

La petite phrase pour septembre nous vient de **Pascal** qui nous dit :
« Deux choses instruisent l'homme de toute sa nature: l'instinct et l'expérience. »

SOMMAIRE



Dossier du mois la prévention de la grippe page 1 à 3



Les sorties concerts et spectacles autour d'Aix en page 4

Les sorties cinéma du mois de septembre en page 5



Les recettes au micro ondes en page 6



En page 7 le FCJT **Foot reprise le 16 septembre**
Les entraînements de l'équipe du FCJT ont lieu tous les mercredi soir à partir de **20h30.**
rdv 20h00 dans le hall



Et les adresses utiles en page 8

Toute l'équipe du FCJT vous souhaite une bonne lecture et une très bonne rentrée 2009

Grippe A : en France, la circulation du virus reste « limitée »



La France métropolitaine compte 1223 cas probables ou confirmés de la nouvelle grippe recensés depuis le début de l'épidémie, selon le dernier point de l'Institut de veille sanitaire (InVS), arrêté au 18 août. L'InVS estime cependant que la circulation du virus A (H1N1) reste « limitée » dans le pays. La semaine précédente, le nombre de cas probables ou confirmés était de 1058. Sur les 1223 cas désormais recensés, 783 sont confirmés et 440 probables, les cas probables pouvant être considérés comme quasi certains. Et pour que la grippe ne se propage pas nous vous proposons quelques conseils d'hygiène dans ce numéro de septembre. [Dossier prévention des infections virales respiratoires page 2 et 3](#)

Règles d'hygiène essentielles

La vie en collectivité, l'air confiné et la multiplication des déplacements des personnes et des transports de marchandises favorisent la transmission des virus et des maladies infectieuses respiratoires. Le respect des règles d'hygiène permet de limiter ces risques. **Les principaux modes de transmission des virus sont :**

- * La voie aérienne, c'est-à-dire la dissémination dans l'air de virus par l'intermédiaire de la toux, de l'éternuement ou des postillons ;
- * Le contact rapproché avec une personne infectée par un virus respiratoire (lorsqu'on l'embrasse ou qu'on lui serre la main) ;
- * Le contact avec des objets contaminés par une personne malade.

En cas de pandémie, le respect de mesures d'hygiène élémentaires est une règle indispensable pour limiter les risques de contamination. Ces règles d'hygiène essentielles concernent :

- * Le lavage de mains ;
- * Le mouchage ;
- * Le nettoyage des objets et des surfaces ;
- * Le traitement des déchets ;
- * La limitation des contacts physiques ;
- * Le port de masques.

Leur respect est très important en situation de pandémie. Elles sont également utiles en cas de grippe saisonnière.

Il est important pour vous qui vivez au sein du FCJT d'éviter de vous réunir dans les lieux exigus que sont vos chambres, ainsi que d'utiliser les ascenseurs. Profitez du hall qui sera aéré pour vous réunir et prenez les escaliers pour évitez les ascenseurs sans aération.

Traitement des déchets et ordures

Tous les déchets d'un malade atteint d'une grippe (masques, mouchoirs, serviettes en papier...) sont contagieux et doivent être éliminés avec le plus grand soin.

* Ces déchets doivent être mis dans une poubelle si possible munie d'un couvercle et équipée d'un sac plastique ;

* Le sac doit être fermé hermétiquement, sans emprisonner d'air ;

* Il est recommandé de doubler le sac au cas où il se déchirerait pendant la collecte des ordures ménagères ;

* Il peut alors être jeté dans la poubelle des ordures ménagères.

Après avoir jeté le sac, le lavage des mains est essentiel.



Foyer Club des Jeunes Travailleurs de Provence
Pôle d'activités d'Aix les Milles rue Albert Einstein

Bp 134000 13974 Aix en Provence cedex 3
Téléphone : 04.42.97.67.07 fax : 04.42.39.41.47

Fcjt.aixenprovence@free.fr

<http://perso.orange.fr/fcjt.aix-en-provence>

Le mariage permet de résoudre à deux les problèmes qu'on ne se posait pas tout seul.

