

# l'express junior

l'actualité des enfants pour voir la vie comme un grand  
N° 421 du jeudi 2 mai 2019 – supplément de l'express n° 20524

**DÉCOUVERTE**  
L'École du Centre  
à La Réunion



**INTERVIEW**

Imaan Khadir :  
«Ce sont les mots  
qui m'écrivent»



## LA FÊTE DES MÈRES... CES FAMILLES SI SPÉCIALES



**CHINE**

Des ados vivent  
comme sur Mars

Retrouve ton jeu-concours dédié aux mamans à la page 31!

**5 Actu**  
Avril en dessins

**6-9 Dossier**  
**Fête des mères :**  
• Ces familles si spéciales  
• ...À moindre coût

**11 Interview**  
Imaan Khadir, 15 ans :  
«Ce sont les mots qui m'écrivent»

**12-13 Découverte**  
Carnet de voyage :  
L'île de la Réunion, l'inoubliable

**15 Coin psy**  
Renforcer les liens d'amour  
entre toi et tes parents

**18 Agenda**  
Super Mums à Bagatelle

**20-23 Loisirs**  
• Shazam : le coup de foudre !  
• Il était une fois... la Fête de la Jeunesse !

**25 Coin écolo**  
Ces gestes de tous les jours

**27 DIY**  
Recette : cupcakes à la vanille

**28-29 Monde**  
Chine : Des ados «vivent»  
comme sur Mars

**31 English Tips**  
How to write  
an acrostic poem

**33-34 Jeux**



**EXPRESS JUNIOR**  
3, rue des Oursins,  
Baie-du-Tombeau  
Tél. : 59842862  
junior@lexpress.mu  
Directeur des publications :  
Nad Sivaramen  
Coresponsables de projet :  
Nashreen Edoobaccus  
et Shanedy Wong Tong  
Révision :  
Suren Rampersand, Karl Selvon  
Conception & réalisation  
graphique : Ludger Kali Din  
Illustrateurs : Pov, Dwa  
Impression : Impress Print Ltd

**Ki pozision EJ**





# MOSQUITO AWAY!

HYPOALLERGIC

DERMATOLOGICALLY TESTED

BRACCIALETTA ALLONTANA ZANZARE

Masha e Orso 240h

Citronella & Neem 240h

Girls Citronella & Neem 240h

COLLEZIONALI TUTTI! BRACCIALETTA ALLONTANA ZANZARE

Protezione Naturale! DURA LASTS 240H

- 1 NEW TECHNOLOGY: Thermofusion process for a gradual release of **CITRONELLA ESSENCE**
- 2 NATURAL AND WATERPROOF PRODUCT
- 3 ADJUSTABLE CLOSURE FOR WRIST OR ANKLE
- 4 RESEALABLE POUCH FOR SAVING FRAGRANCE
- 5 Effectiveness test carried out by an important International University shows its effect **FOR MORE THAN 240 h**

Also available for Adults

MADE IN ITALY

## ANTI-MOSQUITO SPRAY

- 1 A precious mix of essential oils and ingredients of biological origin
- 2 Moisturising and soothing for the skin with fine essential oils and plants extract
- 3 Its fragrance keeps unwelcomed insects away
- 4 Does not contain alcohol nor deet
- 5 Certified quality AIAB and QUALITA VEGANA

BIO ECO COSMESI AIAB

## ANTI LICE Elastic Band for hair

- 1 Protects and prevents from getting head lice
- 2 Natural product without pesticides with essential oils
- 3 Hypoallergenic fabric
- 4 The microparticles gradually release essential oils, keeping lice away
- 5 30-day efficacy

### MARS EN DESSINS

3 avril : Le nouveau radar pour prédire la météo est inauguré à Curepipe.

6 avril : Des "ninjas" voleurs sévissent à Rivière-Noire et Goodlands. Ils seront reconnus et arrêtés.

9 avril : De grosses averses arrosent Fond-du-Sac. Plusieurs maisons se retrouvent inondées.

Salon ou piscine ?

10 avril : Le lancement du compte à rebours des Jeux des Îles de l'océan Indien 2019 a lieu avec un spectacle haut en couleurs.

J-100

11 avril. Le ministre Showkutally Soodhun devient la risée du Net en déclarant que que Phoenix sera la prochaine New York City.

2 avril: Des chenilles légionnaires s'attaquent aux champs de maïs.

18 avril : Le nouvel avion d'Air Mauritius arrive enfin à Maurice. Il a été baptisé Apravaasi Ghat.

18 avril : Le théâtre de Port-Louis reprend vie après des mois de rénovations. Les premières transformations sont visibles.



# FÊTE DES MÈRES

## Ces familles si spéciales

Tu apprends à l'école que la famille, ça consiste d'un papa, d'une maman et des enfants. Mais dans la vie, ce n'est pas tout le temps le cas. Nous sommes allés à la rencontre de quatre familles où l'amour abonde malgré les différences.

### Matante Greta et ses quatre bambins

Pas de père ni de mère. Mais dans la maison qui porte le n°5, au SOS Village des enfants à Beau-Bassin, il y a pourtant une famille qui vit. La chef, la «maman», c'est Matante Greta, aidée de Matante Mawtee. Les deux bonnes femmes veillent au bien-être de quatre enfants qui sont sous leur garde : Ron, Yan Yan, Mayaya et Tani. Ron, le plus grand, est âgé de 13 ans. Ce petit bout d'homme veut devenir pilote quand il sera grand, et footballeur lorsqu'il sera en congé ! Sa sœur Tani, 11 ans, souhaite, elle, devenir hôtesse de l'air. Le petit frère de six ans, Yan Yan, veut lui aussi voler, mais dans un hélicoptère. À trois ans, Mayaya, la benjamine du village, n'a pas encore choisi de carrière, mais Ron promet qu'elle sera policière. La vie au village n'est pas si différente des autres foyers. Matante Greta explique qu'elle considère les quatre enfants comme les siens. Dans cette famille, il y a un lien fort qui unit les quatre petits à leurs «mamans», l'amour.



### Katherine et son quatuor de parents

Maman et mam, papa et tonton. Katherine, 10 ans, a la chance d'avoir deux mamans et deux papas ! Tu imagines le nombre de cadeaux à Noël ? Cette jeune fille espiègle est l'enfant tant voulue par ses deux mamans, qui vivent ensemble depuis longtemps. Comme elles ne pouvaient avoir d'enfants naturellement, elles ont sollicité l'aide de leurs amis, les deux papas, également en couple. L'une des mamans l'a portée dans son ventre alors que l'un des papas est son père biologique, c'est-à-dire, qui a aidé à sa conception. Ce sont ces deux parents que Katherine appelle maman et papa. Depuis sa naissance, Katherine vit avec ses mamans, qui s'occupent d'elle au quotidien. Les papas sont aussi très présents dans sa vie. Elle sait qu'elle peut compter sur eux à n'importe quel moment. Pour ces parents, il était très important que Katherine sache et comprenne dès son plus jeune âge que sa famille est différente des autres familles. La situation peut s'avérer difficile dans la société. Car les gens ne comprennent pas toujours leur mode de vie. Cependant, grâce à un dialogue franc avec ses parents, Katherine sait qu'elle est aimée et choyée. Et la jeune fille n'est pas peu fière de ces derniers.

