



# La P'tite Gazette

N°4

LETTRE D'INFORMATION DU PÔLE VIE SCOLAIRE

AVRIL  
2022

## À LA UNE

**ATELIERS  
YOGA:  
LE PLEIN  
DE SÉRÉNITÉ !**



**INSTALLATION  
DE CAPTEURS  
DE CO2**



**HARRY POTTER  
ET MBAPPÉ**



**APPROVISIONNEMENT  
RESTAURANT  
SCOLAIRE**



**POISSON ET  
CHOCOLATS !**



**PRÉVISIONNEL  
DES TRAVAUX**



**MENUS  
DES MOIS  
D'AVRIL ET MAI**

## ÉDIT

*Le printemps est là et la situation sanitaire semble enfin s'apaiser, offrant l'espoir d'une fin d'année plus sereine. Pour les enfants, cette période est riche en activités et en projets. Les scolaires poursuivent avec enthousiasme les ateliers d'observation des oiseaux en partenariat avec l'ACROLA, les élèves de Pierre et Marie Curie ont fait des plantations dans le petit potager aménagé par la municipalité dans l'enceinte de l'école, les belles expériences se succèdent dans la joie et la bonne humeur.*

*Dans les coulisses, les agents municipaux orchestrent les travaux à prévoir d'ici la fin de l'été, équipent l'école publique d'un nouveau dispositif dédié à l'amélioration de la qualité de l'air et anticipent les animations qui rythmeront les prochains mois, dont le très apprécié pique-nique de fin d'année. Les élus de leur côté, après avoir finalisé les budgets, préparent la prochaine session du Conseil des Jeunes et travaillent à tisser des liens entre la programmation culturelle et le périmètre vie scolaire, enfance, jeunesse. De bien jolis projets en perspective !*



# ATELIERS YOGA: LE PLEIN DE SÉRÉNITÉ!

Les élèves de l'école Pierre et Marie Curie et l'équipe d'animation du Pôle vie Scolaire ont eu le plaisir de découvrir les bienfaits du yoga avec Magali JOBIN, professeur de yoga enfant et fondatrice de YOGALI, les clés d'une vie épanouie !



Au fil des jours, elle a essayé de partager et transmettre à ses jeunes initiés sa passion pour cette discipline. Le temps d'un midi, la pause méridienne s'est ainsi transformée en découverte d'une nouvelle activité ludique tout en douceur et sérénité.



Posture, respiration, souplesse, apaisement, concentration... les bienfaits du yoga sont nombreux. Alors, pourquoi ne pas en profiter dès le plus jeune âge?

Pendant trois semaines, des séances de yoga ont été proposées aux élèves de la moyenne section au CM2, sur la base du volontariat, soit 153 enfants participants. Les séances ont été dispensées par classe, sous la forme d'ateliers de 35 à 40 minutes. Au programme : jeux, travail des postures, prise de conscience du corps et de la respiration.

Pour initier les plus jeunes à cette pratique ancestrale, il faut bien entendu s'adapter. Ainsi, en fonction des âges, les séances sont modulées. «*Ce qui change, c'est notamment le discours que l'on porte sur les postures. Pour les*

*plus petits, par exemple, on intègre les postures sous la forme d'une histoire*», précise Magali JOBIN.

Les ateliers se déroulent de façon à laisser de la place à l'entraide et à la cohésion de groupe. Certaines postures sont faites à plusieurs et les enfants sont encouragés à se donner des conseils et à s'entraider. Si ces séances sont l'occasion de se détendre, elles sont également un temps d'amusement : les enfants ont d'ailleurs été nombreux à demander si d'autres séances étaient prévues! «*Dès le plus jeune âge, le yoga permet de développer la confiance et l'estime de soi*», explique Magali JOBIN. «*Il est l'occasion pour chacun de s'exprimer et de s'épanouir à sa façon. Ce que la découverte du yoga permet de transmettre aux enfants, c'est l'idée qu'on a le droit de prendre du temps pour soi, que c'est quelque chose de normal et non pas d'exceptionnel*» conclut-elle. 

