

Le Journal'His

Exprime-toi! Ce journal est fait pour toi.

Publié avec le concours de la Presse des Jeunes www.pressedesjeunes.com

La Gastronomie

Autonomie
Gastronomie

Quand on parle d'autonomie, on pense souvent au projet professionnel, à l'indépendance financière. La France étant le pays de la gastronomie, beaucoup de jeunes placés se tournent vers les métiers de la bouche: cuisinier, pâtissier, serveur, boulanger... En foyer éducatif, les jeunes apprennent à gérer leur alimentation au quotidien. Faire les courses, budgétiser et cuisiner des plats équilibrés. Il nous arrive aussi de préparer ensemble un repas de fête, ou pourquoi pas aller manger dans un restaurant. Ce second numéro du Journal'His vient illustrer ce thème. En vous souhaitant une appétissante lecture...

Educ'A

Après la période de confinement, les jeunes de l'Estelas retrouvent le plaisir de sortir. Ils partagent cela avec vous à travers un numéro culinaire.



Portrait, Recette, Interview, Métiers, Coin des Art'His



Retour sur l'atelier de Fred...

Dans le dernier numéro, nous vous décrivions l'atelier Vélo de l'Estelas. Nous vous présentons aujourd'hui son animateur.

Présentation

Je vais avoir 52 ans.

Né à Toulouse dans une famille d'ouvriers, j'ai fini mes études à 16 ans.

Je n'ai pas eu de diplôme et me suis orienté à fond dans le sport, plus précisément le cyclisme.

J'ai été professionnel pendant 10 ans (de 1990 à 1999).

J'ai réussi à faire de ma passion mon métier!



Est ce que ton métier te plaît?

F: Je suis actuellement moniteur d'animation chez ADESEUROPE. J'aime ce métier car je suis en permanence en contact avec des jeunes. Je propose des ateliers de mécanique vélo, moto ou même mobylette. Nous faisons des sorties vélo mais également du squash, et pour certains nous construisons des cabanes dans les arbres sur le site de l'Estelas.

Pourquoi un atelier vélo?

F: Tout d'abord parce que je maîtrise le sujet, et puis les vélos du foyer sont souvent en panne. Je trouve intéressant d'apprendre aux jeunes les bases de la mécanique et de l'entretien. Nous sommes aussi partis de carcasses de vélos pour en faire des vélos en bon état, pour que les jeunes les ayant fait, puissent les récupérer lors de leur départ de notre établissement.

Que faites vous dans cette activité?

F: Pour les vélos du foyer, c'est le plus souvent des réparations de crevaison, dévoilage des roues et graissage général. Pour les vélos reconconditionnés, le plus difficile est de s'approvisionner, mais la déchetterie



Annonce

Vous avez un vieux vélo dont vous ne vous servez plus?

Votre VTT est en mauvais état?

N'hésitez pas à en faire don à L'Estelas.

Fred et les jeunes n'ont besoin que d'un cadre et des roues, pour le reste ils le reconditionnent complètement.

Et en plus vous faites une bonne action écologique

:)



de Mane nous aide un peu!!! Ensuite c'est démontage complet, on récupère les bonnes pièces, on remonte le tout et on ramène la ferraille à la décholterie.

Quels sont les futurs projets?

Vu l'enthousiasme des jeunes pour remonter leur propre vélo, je pense qu'il faut essayer d'en récupérer un maximum. Pour la suite, nous avons vu avec certains jeunes un emplacement près des mares, en bas de l'Estelas, pour créer un pump-track. C'est une piste en terre avec des bosses, ludique et sans grand danger. Cela va occasionner du terrassement manuel, et pourquoi pas un peu de menuiserie pour la conception de quelques modules en bois.

Tout cela me permet de proposer aux jeunes des activités semblables à certains métiers comme la mécanique, le bâtiment ou les travaux publics.