### Amalya et sa maman Karine, le duo d'amour

Une lumière dans sa vie. C'est ainsi que Karine décrit la boule d'énergie qu'est Amalya, sa fille de cinq ans. Ce duo de mère et fille vit seul depuis que Karine s'est séparée de son compagnon. Mais ne pas vivre dans une maison avec papa et maman ne signifie pas qu'on n'est plus une famille, raisonne la fillette.

Car malgré ses cinq ans, Amalya a bien compris que l'essentiel, c'est l'amour que lui porte sa famille. Il y a aussi mamie, tonton, tantine, marraine, parrain et même ses chats, ses poissons et ses tortues ! C'est vrai que c'est dur au quotidien de vivre seul avec un enfant, concède la maman. Il y a toujours beaucoup de choses à faire et elle est souvent fatiguée. Mais dès qu'elle est avec sa fille, affirme-t-elle, tout va mieux dans le meilleur des mondes.

Amalya se pose aussi des questions des fois. Pourquoi les parents de ses amis vivent-ils ensemble et pas les siens ? Les remarques des enfants à l'école la blessent aussi. Mais en parlant à ses parents, Amalya a bien compris que même s'ils ne sont plus ensemble, ils l'aiment toujours autant.



### Elizabeth, le coup de foudre de ses parents

Cela fait un peu plus de huit ans que les parents adoptifs d'Elizabeth sont tombés sous son charme. La petite Elizabeth n'était âgée que de 13 mois lorsqu'elle a été adoptée par le couple Marie. Aujourd'hui, elle est une jeune fille épanouie qui aime la musique, les sorties, et surtout rigoler. L'un de ses passe-temps est, par ailleurs, l'imitation des gens, dont elle en a fait un art !

Elizabeth sait depuis toute petite qu'elle n'est pas l'enfant biologique des Marie. Ses parents ont tenu à lui expliquer les circonstances de son adoption. Elle sait aussi que cela ne les empêchent pas de l'aimer. D'ailleurs, il y a un an, Elizabeth a rencontré sa mère biologique. Si les Marie appréhendaient cette visite, pour la jeune fille, il n'y avait rien de plus normal. Cela n'a pas changé sa relation avec ses parents.



Enfile ton tablier !

Si tu as des compétences en cuisine, mets-les en pratique ! N'hésite pas à mettre les petits plats dans les grands pour surprendre ta maman avec un bon repas fait-maison. Tu n'as pas besoin d'être un **cordons bleu** pour ça. Tu peux, par exemple, lui préparer son petit-déjeuner et le lui emmener au lit. On t'assure que même si les œufs sont trop cuits ou les toasts trop grillés, elle appréciera le geste et l'attention.

Plus d'idées

■ **Pas d'inspiration aux fourneaux ? On te dépanne.** Voici quelques recettes que tu pourrais faire les doigts dans le nez. (Mais fais-toi accompagner d'un adulte si tu trouves compliqué.) Tu ne dépenseras pas grand-chose, au pire, il te faudra dévaliser le contenu des placards et du réfrigérateur...

■ **Pour les mamans un brin gourmandes**

- De la pizza au fromage, à l'ananas et au jambon.
- Des crêpes au chocolat.
- Du chocolat chaud aux marshmallows.

■ **Pour les mamans qui mangent sainement**

- Des sandwiches au jambon, au fromage et à la tomate.
- De la salade de fruits de saison.
- Un smoothie aux fruits et légumes.

Retrouve également la recette de cupcakes à la vanille à la page 27.

LA FÊTE DES MÈRES...

# À MOINDRE COÛT

Oublie la dimension **commerciale** de cette fête. Que dirais-tu cette année d'offrir des présents à ta maman tout en économisant ton argent ? Ce qu'il te faudra : du temps et une bonne dose de créativité !



## Le cadeau fabriqué de A à Z

Tu es plutôt créatif et artistique ? Alors, confectionne toi-même ton cadeau. Si tu ne sais pas comment t'y prendre pour réaliser l'objet que tu veux offrir à ta maman, renseigne-toi sur Internet. Tu trouveras plein d'idées et de tutoriels qui t'éclaireront. Si tu ne sais pas quoi lui fabriquer tout court, pense à un objet qui lui sera utile. Par exemple, si ta maman aime la lecture, un marque-page pourrait lui faire plaisir. Si elle aime le jardinage, fabrique-lui des pots de fleurs. N'oublie pas d'ajouter ta touche personnelle au cadeau en le bidouillant à ta façon.



Plus d'idées

### Comment faire un marque-page ?

■ **Ce dont tu auras besoin**

- Des ciseaux
- De la ficelle
- Du carton ou du bristol
- Des feutres
- De la colle
- Du papier couleur

■ **Les étapes**

- Découpe ton carton ou ton bristol de sorte à obtenir des morceaux d'environ 15 cm de longueur et de 5 cm de largeur.
- Colle-y des deux côtés du papier coloré en ajoutant aux extrémités des formes géométriques d'une autre couleur pour une touche de modernité.
- Enroule et découpe la ficelle de sorte à faire un pompon et attache-le bien à l'aide d'un bout de ficelle de quelques centimètres.
- En haut, au centre de ton marque-page, fais un trou et insères-y le bout de ficelle. Attache-le de façon à fixer le pompon.
- Ton marque-page est prêt, tu peux maintenant le décorer à ta guise. Ou y écrire quelques mots à ta maman !

## L'indémoudable mot doux



C'est un cadeau qui ne se démode point ! Tu l'as certainement fait lorsque tu étais plus petit, mais on ne dit jamais trop à sa maman combien on l'aime. En ce jour spécial, ne **lésine** pas sur les mots et exprime librement ton affection à celle qui t'a mis au monde. Tu peux ainsi lui écrire une lettre, lui faire une carte avec des dessins, ou si tu aimes la rime, un poème va l'enchanter. L'ingrédient secret, c'est d'y mettre tout ton cœur.

dico

**Commercial** : qui tourne autour du besoin d'acheter.  
**Cordons bleu** : excellent cuisinier.  
**Lésiner (ici)** : se retenir.

## À ton service, maman !

Elle ne le refusera pas ! Pendant une journée, occupe-toi du ménage, de la vaisselle et du rangement. Commence par ta chambre en changeant toi-même tes draps, en ramassant tes chaussettes sales et en rangeant tes jouets. Ensuite, tu peux t'attaquer au désencombrement du reste de la maison. Pour ne pas t'ennuyer en faisant les tâches ménagères, n'hésite pas à mettre un peu de musique pour de la bonne humeur.



Les mamans sont souvent surchargées, courent dans tous les sens et n'ont pas une seconde pour prendre soin d'elles. En allégeant la charge de travail de ta maman, tu lui permettras de souffler un peu et de se détendre devant sa série préférée ou en lisant un livre.

## Le savais-tu ?

La Fête des mères est une très vieille tradition. Celle-ci tient ses origines de la Grèce et de Rome. À l'époque antique, ils dédiaient chaque année, au printemps, une cérémonie en l'honneur de Rhéa (chez les Grecs ou Cybèle chez les Romains). Elle est considérée comme la mère des dieux, dont Zeus. Cette tradition s'est poursuivie chez les Gaulois (comme Astérix et Obélix !) et a évolué pour devenir, des siècles plus tard, telle que nous la connaissons.