«*Pour ma classe de CE1/CE2 j'ai eu un taux de participation important, avec 11 élèves inscrits sur une liste de 15 maximum. À travers cette séance de yoga à l'école, les enfants ont réussi à se recentrer et à se rééquilibrer. Certains enfants, souvent dépassés par leur énergie débordante, ont retrouvé le calme et le yoga les a aidé à canaliser leur énergie. Ces techniques de yoga adaptées à l'école sont des outils simples et concrets pour améliorer les capacités d'attention des enfants en fonction de leur rythme d'évolution. Il n'en résulte que des bienfaits concrets!*»

Carine TANGUY, agent d'animation et encadrement sur le temps de pause méridien.

## Mots des enfants

« C'était bien pour faire une pause le midi »

« J'en avais jamais fait avant mais j'espère que je pourrais en refaire »

« Je vais essayer d'en refaire à la maison, pour montrer à mes parents »

« CE QUE J'AI PRÉFÉRÉ C'ÉTAIT QUAND ON FERMAIT LES YEUX AVEC LE BRUIT DU BOL TIBÉTAÏN POUR S'IMAGINER COMME SUR UN NUAGE »



# INSTALLATION DE CAPTEURS DE CO2

Dans la limitation de la propagation de la Covid 19, les gestes barrières ont eu une importance cruciale: masques, lavages de mains fréquents et distanciation.



Outre ces principaux gestes, il est important de noter que les endroits clos favorisent la circulation de virus. Afin de réduire cette transmission et de faciliter le geste simple d'aérer une pièce, la mairie de Cordemais a investi dans l'achat de capteurs de CO2. Un air régulièrement renouvelé ayant également un impact positif sur la qualité de l'apprentissage. Ces capteurs de marque Theben, adaptés à un usage en milieu scolaire, vont donc prochainement être installés dans chaque classe de l'école Pierre et Marie Curie. Leur objectif est de permettre d'améliorer la qualité d'air dans l'établissement scolaire. Lorsque la concentration de CO2 atteint un niveau potentiellement néfaste, un témoin lumineux s'allume sur l'appareil (couleur orange ou rouge), signifiant la nécessité d'aérer la pièce afin de recréer un climat intérieur sain.



# HARRY POTTER ⚡ ET KYLIAN MBAPPÉ AU RESTAURANT SCOLAIRE

Lors du traditionnel Cirque de Noël organisé par la mairie de Cordemais, les spectateurs ont pu assister à la création de superbes tableaux lors d'un show haut en couleurs et en paillettes !



Ces tableaux, représentant Harry Potter (spectacle 2021), et Kylian Mbappé (spectacle 2019) ont été généreusement offerts à la municipalité par le cirque Pillar.

Le légendaire petit sorcier et le célèbre joueur de football étant sans conteste des idoles parmi les enfants, il a été décidé d'accrocher ces deux tableaux dans le restaurant scolaire les Hélianthes, afin que les petits gourmets puissent en profiter tous les jours en venant déjeuner.



# DIFFICULTÉS D'APPROVISIONNEMENT AU RESTAURANT SCOLAIRE

La grippe aviaire cause actuellement des soucis d'approvisionnement en volaille sur tout le territoire et les conflits internationaux peuvent également avoir des répercussions sur les denrées alimentaires disponibles.

Si la livraison de certains aliments ne peut être assurée par nos fournisseurs, le restaurant scolaire sera peut-être dans l'obligation de réajuster les menus. Bien évidemment, les repas proposés aux enfants seront toujours variés et équilibrés. La municipalité remercie par avance les familles pour leur compréhension et leur bienveillance. 

## POISSON ET CHOCOLATS !

Début avril, les élèves de primaire ont eu la surprise de découvrir un repas "Poisson d'Avril" plutôt original: en effet, le responsable du restaurant scolaire avait mélangé toutes les lettres du menu! Et cerise sur le gâteau, les enfants se sont vu offrir un petit lapin en chocolat... Les petits gourmands étaient ravis! 



## PRÉVISIONNELS DES TRAVAUX LIÉS AU PÔLE VIE SCOLAIRE

Les vacances scolaires sont la période la plus propice pour effectuer des travaux dans l'école primaire Pierre et Marie Curie. La mairie poursuit les travaux de rénovation engagés dans ce bâtiment communal depuis plusieurs années.

