de la patinoire de Prémanon. Sont présents ce jour la : Alassane, Ahsan, Cathy, Dylan, Mikaël, Morgane et Tristan.

Une fois les patins chaussés nous nous lançons timidement sur la glace histoire de retrouver quelques sensations... Alassane et

Dylan ne souhaitant pas pratiquer, du fait de leur trop grande expérience, restent sur les côtés et sourient en nous voyant accrocher les barrières sans toutefois nous conseiller!

Petit à petit,

un semblant d'équilibre s'installe et nous commençons à glisser sur la piste. Certains comme Morgane se lancent dans des exhibitions dignes des jeux olympiques !!!

Au rythme de la musique, nous tournons sur la glace, certains, plus à l'aise se lancent dans de véritables acrobaties : demi tours, freinages, etc, le tout parsemé de petites chutes et de gros rires...

Dylan nous voyant nous amuser décide de nous rejoindre

et trouve rapidement son
équilibre.
L'ambiance
est à la rigolade: l'après
midi passe
donc vite,
très vite.

Après l'effort, le réconfort, nous dégustons un bon chocolat chaud dans un très joli restaurant tout en bois avant de redescendre à la nuit tombée au lama Bleu.

Gageons que les visiteurs de la patinoire de Prémanon garde-



ront un souvenir et une vision très émue de nos performances.

Toute l'équipe de la joyeuse virée.... / ...

Page 2

Paroles d'éducs

Le respect

Voir l'autre comme un ami Et non comme un ennemi C'est le respect mon ami Ca un p'tit goût de paradis

C'est découvrir des voies multiples

Des signes de soi sympathiques

Pour se rencontrer l'un et l'autre

Pour n'abîmer ni l'un ni l'hôte

Voir dans le regard de l'autre

L'accueillir comme un hôte

C'est le respect mon ami
Ca a un p'tit goût de paradis
C'est accepter la différence
Rejeter l'indifférence
C'est échapper aux certitudes
Et rejeter les habitudes

Les habitudes des clichés Accepter la pluralité C'est le respect mon ami Ca a un p'tit goût de paradis

C'est trouver des chemins communs Pour entrer en relation Eviter la destruction Et préparer l'aube de demain C'est oser le vrai sourire Aimer le goût du devenir C'est le respect mon ami Ca a un p'tit goût de paradis C'est laisser du nouveau advenir

Laisser l'autre fleurir Pour faire route ensemble Sans que la terre ne tremble

C'est négocier dans la prudence

Dans l'échange et dans la danse

C'est le respect et si la vie Avait ce p'tit goût de paradis.

Nathalie FIALA

Cueillette de champignons

n ces derniers jours de plein soleil, nos deux jeunes aventuriers ont opté pour une balade en vélo. Pour Dylan il s'agissait de patauger dans la gadoue et de rentrer le plus sale possible. Alassane, lui, souhaitait se dépenser, faire son entraînement comme il dit.

Nous voilà donc en selle, à arpenter les sentiers. Face à nous le lac de Vouglans... Morgane souhaitant découvrir ce magnifique lac motiva les hommes à s'aventurer dans la forêt qui le bordait.

Dylan et Guillaume en ont profité pour cueillir toutes sortes de champignons alors qu'Alassane nous a imité le chasseur avec un bout de bois en guise de lance, puis la panthère noire qui rugit. Entre ces deux imitations, monsieur Alassane faisait de la musculation.



Au bout d'une bonne heure de balade dans la forêt nous apercevons le lac dans un petit coin reculé. Une vue imprenable sous nos yeux, Alassane et Morgane étaient sans voix. Nous sommes restés là, à contempler ce magnifique paysage qui s'offrait à nous.

Après ce bol d'oxygène, nous reprîmes les vélos, bien malgré Morgane qui ne sentait plus son coccyx, avec en perspective une belle montée à franchir. Sans problème pour Guillaume, ce ne fut pas le cas pour les autres.

Après un tel effort et trois heures de balade, les cookies faits du midi se sont mangés sans difficulté en guise de récompense.