**Rescue**  
 Yourself from  
 Dengue, Malaria, Chikungunya...

**MOSQUITO REPELLENTS**

Rescue Mosquito Repellent Spray (60 ml)  
 Rescue Mosquito Repellent Roll-On (50 ml)  
 Rescue Mosquito Repellent Stick (75 ml)



**Imaan Khadir, 15 ans**

# «Ce sont les mots qui m'écrivent»

Elle est curieuse, maladroite et drôle ! Elle a 15 ans et le 27 avril, elle a sorti son tout premier livre, «Devenir». Entretien avec une jeune poétesse en quête d'elle-même.



choses qui m'ont inspirée : mes baskets, une fourmi... L'autre jour, ma cousine m'a mise au défi d'écrire un poème sur un pet et c'était plutôt réussi ! (rires)

● **À quel âge as-tu commencé à écrire ?**  
 J'ai débuté en 2016. Quand j'avais 12-13 ans. Un jour, j'étais sur mon toit avec un carnet. À un moment, un oiseau m'est passé au-dessus de la tête et les mots me sont venus. C'était le déclic.

● **Y a-t-il vraiment 150 poèmes dans ton livre ?**  
 Un peu plus de 150. Je les ai écrits en deux mois environ. Je m'étais donné moins de temps, mais j'avais les examens de la Form 5.

● **Qu'est-ce que ça représente pour toi d'être publiée à 15 ans ?**  
 Je compte dédier ma vie à inspirer les autres. C'est un grand honneur et ce n'est certainement que le début. J'en profite aussi pour dire que n'importe qui aurait pu être à ma place. Si moi j'ai pu le faire, ne laissez rien vous arrêter dans la poursuite de vos rêves !

● **Pourquoi doit-on lire «Devenir» ?**  
 Parce qu'il est super ! (rires) Plus sérieusement, c'est le parcours d'une fillette de 15 ans qui cherche des réponses. Ce livre t'apprend que l'âge n'est pas une limite quand il s'agit d'un voyage spirituel et j'espère de tout mon cœur que le moindre message est transmis à travers mes mots.

● **Parle-nous de ton recueil de poèmes.**

«Devenir», c'est un livre qui peut être compris à la fois par un enfant de cinq ans et un adulte de 40 ans. J'ai fait de mon mieux pour qu'il soit universel. C'est une conversation entre le papier, moi et les choses qui nous entourent. Je crois que c'est cette relation avec les choses qui nous construisent. Nous devenons alors nous-mêmes. Je n'écris pas, ce sont les mots qui m'écrivent... J'ai laissé ma plume courir librement.

● **Qu'est-ce qui t'inspire ?**

Tout ! Je peux m'inspirer de n'importe quoi ! Dans mon recueil, je dédie mes poèmes aux



«Mélange d'émotions fortes», «exceptionnelle», «magique», etc. Les mots pour décrire leur récent voyage pédagogique à La Réunion ne manquent pas aux élèves de la CM2-4 de l'École du Centre (EDC). Du 1<sup>er</sup> au 6 avril, accompagnés de leurs maîtresses, ils ont posé leurs valises au centre de L'Étang-Salé, dans le sud-ouest de l'île. Ils sont allés à la découverte du pays et se sont imprégnés de sa culture. Ils nous racontent.

**Génial**

Randonnée à Plaine-des-Cafres, le mardi.



Des talents pas si cachés au spectacle culturel, le jeudi.

**Parfait**

Découverte de la musique traditionnelle réunionnaise, le dernier soir.



**CARNET DE VOYAGE**

**L'île de la Réunion, l'inoubliable**

**Fantastique**

**Émotionnel**

Au Piton de la Fournaise, le mercredi.



Atelier de boulier chinois avec les copains réunionnais, le jeudi.

**Magique**



**Incroyable**

Les enfants faisant découvrir la culture mauricienne à un historien en lui chantant un séga, le mardi soir.

**lundi** Leurs journées étaient réglées comme du papier à musique. Pour pouvoir faire un maximum d'activités, ils devaient respecter un emploi du temps serré, avec des visites et des rencontres les unes plus intéressantes que les autres prévues chaque jour. Le premier contact avec la culture n'a pas tardé. Le lundi, leur arrivée a été marquée avec un délicieux plat **péi**. «Du riz, de l'agneau sauté et des légumes grillés.» En soirée, une conteuse était présente. «Elle nous a parlé de Grand-mère Kalle», un personnage folklorique.

**mardi** Le lendemain, les petits aventuriers se sont mis en route pour leur première destination : la Cité du volcan, à Plaine-des-Cafres, un plateau situé entre le Piton de la Fournaise et le Piton des Neiges. C'était le dépaysement total ! Et au musée de la Cité du volcan, «il y avait des pierres volcaniques. Elles étaient impressionnantes !»

**mercredi** Mercredi, c'est la Plaine-des-Sables qu'ils ont foulée. Avec son désert au sol rougeâtre, c'est comme marcher sur la

lune ! «Après on a marché jusqu'au Piton de la Fournaise. Tout le monde voulait chercher des pierres. On était impatients de voir le volcan.»

**Jeudi** C'était sans doute le jour le plus attendu ! Après une année à envoyer des cartes, des lettres et histoires à des élèves de CM1/CM2 d'une école réunionnaise, les jeunes correspondants se sont rencontrés pour la première fois à l'école de ces derniers, à La Saline, le jeudi.

**Extraordinaire** Au programme : un défi lecture de

quatre albums qu'ils ont lus en commun sur l'année et des ateliers. «On a aussi fait un spectacle avec des instruments.» C'était un moment de partage qui leur tenait à coeur. «Quand on a pris le bus pour rentrer, beaucoup de gens ont commencé à pleurer.»

**vendredi** Vendredi, le dernier jour, ils sont allés à Kelonia. «C'est un centre où on recueille les tortues qui sont blessées et malades.» Elles y sont soignées, puis relâchées. Et

c'est en beauté qu'ils ont fini la semaine. «On a reçu Charles, qui nous a appris le maloya», la musique traditionnelle. Ensuite, c'était la fête toute la soirée ! Les élèves de la CM2-4 sont peut être de retour à Maurice, mais ils ont définitivement laissé une partie de leur cœur à l'île soeur... Inoubliable.

**dico** péi.: local (en créole réunionnais).



**Lifebuoy**  
 SAVON ANTI-BACTÉRIEN  
**LE PLUS VENDU**  
 AU MONDE



# Renforcer les liens d'amour entre toi et tes parents

Comment définirais-tu ta relation avec tes parents ? Te sens-tu aimé ? De quelle manière aurais-tu souhaité qu'ils t'aiment ? De quelle façon tu leur montres ton amour pour eux ?

Dans cet article, nous allons voir ensemble comment renforcer les liens d'amour entre toi et tes parents. Le Dr Campbell nous invite à imaginer qu'il y a en chacun de nous un «réservoir émotionnel» qui ne demande qu'à être rempli d'amour. Tout être humain a besoin de se sentir aimé. As-tu déjà pensé : «Mes parents ne m'aiment pas ?». Le Dr Chapman nous explique qu'il y a cinq langages de l'Amour et que chacun a son propre langage d'amour préféré.

Voici cinq langages d'amour et quelques idées pour remplir ton «réservoir émotionnel» ainsi que celui de tes parents :

■ **Les paroles valorisantes** : tu te sens aimé lorsque qu'on t'encourage et te fait des compliments.

• **Idée** : Dans un endroit visible de tous à la maison, créé un «compte en banque émotionnel». Chaque membre de la famille a un petit pot décoré avec son prénom et tous peuvent y déposer un petit mot doux, un «Je t'aime», des mots d'encouragement et des dessins, etc.