Des travaux sur les faux plafonds et l'éclairage des classes n°10 et n°11 et dans les ateliers annexes, prévus initialement en décembre 2021, seront réalisés cet été. Les élèves des classes de maternelle n°3 et n°4 bénéficieront également des mêmes améliorations thermiques et acoustiques.

Le service technique a aussi programmé le changement des volets roulants de la classe élémentaire n°13 et une intervention sur l'éclairage. Un sanitaire doit également être rénové. 

## CONTACT



Pour améliorer cette lettre d'information, nous avons besoin de vous! N'hésitez pas à nous contacter pour partager votre ressenti sur ce support de communication dédié aux familles.

**Vous pouvez nous envoyer vos remarques à l'adresse mail : [responsablepvs@cordemais.fr](mailto:responsablepvs@cordemais.fr)**

# RESTAURANT SCOLAIRE « LES HELIANTHES »

## menu du 01 au 29 avril 2022

1 VENDREDI

Asird rebrue *Local/bio*  
 Foueb ceusa darème *Local/bio*  
 Loumese *France/bio*  
 Gemaorf *Local/bio*  
 Tetar liégrelc al à recise  
*France/bio*

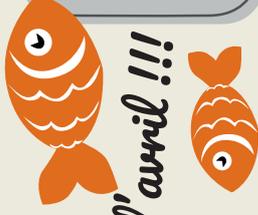
8 VENDREDI

Carottes rapées à l'emmental *Bio/local*  
 Steak haché de boeuf sauce Ketchup *Bio/région*  
 Pommes rissolées *France*  
 Compote *Bio/local*

29 VENDREDI

Radis beurre *Bio/local*  
 Cordon bleu de volaille *Région*  
 Jardinière de légumes *UE*  
 Fromage blanc *Bio/local*  
 Ananas chantilly chocolat *UE*

# Poisson d'avril !!!



7 JEUDI

Salade croquante *Bio/local*  
 Poisson meunière *Pêche durable*  
 Epinard à la crème *Bio/UE*  
 Fromage *Bio/local*  
 Crème dessert *Bio/local*

28 JEUDI

Duo carottes / céleris vinaigrette *Bio/local*  
 Boulettes d'agneau provençale *France/bio*  
 Boulgour *France/bio*  
 Fromage *Bio/local*  
 Fruit de saison *Bio/local*

6 MERCREDI

MENU DU CHEF

27 MERCREDI

MENU DU CHEF

5 MARDI

Tomates vinaigrette *Bretagne/bio*  
 Maternelles : croque-fromage/Pâtes *Bretagne*  
 Élémentaires : Tortellinis au fromage *UE*  
 Petit suisse/Fruit *Local*

26 MARDI

Betteraves oeufs maïs *France/bio/région*  
 Nage de moules / crevettes *Pêche durable*  
 Riz de Camargue *JGP/bio*  
 Fromage *Bio/local*  
 Fruit de saison *UE*

4 LUNDI

Pâté de campagne/cornichon *Local*  
 sauté de canard à l'orange *Local*  
 Poêlée Bretonne *Bretagne*  
 Fromage *Bio*  
 Fruit de saison *Bio/local*

25 LUNDI

Salade Nantaise veggie *Bio/local*  
 Lasagnes de légumes du sud pesto *France*  
 Crème dessert *Bio/local*

# VACANCES SCOLAIRES

Le responsable de la restauration scolaire s'autorise des changements de menus pour défauts d'approvisionnements ou problèmes techniques.  
 Loi EGALIM (n°2018-938 du 30 octobre 2018) Pour l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et alimentaire et une alimentation saine, durable et accessible à tous. La loi dite « EGALIM » demande aux restaurants collectifs de répertorier les produits labellisés, issus de l'agriculture biologique et à faibles impacts sur l'environnement. Elle intègre également, un repas végétarien par semaine, à titre expérimental, pour une durée de 2 ans.

menu végétarien



CORDEMAIS

## RESTAURANT SCOLAIRE « LES HELIANTHES » menu du 02 au 31 mai 2022

**LUNDI**

**2**

Chou râpé aux pommes *Bio / local*  
Pâtes Bolognaises végétales *Bio / local*  
Salade *Local*  
Entremet *Local/bio*  
Fruit de saison *Local/bio*