Voilà pour cette promenade particulièrement agréable et sportive!

Page 3

La Citadelle de Besançon

e week-end du 21 novembre 2010, nous avons décidé de faire visiter la Citadelle aux jeunes du Lama Bleu.

Après un pic-nique dans un parc de Besançon, nous décidons de nous rendre à pied jusqu'à la Citadelle. Arrivés en bas de celle-ci, tout le monde s'arrête net devant les grandes marches qui mènent jusqu'en haut. Au final, cette ascension s'est passée assez facilement car nous étions tous pressés de voir les animaux.

Petit dilemme à l'arrivée : par quoi commencer ? L'insectarium, le noctarium, les félins, les singes, l'aquarium, les musées... Dans tous les cas, nous passerons partout donc nous nous lançons à l'aventure à travers la Citadelle.

Au noctarium (salle réservée aux animaux nocturnes), Ashan qui connaissait déjà les lieux, nous a fait une grosse peur en se cachant pour faire des bruits de tous genres et nous surprendre. Quelle rigolade pour certains mais quelle trouille pour les autres!

En sortant, nous entendons des rugissements au loin ; vite, qui est-ce ? Les lions attendaient impatiemment leur nourriture. Nous restons tous impressionnés par le charisme de ces deux gros chats !

Les babouins nous ont aussi

fait avoir des fou-rires inévitables : nous concluons que nous descendons bien du singe comme Darwin le disait si bien!

Après une grosse journée détente et rigolage en tout genre, nous rentrons du côté de Clairvaux pour nous reposer et repartir de plus belle sur d'autres aventures.



TRISTAN ET IVANOHE

« Ivanoé et moi, c'est une histoire d'amour ! ». Voilà les premiers mots que nous a dit Tristan, en plaisantant, quand nous lui demandons de nous parler du lama Ivanoë.

Voici un petit extrait de notre interview...

- Pourquoi aimes-tu tant Ivanoë?
- Tristan : Il est très obéissant, il est câlin et n'a pas peur de l'homme.
- Comment définirais-tu le caractère de ce lama ?
- Quand je suis avec lui j'ai l'impression qu'il est heureux et joyeux. Il

est calme. Ca m'éclate de le serrer dans mes bras! Je fais cela à chaque fois que je le vois.

Au début, comment t'y prenais-tu avec Ivanoë?

- Au départ, je n'allais jamais vers les animaux. On m'a dit de lui faire confiance, qu'il était calme

alors j'ai essayé. Je lui ai fait confiance, je l'ai approché. Et ça a marché! Depuis il a aussi confiance en moi. Quand je marche, je tiens la longe relâchée et lui continue de marcher à côté de moi. Il faut apprendre à faire

confiance. Ivanoë ne crache pas, je ne l'ai jamais vu faire.

- Et les autres lamas ?
- Ivanoë est mon chouchou, j'aime aussi d'autres lamas mais c'est vraiment celui-là que je préfère!

D. qui est dans la pièce nous dit que lui préfère le lama nommé « Chok » car il est curieux, beau et gentil et que l'on peut le caresser. On lui a donné le biberon quand il était petit, il est habitué à l'homme.

Les lamas peuvent être des aussi bons animaux de compagnie que les chats et les chiens conclue Tristan!

SUDOKU

omment jouer au SUDOKU?

La règle est très simple : Remplir les cases vides avec les chiffres de l à 9, de telle sorte qu'ils n'apparaissent qu'une fois par ligne, par colonne et par carré de 3X3 cases. Une grille de sudoku est divisée en 9 lignes, 9 colonnes et 9 carrés.

Chacun doit contenir tous les chiffres de I à 9. Elle fait partie de trois groupes à la fois, elle se trouve sur une ligne, une colonne, un carré en même temps.

	6			4			5
4		7	6	2	3		9
	5	9		3	4		1
9	4	1	3		8		
5							4
		6		8	5	1	2
6		5	1		2	9	
1		4	2	9	6		8
3			5			4	



NOUVEAU retrouvez plus d'informations sur notre site internet : fermedulamableu.com