■ **Les moments de qualité** : tu te sens aimé lorsqu'on te consacre un moment spécial et qu'on te donne de l'attention.

• **Idée** : Propose un temps sans écran et organise un jeu de société en tête à tête avec un de tes parents ou en famille. Exemple de jeu : le tourbillon du bonheur (à droite). Il te faudra un dé, un pion par joueur et imprimer le dessin disponible sur [www.scholavie.fr](http://www.scholavie.fr) ou créer le tien avec tes propres idées, envies, besoins et langages de l'amour préférés!

■ **Les cadeaux** : tu te sens aimé lorsque tu reçois un cadeau, peu importe sa valeur. L'important, c'est le geste. Tu es alors très reconnaissant envers celui qui te l'a offert, l'utilises longtemps et en prends grand soin.

• **Idée** : Invite les membres de ta famille à s'offrir de petits cadeaux même en des occasions qui ne sont pas spéciales. Ex : une fleur fraîchement cueillie, une

carte dessinée, etc.

■ **Les services rendus** : tu es sensible et tu exprimes une grande gratitude envers ceux qui te rendent service, et tu aimes également rendre service aux autres en signe de ton amour pour eux.

• **Idée** : Réunis ta famille et, ensemble, faites une liste des besoins et des choses à faire et qui veut faire quoi. Ex : aider pour les devoirs, mettre le couvert et débarrasser la table, faire la cuisine, etc.

■ **Le contact physique** : tu apprécies les bisous, les câlins, d'être pris dans les bras ou par la main, d'être cajolé et les chatouilles, ... Le toucher est l'un des premiers langages d'amour entre un bébé et ses parents. Le bébé se sent aimé et en sécurité grâce à ce puissant langage. Cependant, à l'adolescence, ton corps change ainsi que ta relation avec tes parents. Tu peux te sentir gêné lorsque tes parents te montrent leur amour par le contact physique. Cela ne veut pas dire que ce n'est plus ton langage d'amour préféré, mais seulement que la façon de te l'exprimer doit évoluer tout comme toi tu évolues.

• **Idée** : Partage avec ta famille les façons dont tu aimes être en contact avec eux. Dis-leur également quels sont les moments les plus appropriés : seul ou en présence des autres, lorsque tu es triste,

## LE TOURBILLON DU BONHEUR



joyeux, après une colère, avant de te coucher, à n'importe quel moment...

Après avoir lu cet article, poses-toi les questions suivantes : quel est mon langage d'amour préféré ? De quelle manière je me sens le plus aimé ? Quel langage d'amour j'utilise le plus ? Ces questions t'aideront à identifier ton langage d'amour préféré. Partage-le à tes parents, frères et sœurs pour qu'ils puissent mieux te connaître et te rejoindre sur ta façon de te sentir aimé. Demande-leur aussi d'identifier leur langage d'amour préféré pour que tu puisses à ton tour faire attention à comment remplir leur «réservoir émotionnel».

### Idées lecture pour les parents :

«Les langages d'amour des enfants/adolescents» de Gary Chapman  
[www.creativechild.com](http://www.creativechild.com)  
[www.apprendreaeduquer.fr](http://www.apprendreaeduquer.fr)

**Teresa Lim Kong**  
 Psychologue clinicienne  
 Action for Integral Human  
 Development (logo SeDEC,  
 counselling et Zippy)  
 Membre de la Société des  
 Professionnels en  
 Psychologie



# ENSEMBLE, LUTTONS CONTRE LES CARIES.

CHAQUE SOURIRE COMPTE



**Signal**

*One&Only*

LE SAINT GÉRAN

Mauritius



## YOUNG ADVENTURERS

**MUR 9,500:** 5-day package (Monday - Friday)  
**MUR 2,000:** Daily package including lunch  
**Age:** 3 - 7 years old | **Time:** 10 am - 3 pm

A call for young adventurers! We take fun to the next level with a dedicated program full of fun and exciting activities. Hang out with new friends and explore the lively side of holidays.

- Fishing
- Scavenger Hunt
- Gardening
- Kids Baking Club
- Mini Golf Fun
- Pool Games
- Cool Crafts
- Kids Fitness / Yoga

## JUNIOR MASTER CHEF

**MUR 12,000:** 5-day package (Monday - Friday)  
**MUR 2,500:** Daily package including lunch  
**Age:** 8 - 15 years old | **Time:** 10 am - 3 pm

Aspiring chefs embark on a delicious journey to learn the culinary arts and creations of our talented chefs and to savour yummy recipes without forgetting to indulge in our surprises.

- Sushi Roller Coaster
- Pizza Creation
- Culinary Basics
- Cupcake Champions
- Fruits Kebab Creation
- Mocktail Creation
- Mini Golf Fun
- Snorkeling
- Kayaking

## TENNIS & PADEL CAMP

**MUR 13,000:** 5-day package (Monday - Friday)  
**MUR 2,500:** Daily package including lunch  
**Age:** 8 - 15 years old | **Time:** 10 am - 3 pm

Our young athletes camp opens its doors to those who believe practice makes perfect. Indoor and outdoor activities will make merry your holidays with sporty and active thrills.

- Tennis and Padel
- Fitness Camp
- Young Athletes Cooking Class
- Mini Golf Fun
- Snorkeling
- Kayak
- Glass Bottom Boat

## TEENS EXTREME

**MUR 13,500:** 5-day package (Monday - Friday)  
**MUR 2,800:** Daily package including lunch  
**Age:** 13 - 15 years old | **Time:** 10 am - 3 pm

Pave your way to our address for adrenaline rushes where an array of exciting escapades will fill your holidays with memorable experiences in our luxurious sanctuary.

- PADI Initiation
- Hobie Cat Initiation
- Scuba Diving Initiation
- Water Ski
- Island Explorer by Kayak
- Snorkeling with a Marine Biologist
- Cooking Class
- Teens Fitness

### TERMS AND CONDITIONS:

- Summer Camp packages should be purchased for five consecutive days from 2<sup>nd</sup> to 20<sup>th</sup> July 2019 (from Monday to Friday from 10 am - 3 pm).
- The packages are non-transferable and cannot be exchanged for cash or combined with any other kind of promotions.
- Summer Camp packages have limited slots available, pre-booking and payment are required five days in advance. Payment is non-refundable prior to start of camp.
- Summer Camp packages are inclusive of daily lunch and healthy snacks.
- One&Only Le Saint Geran reserves the right to amend the Summer Camp packages without prior notice.



ONE&ONLY LE SAINT GÉRAN  
Pointe De Flacq  
Mauritius

For more information or reservation:  
T. 401 1688  
E. Club.Reception@oneandonlysaintgeran.com



### RIVERLAND SPORTS CLUB

#### Le Swim & Run



Amateurs de course à pied et d'endurance, ne ratez pas ce rendez-vous. Il consistera en une course à pied de 1 km et d'une nage en piscine de 50 m pour les enfants de 9 à 11 ans et en une course à pied de 1,5 km et d'une nage en piscine de 100 m pour les adolescents de 12 à 15 ans.

**Lieu :** Riverland Sports Club, Tamarin  
**Date :** samedi 18 mai  
**Âge :** 9 à 15 ans  
**Frais d'inscription :** Rs 200

### FESTIVAL DE MUSIQUE

#### La Isla 2068

Musique, «live paintings», ateliers, ventes et dégustations... Ne rate pas ce festival qui se veut futuriste.