**LUNDI**

**9**

Salade de sardines pommes de terre  
*Local/bio/région*  
Merlu sauce suchet *HUE*  
Julienne de poireaux céleri *Local/bio*  
Riz au caramel *Local*  
Fruit de saison *Bio / local*

**LUNDI**

**16**

Avocat cocktail *UE*  
Omelette/salade *Région / bio*  
Pommes rissolées *Local/bio*  
Fromage *Bio*  
Fruit de saison *Bio / local*

**LUNDI**

**23**

Tomates vinaigrette *Local*  
Cheeseburger *France*  
Frites *Belgique*  
Salade *Local*  
Maïzena à la vanille *Bio / local*

**LUNDI**

**30**

Andouille Bretonne cornichon *Bretagne*  
Burger de poulet *Bretagne*  
Poêlée camarguaise *France*  
Fromage *Bio / local*  
Fruit de saison *Bio / local*

**MARDI**

**3**

Salade Niçoise *IGP / bio / Camargue*  
Dos de cabillaud beurre citronné *Pêche durable*  
Brocolis vapeur *Bio / UE*  
Fromage *Bio / local*  
Purée de fruits *France / bio*

**MARDI**

**10**

Sauccisson à l'ail/cornichons *Local*  
Poulet rôti *Local*  
Haricots verts *Local / bio*  
Fromage *AOP*  
Fruit de saison *UE*

**MARDI**

**17**

Salade Sombbrero *France*  
Chili con carne *Maison / bio / igp*  
Salade *Local / bio*  
Tarte au citron *France*

**MARDI**

**24**

Macédoine de légumes vinaigrette  
*France / bio*  
Gigot d'agneau aux herbes *France*  
Haricots blancs à la persillade *Label rouge*  
Entremet *Bio / local*  
Fruit de saison *France*

**MARDI**

**31**

Salade croquante *Bio / local*  
Tajine à l'orientale *France / UE*  
Mélange de céréales *Local*  
Fromage *Bio / local*  
Glace *France / bio*

**JEUDI**

**5**

Tomates échalotes basilic *Bio / local*  
Escalope de volaille poêlée *Local*  
Printanière de légumes *UE*  
Fromage *Bio / local*  
Cake marbré *Local*

**JEUDI**

**12**

Radis beurre *Local*  
Beignets de chou-fleur frites *France*  
Salade *Local*  
Fromage *Bio / local*  
Crème dessert *Local*

**JEUDI**

**19**

Mesclun à l'auvergnate *France*  
Sauté de boeuf *Local / bio*  
Carottes *Local / bio*  
Fromage *AOP*  
Pâtisserie *Région*

**JEUDI**

**26**

Salade exotique *France / UE*  
Boulettes de soja, tomate basilic *Local*  
Semoule à couscous *France / bio*  
Fromage *Local*  
Fruit de saison *France / bio*

**VENDREDI**

**6**

Maquereau à la tomate *Bretagne*  
Sauté de veau marengo *Bio / local*  
Pommes vapeurs persillées *Bio / local*  
Yaourt au coulis de fruits rouges *Bio / local*  
Fruit de saison *Bio / local*

**VENDREDI**

**13**

carottes râpées *Bio / local*  
Steak haché de veau au jus *France*  
Lentilles *Bio*  
Fromage *Bio*  
Dés de fruits *Bio*

**VENDREDI**

**20**

Salade composée sauce Aurore *Région / bio*  
Brandade de poisson *Pêche durable*  
Salade *Local / bio*  
Yaourt aromatisé *Bio / local*  
Fruit de saison *Bio / local*

**VENDREDI**

**27**

Concombre crème ciboulette *Bio / local*  
Colin sauce safranée *Pêche durable*  
Tomates provençales *Bio / local*  
Fromage *Bio / local*  
Liégeois *France*

menu végétarien

Le responsable de la restauration scolaire s'autorise des changements de menus pour défauts d'approvisionnement ou problèmes techniques.

Loi EGALIM (n°2018-938 du 30 octobre 2018) Pour l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et alimentaire et une alimentation saine, durable et accessible à tous. La loi dite « EGALIM » demande aux restaurations collectives de répertorier les produits labellisés, issus de l'agriculture biologique et à faibles impacts sur l'environnement. Elle intègre également, un repas végétarien par semaine, à titre expérimental, pour une durée de 2 ans.



CORDEMAIS