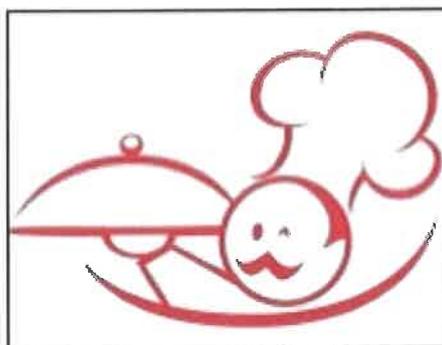
D.S. 16 ans
J.S.P. 13 ans
Y.A. 15 ans

Poulet Coco

A la villa tremplin le jeudi soir, nous faisons un atelier cuisine. S'ils le souhaitent les jeunes préparent le repas de leur choix...

Une recette apprise au CDJ? Un plat de leur pays que les jeunes souhaitent faire découvrir et déguster? Le moment pour les éducateurs d'accompagner les jeunes autour de la "gastronomie"?

De bons plats faciles à réaliser et peu coûteux, que les jeunes pourront reproduire seuls dans leur studio.



Aux fourneaux et à table!



Préparation du Poulet Coco

Ingrédients (pour 6 personnes):

- 2 poivrons
- 6 filets de poulet
- 3 oignons
- 40 cl de crème
- du gingembre
- du curry

Couper les poivrons.
Emincer les oignons.
Couper les filets de poulet en gros morceaux.
Mettre un peu d'huile à chauffer au fond d'une gamelle, puis verser oignons, poivrons et poulet.
Faire cuire 5 min à feu fort en remuant, puis mettre à feu doux.
Rajouter la crème de coco, le gingembre haché finement et un peu de curry.

A déguster avec du riz.

B.D. (16 ans)

L'atelier cuisine du Centre de Jour



Jean-Jacques nous présente son travail avec les jeunes au Centre De Jour.

M.C. nous présente un plat confectionné suite aux enseignements du CDJ.

Biographie

Jean-Jacques

Riche de nombreuses expériences humaines et professionnelles, je suis depuis 7 ans moniteur d'atelier cuisine au CDJ. La transmission est une suite logique à mon parcours de vie. Je suis une personne qui aime faire plaisir et donner du bonheur aux autres autour d'un moment de partage.

Comment se déroule les cours de cuisine?

J.J: Durant l'atelier, je situe les centres d'intérêts, je reste novice et inverse les rôles. Cela permet de cerner les méthodes d'apprentissage, créer du lien, valoriser et vivre des échanges enrichissants.

Quels sont les plats que vous préparez?

J.J: Le menu du jour est travaillé en commun. Son pilier est l'équilibre alimentaire. Nous fabriquons une entrée, un plat et un dessert. Les ingrédients changent tout au long de l'année suivant les saisons.

Comment se passe l'orientation des jeunes après leur passage au CDJ?

J.J: Je me positionne en faveur d'apprentissage au GFA pour les Mineurs Non Accompagnés lorsqu'ils ont 16 ans passés. Après le CDJ le lien se fait avec l'équipe éducative de l'hébergement. Je reste en contact avec les jeunes, ainsi que leur maître d'apprentissage durant leur CAP, pour les accompagner, s'ils le souhaitent.

A.B. 16 ans
M.C. 17 ans

A la découverte de la restauration

Entrée dans le monde professionnel ou simple découverte de la restauration: les jeunes partagent leur expérience