**Lieu :** Château de Labourdonnais, Mapou  
**Date :** samedi 11 mai  
**Heure :** De midi à minuit  
**L'entrée :** gratuite pour les -12 ans, entre Rs 600 à Rs 800 pour ados et adultes

### SUPER MUMS À BAGATELLE

Le centre commercial Bagatelle, à Moka, t'invite à célébrer la Fête des mères durant le mois de mai ! Tous les week-ends à partir du 11 mai, de nombreuses activités pour la famille sont prévues !



- Fitness Bootcamp – **Date :** 11 mai
- Concours de jeux – **Date :** 18 mai
- Expo-vente de nourriture – **Date :** 18 et 19 mai
- Photo booth – **Date :** 25 mai
- Brunch pour les mamans – **Date :** 26 mai

### INSTITUT FRANÇAIS DE MAURICE

#### Fête de la Jeunesse



Ce sera une journée dédiée à la culture et à la jeunesse ! Retrouve plus de détails à la page 23.

**Lieu :** Institut français de Maurice, Rose-Hill  
**Date :** samedi 25 mai  
**Heure :** de 9 heures à 18 heures  
**L'entrée :** gratuite

### CINÉ SOUS LES ÉTOILES

#### Inside Out

Et si les petites voix dans notre tête existaient vraiment ? Assiste à la projection en plein air du film «Inside Out» pour en connaître la réponse !

**Date :** samedi 25 mai  
**Heure :** 17 h 30  
**L'entrée :** Rs 250



**Ceres**<sup>TM</sup>  
MEYER JUS,  
POU LAVENIR NOU PAYS

GLORY TO THE  
O MOTHERLAND  
SWEET IS THY  
AS ONE PEOPLE  
IN PEACE, JUST  
BELOVED COUNTRY  
FOR EVER AMEN

INNODIS

# SHAZAM

## Le coup de foudre !

**B**illy Batson est un jeune homme futé, intenable, et un casse-tête pour les services sociaux de Philadelphie. Ce n'est pas un mauvais gamin, loin de là, mais il fugue, famille d'accueil après famille d'accueil, pour retrouver sa mère... jusqu'à ce que la famille Vasquez l'accueille. Ce ne sera pas la seule main tendue. Billy va croiser un sorcier à la recherche d'une âme pure pour transmettre ses pouvoirs : la sagesse de Salomon, la force d'Hercule, l'endurance d'Atlas, la puissance de Zeus, le courage d'Achille et la vitesse de Mercure ! Il suffit à Billy de crier «Shazam !» pour se transformer en super-héros. D'abord séduit par ses nouvelles forces et leur côté cool, il déchantera très vite lorsqu'un vilain, le Dr Thaddeus Sivana, se présentera à lui pour tenter de le détruire.

### Des raisons d'aller voir ce film :

- Fini les histoires du super-héros toujours lugubre et sérieux. Avec un ado dans le corps sculpté d'un adulte, Shazam promet de te faire pleurer... de rire !
- Pas besoin de voir 10 films pour comprendre ce qui se passe dans celui-ci. Même si Shazam fait partie de l'univers DC, le film peut être vu seul.
- Les héros du film ont presque le même âge que toi ! C'est un film purement dédié aux ados.
- Ce n'est pas un remake mais bien la première fois que Shazam arrive sur les écrans.
- Le costume de Shazam est fait dans la pure tradition des années 80, avec cape et collants !



### Tu risques de ne pas aimer si :

- Tu n'aimes pas les histoires de super-héros.
- Les blagues d'ados, tu les trouves débiles.
- Tu es davantage fan des Avengers que de la Ligue des Justiciers.

### Verdict

L'univers DC retrouve enfin son sourire après la Ligue des Justiciers qui n'a pas répondu aux attentes du public.

### Fiche ciné

**Genre :** Super-héros, comédie familiale, teen movie

**Durée :** 2 h 12 min  
**Visa :** PG -12

**Acteurs :** Zachary Levi, Asher Angel, Jack Dylan Grazer, Mark Strong, Djimon Hounsou  
**Réalisateur :** David Sandberg

### Coin savant

## Encre invisible au jus de citron



### Ce dont tu auras besoin

- Un citron
- Un presse-citron
- Un récipient pour le jus
- Une plume, un pinceau ou une autre pointe
- Du papier
- Un sèche-cheveux
- Un fer à repasser
- Une planche à repasser

### Les étapes

- Presse le citron et récupère le jus.
- Trempe ton pinceau, ta plume ou tout autre outil d'écriture dans le jus de citron.
- Écris ton message ou dessine-le. Pour que l'encre sèche plus vite, tu peux même utiliser un sèche-cheveux. L'encre alors est invisible.
- Pour le faire réapparaître, il te faudra chauffer la feuille. Avec un fer à repasser par exemple. Mais, attention, si tu le laisses trop longtemps sur ton papier, celui-ci risque de brûler. Et le message avec.
- Si tu as bien suivi les étapes, ton message devrait apparaître, comme par magie.



### Comment ça marche ?

Eh oui, le citron ne s'utilise pas qu'en cuisine ! (In)visiblement, il a d'autres utilités. Le jus de citron est rempli d'hydrates de carbone. Ce sont des substances qui se trouvent en grande quantité dans tous les êtres vivants, que ce soit les plantes ou les animaux. Ce sont des sucres qui ne supportent pas la chaleur. À son contact, ils carbonisent ou se caramélisent. Donc, le jus devient jaune-brun et, ainsi, visible. Tu peux aussi essayer cette expérience avec du jus d'orange ou de pamplemousse.

### Instagram Alert

## Trois comptes à suivre



**Tinkerlab (@tinkerlab)**  
Ce compte Instagram animé par Rachelle Doorley est une vraie boîte aux trésors pour les adeptes de DIY. Objets déco, art, poterie, tu y trouveras de quoi occuper tes mains tout au long du mois de mai !



**Beth Jackson Klosterboer (@hungryhappenings)**  
Tu aimes la cuisine et surtout impressionner grâce à tes plats ? Alors, rends-toi sur la page de Hungry Happenings pour des recettes faciles à réaliser et rigolotes, qui plairont à toute la famille !



**The House that Lars Built (@houselarsbuilt)**  
Tu veux faire un peu de déco pour embellir la maison à l'occasion de la Fête des mères ? Tu ne seras pas déçu. Ce compte regorge d'idées en tous genres qui vont t'épater.

### Coin lecture

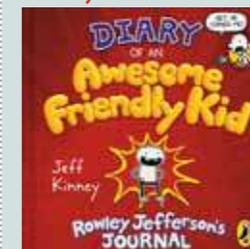
C'est la **ration** mensuelle de livres à te mettre sous la dent (à consommer sans modération) ! On t'invite à jouer au petit détective avec le Club des Cinq et à te tordre de rire grâce à une biographie ratée. Et pour finir, sais-tu ce qui se passe lorsque tu délaisses tes responsabilités ? Janjay, elle, a la réponse...

### Le Club des Cinq et le cirque de l'étoile, Enid Blyton

Un cirque vient de s'installer dans la région de Kernach ! C'est décidé : François, Claude, Mick et Annie vont camper près du chapiteau. Ils font bientôt la connaissance de Pancho, un jeune dresseur de chevaux. Mais les enfants ne tardent pas à s'apercevoir que Carlos, le clown, et Dan, l'acrobate, se livrent à de mystérieuses activités...  
**Disponible à Bookcourt à Rs 250.**



### Diary of an Awesome Friendly Kid, Rowley Jefferson

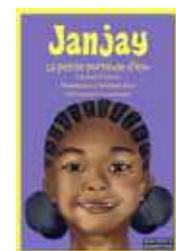


Greg est un écrivain populaire en devenir. Après tout, il a raconté sa vie d'écolier dans *Diary of a Wimpy Kid*, en 13 tomes. Il veut donc faire sa **biographie** et confie cette tâche à son ami, Rowley. Sauf que Rowley n'est pas un écrivain aussi talentueux que lui et a fait de son histoire un désastre hilarant...

**Disponible à Rs 390 aux Éditions le Printemps.**

### Janjay : la petite porteuse d'eau, Chantal Victoria

Oh non ! Janjay, qui vit au Liberia, a abandonné la corvée dont elle est chargée pour jouer avec une amie. Et à cause d'elle, sa famille se retrouve à court d'eau. Janjay découvrira vite les conséquences de son acte et apprendra le sens des responsabilités. (*Version bilingue français-anglais*).



**Disponible à Rs 80 à la librairie Le Cygne.**

### Disco

**Biographie :** un livre qui raconte la vie de quelqu'un.  
**Ration :** lot.



GLUTEN FREE  
GELATINE FREE  
NUT FREE

**36 Amazingly Tasty Flavours**



**THE JELLY BEAN FACTORY**

**FLAVOUR YOUR DAY!**

**THE JELLY BEAN FACTORY**  
Gourmet Jelly Beans  
100% natural flavours  
36 COMBINATION FLAVOURS

E.A.L. MAN HIN & SONS LTD.  
CONSUMER GOODS DIVISION  
TEL: 2036398

# Il était une fois... la Fête de la Jeunesse !

Une fête rien que pour toi ! L'Institut français de Maurice (IFM) revient avec la cinquième édition de la Fête de la Jeunesse. Durant toute une journée, il y aura tout plein d'activités qui te seront proposées !



**T**u connais Lilet et Gaspar ? Ou encore Tizan ? Tes personnages préférés de contes mauriciens t'invitent à les rejoindre pour la Fête de la Jeunesse à l'Institut français de Maurice (IFM). Lors de cette journée dédiée aux jeunes, l'IFM te propose de rencontrer plusieurs auteurs mauriciens de livres de jeunesse.

Il y aura une multitude d'ateliers au cours de la journée avec des auteurs comme Amarnath Hosany, Yianna Amodine ou encore Brigitte Masson. Tu pourras également en apprendre plus sur les illustrations et caricatures avec les dessinateurs Guillaume Clarisse, Laval Ng, Munavvar Namdarkhan et POV. Si tu aimes le slam et la poésie, ne rate surtout pas l'atelier de Ziad Peerbux !

Un spectacle musical assez particulier t'attend également lors de cette journée. Le duo Anak Anak, qui vient de France, te racontera des histoires drôles et sérieuses du monde tout en chantant ! Poésie et musique s'entremêlent

dans une symphonie de bruits. Car Anak Anak ne joue pas d'instrument de musique, non ! Son truc à lui, c'est d'utiliser les objets de tous les jours – oreiller, aspirateur, vieux saladier ou même vilaine chaussure – pour créer une mélodie.

Lors de cette journée, plusieurs librairies seront présentes pour la vente de livres. Tu pourras certainement faire de bonnes affaires ! L'équipe de l'express Junior sera aussi présente pour discuter avec toi ! Rendez-vous à l'IFM, à Rose-Hill, le samedi 25 mai de 9 heures à 18 heures !

**Duo Anak-anak**  
**Super ordinaire !**  
Histoires chantées avec morceaux de bruits



JM

# SUPRA VIT®

For  
Kids

FRESH STRAWBERRY  
FLAVOUR



## The Vitamins You Need



## CES GESTES DE TOUS LES JOURS

Être écolo, ça commence à la maison. Tu les fais par **automatisme** et ne t'en rends souvent pas compte, mais certaines de tes habitudes nuisent à la planète à cause de leurs **répercussions** sur l'environnement. Tu veux devenir un éco-citoyen ? C'est facile et voici comment !

Utilise les deux côtés de ta page



Au lieu de te servir d'une nouvelle feuille alors que tu as toujours de l'espace, pense à retourner celle-ci pour utiliser l'autre côté. Tu aideras ainsi à préserver les arbres qui sont utilisés dans la fabrication de papier.

Utilise une boîte pour le goûter

Finis les emballages en plastique pour ton sandwich. Propose à tes parents de t'acheter une boîte. À long terme, tu utiliseras moins de plastique et tu feras même des économies. Troquer tes bouteilles en plastique contre une gourde est aussi une bonne idée !

dico

Automatisme : par habitude.  
Répercussion : conséquence.

Ferme le robinet pendant que tu te laves les dents

Laisser couler l'eau, c'est du gaspillage. Quand tu te brosses les dents, ce sont environ 12 litres d'eau par minute qui se perdent si tu laisses le robinet ouvert !



Trie tes déchets

Ne mélange pas le plastique et le papier lorsque tu les jettes ! Les pots de yaourt et les briques de jus vont donc chacun de leur côté. Une fois séparés, ces déchets peuvent être recyclés et transformés en d'autres objets pour avoir une seconde vie. Comme, par exemple, une bouteille en plastique transformée en super stylo tout neuf.



Recycle les piles usagées de tes jouets

Attention ! Les piles contiennent des métaux toxiques, néfastes pour nous et pour notre environnement ! Ne t'en débarrasse pas dans la poubelle normale, car elles sont recyclables. Il te suffit de les disposer dans une boîte et remettre celle-ci à une borne dédiée à la collecte.



Éteins la lumière en quittant une pièce

Il nous arrive tous de laisser la lumière allumée en quittant une pièce. Sauf que c'est du gaspillage d'électricité. Éteindre la lumière en sortant est un éco-geste simple qui ne demande pas d'efforts et qui permettra aussi à tes parents de faire des économies.



# m&m's®



AVEC QUI PARTAGEREZ-VOUS  
VOS m&m's ?



## Cupcakes à la vanille



Tu veux littéralement mettre la main à la pâte pour régaler toute la famille ? Alors essaie notre recette de cupcakes à la vanille !

### Pour 6 cupcakes

- 125 g de farine
- 70 g de sucre
- 80 g de beurre
- 2 oeufs
- 1 sachet de sucre vanillé
- ½ sachet de levure
- 1 c à soupe de crème
- ¼ c à café de sel
- Six caissettes pour cupcakes en papier
- Un moule pour cupcakes en silicone ou en métal

### Pour le glaçage

- 100 g de mascarpone (ou cream cheese)
- 1 c. à soupe de lait liquide
- 1 c. à soupe de sucre vanillé

### Les étapes

1. Préchauffe le four à 190°C.
2. Dans un grand bol, mélange la farine, la levure, le sel et le sucre.
3. Fais fondre le beurre au bain-marie ou au micro-ondes. Puis, ajoute-le au mélange de farine.
4. Mixe avec une spatule jusqu'à obtenir une pâte homogène.
5. Ajoute les oeufs un par un, chaque oeuf doit être totalement intégré au mélange avant de passer au suivant.
6. Ajoute la crème et continue de mixer.
7. Pose les caissettes en papier au fond du moule à cupcakes en silicone ou en métal.
8. Remplis de pâte les moules en papier jusqu'à deux tiers.
9. Place les moules au four et laisse cuire 15 à 20 minutes. Après 15 minutes, vérifie la cuisson en piquant un couteau

au cœur des cupcakes. Les gâteaux sont cuits lorsque la lame en ressort propre.