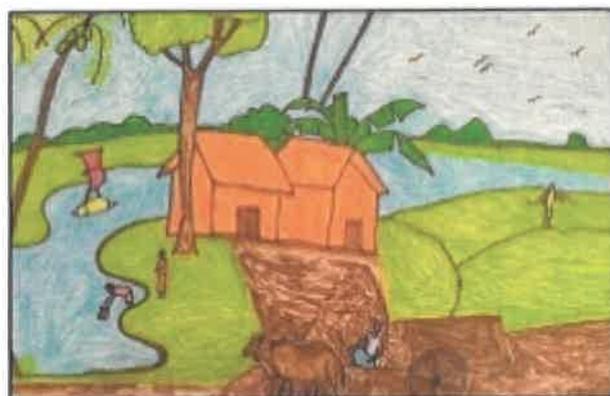
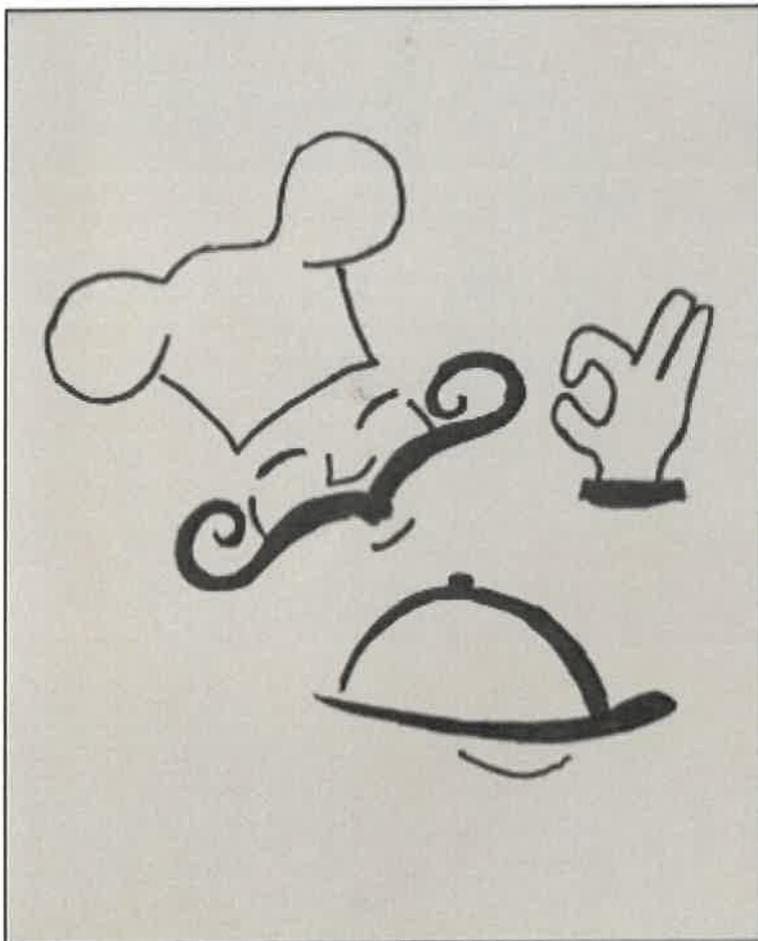
"J'ai fait un stage à la boulangerie de Prat Bonrepos: "Aux saveurs de Prat".
J'ai confectionné des tartes et des choux à la crème.
J'ai appris à utiliser la poche à douille pour faire les décorations sur les gâteaux.
Le travail est intéressant et minutieux.
Il faut être calme et patient pour faire de jolies pâtisseries.
J'ai bien sûr goûté mon travail, les gâteaux étaient très bons.
J'aimerais désormais en faire mon métier."

D.D. 17 ans



"Nous sommes allés manger au restaurant le "Saint Gr".
Nous avons mangé en terrasse, le décor c'était des plantes grimpantes. Le patron nous a appris que c'était de la passiflore, une plante qui donne des fruits de la passion.
Le menu était à 16 euros. entrée, plat, dessert.
L'entrée c'était une soupe froide. Pour le plat principal j'ai pris le boeuf bourguignon avec des pâtes et de la sauce. Alexis, lui, a commandé du poisson avec du blé.
Les assiettes étaient très belles.
Le dessert c'était des fraises avec une meringue, c'était délicieux, j'aurais pu en manger 5 ou 6."

B.D. 16 ans



*Le premier numéro du Journal'His ayant reçu de très bonnes critiques (et nous vous en remercions), nous poursuivons l'expérience!
Toutes vos productions sont les bienvenues, alors n'hésitez pas: texte, photo, dessin, interview, portrait... peu importe, soyez créatif!*

Psy A.

Des magazines pour tous les goûts !!!

Découvre la presse jeunesse avec la

des Presse JEUNES



Chez ton marchand de journaux