10. Pendant que tes cupcakes refroidissent, prépare ton glaçage. Mélange le mascarpone, le lait et le sucre vanillé à l'aide d'une batteuse électrique.
11. Mets ton glaçage au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes pour que le mélange durcisse.
12. Quand tes cupcakes ont refroidi, tu n'as qu'à les décorer avec ton glaçage à l'aide d'une pochette et d'une douille. Tu peux décorer avec des billes en sucre ou des paillettes comestibles, selon ton choix.

■ Tu n'as plus qu'à déguster tes cupcakes avec tes parents !





### Des ados «vivent» comme sur Mars

Elle est impressionnante et, pour l'instant, destinée à des élèves. Depuis une semaine, une base spatiale éducative, la «Base Mars 1», est ouverte dans un endroit reculé du désert de Gobi, en Chine. Le but : montrer aux jeunes comment la vie pourrait être sur Mars. La Chine veut que les jeunes s'intéressent davantage à l'espace afin que le pays puisse rattraper son retard dans l'exploration spatiale. La base comprend neuf **modules**. Ceux-ci abritent des lieux de vie, une salle de contrôle, une serre ou un **sas**. À l'ouverture, les adolescents ont enfilé des combinaisons et sont partis en randonnée dans le désert. Ils ont notamment pu y explorer des grottes dans un paysage rappelant celui de Mars.

### CHINE



### SRI LANKA

#### Au moins 45 enfants et adolescents parmi les victimes

Tu as dû entendre parler des attaques **terroristes** qui ont été perpétrées le 21 avril, le jour de Pâques, au Sri Lanka. Plusieurs explosions ont eu lieu dans trois hôtels et trois églises à travers le pays. Celles-ci ont fait plus de 320 morts. Tristement, ce bilan inclut 45 enfants, adolescents et un bébé de 18 mois. Environ 500 personnes ont, elles, été blessées. Les jeunes victimes qui en font partie sont toujours dans les hôpitaux, luttant pour leur vie. Quelques jours après ces attaques, l'organisation terroriste «État islamique» a déclaré en être l'auteur. Elle aurait voulu venger les attaques commises le mois dernier en Nouvelle-Zélande.



### dico

- Astronomie** : science qui consiste à observer les astres.
- Halo** : auréole.
- Imploser** : explosion dont la force est dirigée vers l'intérieur.
- Masse** : densité et volume.
- Module** : partie d'un vaisseau spatial.
- Sas** : espace fermé qui permet de passer d'une pièce à l'autre en ouvrant qu'une porte à la fois.
- Terroriste** : personne qui utilise la peur et la violence pour imposer ses idées.

### PREMIÈRE MONDIALE

#### Un trou noir photographié !

Un rond sombre au milieu d'un **halo** flamboyant. Pour la première fois dans l'histoire de l'**astronomie**, une vraie photo d'un trou noir a été prise et l'image dévoilée. En quelques heures, la photo a fait le tour du monde et a été très commentée. Certains internautes trouvent que le trou noir ressemble à un donut et d'autres disent qu'il ressemble à l'œil du méchant du «Seigneur des anneaux», l'ignoble Sauron. C'est grâce à la collaboration de scientifiques et à des images collectées de plusieurs observatoires éparpillés à travers le monde que la photo a pu être faite.

#### Le savais-tu ?

##### C'est quoi un trou noir ?

**Les trous noirs** :  
\*sont des endroits dans l'espace où la gravité est tellement forte que tout ce qui s'en approche est aspiré. Un trou noir peut engloutir des étoiles entières ! Même la lumière ne peut pas s'en échapper.  
\*se forment lorsque des étoiles géantes n'ont plus d'énergie et **implorent** en fin de vie. L'étoile devient alors minuscule tout en gardant sa **masse**.  
Au centre de notre galaxie, la Voie Lactée, il existe un trou noir supermassif avec une masse égale à celle de 4 millions de Soleil !



### SWEDEN

#### Lifetime employment for doing nothing !

Will you be looking for work in 2025? If you are in Sweden by that time, the Korsvägen train station in Göteborg will offer a unique career opportunity to one lucky person : a job where you can do absolutely nothing at all ! The lifetime position comes with a generous starting monthly salary of \$2320 (about Rs 80 000), which will increase over time, and even holiday time ! The idea comes from Swedish artists Simon Goldin and Jakob Senneby for a design competition organised for the Korsvägen train station, which will open in 2026. The job description only requires the lucky employee to arrive at the station each morning and punch in the clock, which will turn on bright **fluorescent** lights. The person can remain at the station all day – greeting passengers, texting friends, or even napping – or leave and return at the end of the day to clock out.

### ENGLAND

#### Carnivorous piranhas found in lake

The razor-toothed piranhas inhabit the rivers of the tropical Amazon forest. Yet two of these carnivorous freshwater fish were found in Martinwells Lake, in South Yorkshire, England. On both occasions, the ferocious little beasts were found dead and floating in the water. Locals had previously noticed that the lake didn't have as many ducklings as previous spring times. Fish also seemed to be in short supply. Perhaps it's a coincidence, or perhaps a blood-thirsty carnivorous **predator** was on the loose... Local authorities are warning people not to swim or fish in the lake, just in case any more carnivorous suspects are at large. Attacks on humans are rare, but a school of piranhas is capable of causing some real damage to a human by **nipping** at the flesh with their notoriously sharp teeth. The question remains though, how did the fish end up over 8,000 kilometres away in the north of England? It is most likely that the piranhas were once pets but for some reason their owner decided to free them in the lake.



### dico

- Fluorescent** : very bright or glowing colour.
- Mythology** : a collection of tales from long ago.
- Nip** : bite sharply.
- Notoriously** : well-known bad habit.
- Predator** : an animal that hunts other animals for food.

## HELP NAME 2007 OR10

Help astronomers name the largest unnamed world in our Solar System.

#### Your help is needed to name a planet!

Scientists are looking for help in giving the planet, currently known as 2007 OR10, a permanent name. Discovered in 2007, it is the largest unnamed body in our solar system. When it was discovered, the scientists thought the planet was white and named it Snow White. Turns out it is actually one of the reddest objects ever found in the Kuiper Belt. 2007 OR10 is roughly half the size of Pluto and is made of a gas called methane. It also has its own moon. The scientists are asking people to choose one of these three names from **mythology** for the planet:  
· Gonggong – a Chinese water god with red hair and a tail like a snake.  
· Holle – a European winter goddess of fertility and women.  
· Vili – a Norse god who helped his brothers Odin and Vé defeat the frost giant Ymir.  
You can vote on the website <https://2007or10.name> until May 10. The winning name will be suggested to the International Astronomical Union, the authority which makes the final decision about naming a planet.

**meiji**

**HELLO PANDA**

**Tasty, Delicious & Creamy**

Pkt of 21g      Pkt of 35g      Box of 50g

**THE FUN DIP STICK**

Yanyan 44g / 50g

# How to write an acrostic poem



This month's recipe is about how to write Acrostic Poems. Do you know what an acrostic poem is? Well, the word *acrostic* is formed from the Greek word *acros* (outermost) and *stichos* (line of poetry). The acrostic is a poem where the first letter of each line forms a word when you read them looking downward.

Put all the ingredients together and mix well. And remember not to forget to check grammar, spelling and punctuation!

So, follow this recipe and we look forward to reading all your creative entries!!

### Ingredients

- Pen
- Paper
- Imagination
- Name of your mum or the word Mother

### Method

- 1. Choose whether you would like to use your mum's name or Mother's Day.
- 2. Write the subject of your poem vertically (up and down) on a piece of paper.

### NOTE

**M**ulti-tasking Genius  
**O**fficial head of the household  
**T**eacher of Life,  
**H**older of embarrassing secrets  
**E**ncouragement Queen  
**R**ole model forever

■ 3. Then, brainstorm a list of words/ideas to include in the poem. Think of any words that you might use to describe your mum. Don't try to only think of words that begin with the letters in your subject word, list anything you think of. You can make the words/ideas fit later.

■ 4. Next, look through the list of words/ideas. Begin to decide how they might fit into the poem.

■ 5. Work through all the letters of your subject word until you have created a line for each letter. Sometimes this can be tough. The first idea isn't always the best. You may need to think of some new words that describe your subject word to complete your poem.

### NOTE

**M** is for the million things she gave to me  
**O** means only that she's growing old  
**T** is for the tears she shed to save me  
**H** is for her heart of purest gold  
**E** is for her eyes, with love light shining  
**R** means right, and right she will always be

**Put them altogether, and they spell mother, a word that means the world to me.**

So everyone, now you know what to do, get out your thinking caps and send us your Acrostic Poems!! You might have your Poem published worldwide! Fancy making new friends as well as improving your English skills – then why not register for our new Primary English Courses. We have classes in Rose Hill and Northfields International School – or look at our [website www.britishcouncil.mu](http://www.britishcouncil.mu) for more details.

### Competition

Send your Acrostic Poems before the 17<sup>th</sup> May to [L'express Junior](mailto:junior@lexpress.mu) on [WhatsApp](https://www.whatsapp.com/channel/00299a41111111111111) at 59842862 or by mail to [junior@lexpress.mu](mailto:junior@lexpress.mu)

#### Don't forget to include

- Your name
- Your age
- Your school
- Your address
- Your tel no.



Your poem will be published on [lexpress.mu](http://lexpress.mu) and on the British Council page which is read worldwide. You can win a day at a five-star hotel for you and your parents. The other prizes are a lunch with your mum or a holiday course at British Council!

# Celebrate life with Purejoy



CENTRAL  
DISTRIBUTORS  
FOOD DIVISION

parpalat  
**Purejoy**



## Trouve les fautes...

L'extrait suivant est rempli de fautes d'orthographe et de grammaire. Trouve-les !

«Je verrais le jardin beaucoup mieux, se dit Alice, si je pouver arriver au sommet de cette caulline... et voici un sentier qui y menne tout droit... Du moins, non pas tout droit..., ajouta-t-elle après avoir suivi le sentier pendant quelques maîtres, et avoir pris plusieurs tournants brusques, mais je suppose qu'il finira bien par y arriver. Quelle façon bizar de tourner ! On direz plutôt un tirboushon qu'un sentier ! Ah ! Cet fois, ce tournant va à la caulline, je suppose... Mais non, pas du tout ! Il me ramène tous droite à la maison ! Bon, dans cet cas, je vais revenir sur mes pas.»

Extrait de «L'autre côté du miroir», Lewis Carroll

## calcule !

La maman de Léo et de Thierry a acheté un grand sac qui contient 475 bonbons. Thierry mange 84 bonbons en une semaine. Les bonbons sont terminés en 14 jours.

- (i) Thierry a mangé combien de bonbons en un jour ?
- (ii) Léo a mangé combien de bonbons ?

## Mots fléchés

Des drapeaux et leurs pays



## Sudoku

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

Mots fléchés  
1. France  
2. Espagne  
3. Irlande  
4. Belgique

5. Japon  
6. États Unis  
7. Allemagne  
8. Italie  
9. Russie  
10. Chine

calcule !  
(i) 12  
(ii) 307

Trouve les fautes...  
• 1. Pouver - pouvais - • 2. Caulline - colline - • 3. Menne - mène - • 4. Matres - mètres - plusieurs - • 5. Plusieurs - plusieurs - • 6. Bizar - bizarre - • 7. Direz - dirait - • 8. Tirboushon - tire-bouchon - • 9. Tous droite - Tout droit - • 10. Cet - ce

**Find the hidden words associated with Mum's special day**

H	D	V	G	R	A	N	D	M	A	Z	A	H	Z	E
M	O	T	H	E	R	U	R	E	N	N	I	D	G	E
R	S	N	M	E	M	O	R	I	E	S	H	S	L	T
R	S	D	O	J	S	D	R	A	C	H	U	R	P	U
P	Q	C	A	R	I	N	G	A	U	N	T	E	B	B
Q	R	R	O	S	E	S	D	G	D	C	N	T	O	I
S	Y	C	W	K	F	E	S	A	C	K	E	H	U	R
C	P	L	F	N	T	L	Y	J	G	I	R	G	Q	T
X	H	T	I	O	M	D	O	A	U	E	A	U	U	K
I	L	I	V	M	N	A	J	W	T	E	P	A	E	I
S	G	E	L	E	A	G	Y	H	E	C	M	D	T	S
T	D	V	I	D	N	F	G	C	A	R	N	O	Q	S
F	V	R	S	I	R	U	U	N	M	X	S	E	H	E
I	F	N	V	O	A	E	D	U	C	Q	P	K	X	S
G	O	I	W	L	V	Y	N	R	M	Q	G	H	A	V
S	G	N	I	V	O	L	D	B	B	W	C	I	I	B

- |           |         |          |         |
|-----------|---------|----------|---------|
| BRUNCH    | DINNER  | HONOR    | PARENT  |
| BOUQUET   | FAMILY  | HUGS     | ROSES   |
| CANDY     | FLOWERS | KISSES   | SUNDAY  |
| CARDS     | FRIEND  | LAUGHTER | SONS    |
| CARING    | GIFTS   | LOVING   | TRIBUTE |
| CHILDREN  | GIVING  | MAY      |         |
| DAUGHTERS | GRANDMA | MEMORIES |         |
| DEVOTED   | HOME    | MOTHER   |         |

**Readers' corner**

**Friends**

Friends forever  
Care for each other

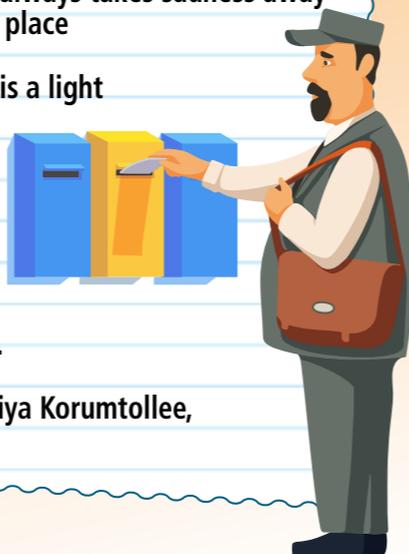
We always share  
And play fair

We always have a smile on our face

Friendship always takes sadness away  
from every place

Friendship is a light

So be friends  
and hold hands  
So that  
we can fly  
in the sky...



From Haadiya Korumtollee,  
10 years

**OBSERVATION PUZZLE**

Spot the 7 differences hidden in these two pictures