[Tristan Bernard]

GRIPPE A (H1N1)

La nouvelle grippe A/H1N1 est une infection humaine par un virus grippal qui infecte habituellement les porcs. Dans l'épidémie actuelle, les virus isolés chez les malades sont des virus qui appartiennent à la famille A/H1N1. Dans le cas présent, ce n'est pas une grippe porcine. C'est une infection à un virus qui s'est développé chez le porc mais qui maintenant se transmet d'homme à homme. Ce virus est différent du virus H1N1 de grippe saisonnière, virus d'origine humaine qui circule habituellement. Les symptômes sont ceux d'une grippe : fièvre supérieur à 38°, courbature ou asthénie et toux ou dyspnée.

Comment se protéger des infections virales respiratoires ?

Grippes, bronchiolites, bronchites, rhinopharyngites, rhumes

Les virus respiratoires se transmettent principalement par des gouttelettes émises : soit directement lors de la toux, l'éternuement, la parole, par le biais de la salive, des postillons, des écoulements du nez, soit indirectement, par les mains, et parfois les objets (linge de toilette, jouets, tétines, poignées de porte, etc.). Pour éviter de transmettre une infection virale à une autre personne, des mesures d'hygiène simples, « de bases », peuvent être appliquées au quotidien.

Je ne suis pas malade

Je veux éviter d'attraper une infection virale : comment me protéger ?

Je me lave les mains plusieurs fois par jour

Comment ?

- avec de l'eau et du savon ou une solution hydro alcoolique ;
- durant au moins 30 secondes ;
- et je me sèche les mains avec une serviette personnelle ou jetable.

Quand se laver les mains ?

- en rentrant au domicile ;
- après chaque contact avec un malade, le matériel qu'il utilise ou ses effets personnels ;
- après s'être mouché, avoir toussé, éternué, craché... (dès que possible après) ;
- avant de préparer les repas ou de manger ;
- après être allé aux toilettes.



frotter la paume des mains



...l'extérieur des mains



...entre les doigts



...les ongles et le bout des doigts



Je suis malade (j'ai le nez qui coule, je tousse, j'éternue...).

Je veux éviter de transmettre mon infection à mes proches : comment les protéger ?

J'applique des gestes simples et essentiels d'hygiène

- lorsque je tousse ou que j'éternue, je me couvre la bouche et/ou le nez avec un mouchoir ou ma main, puis je me lave les mains dès que possible ;
- je me mouche ou je crache dans des mouchoirs en papier à usage unique que je jette dans une poubelle couverte, puis je me lave les mains dès que possible.



Je pense à adopter quelques réflexes de prévention

- j'évite de serrer les mains, d'embrasser (baisers, bisous...) ;
- je ne partage pas mes effets personnels (couverts, verre, brosse à dent, serviette de toilette...) ;
- j'évite les lieux de rassemblement, les lieux très fréquentés... ;
- en présence d'un nourrisson ou d'une personne fragile (malade, personne âgée), je porte un masque chirurgical (que je peux trouver en pharmacie). Je le change dès qu'il est mouillé. Je ne le réutilise pas. Je le jette dans une poubelle couverte, puis je me lave les mains.



une fois les mains lavées, prendre le masque, le bord rigide vers le haut



placer le masque sur votre visage et attachez-le



mouler le haut du masque sur la racine du nez



abaisser le bas du masque sous le menton



La condition même de la science est de croire que tout est explicable naturellement, même l'inexpliqué.
[Joseph Ernest Renan]

Dossier prévention de la grippe (suite)

Quels conseils pour protéger les enfants ?

Je pense

- à me laver les mains avant de m'occuper d'un enfant, et particulièrement d'un bébé
- à aérer sa chambre tous les jours ;
- à lui prendre un jouet pour patienter en salle d'attente d'un professionnel de santé ;
- à porter un masque chirurgical avant de m'occuper d'un bébé si je suis malade.

J'évite

- d'emmener un nourrisson dans les lieux publics (transport en commun, centres commerciaux, bains de foule, etc.).

Je leur apprend

- à se couvrir la bouche et le nez quand ils toussent ou quand ils éternuent ;
- à se moucher ;
- à se laver les mains et se les sécher ;
- à ne pas échanger les tétines, les biberons, les couverts ;
- à rester à distance des personnes quand elles sont malades.

...et leur explique pourquoi

DES GESTES SIMPLES POUR LIMITER LES RISQUES DE TRANSMISSION



LAVEZ-VOUS LES MAINS PLUSIEURS FOIS PAR JOUR AVEC DU SAVON OU UTILISEZ UNE SOLUTION HYDROALCOOLIQUE

LORSQUE VOUS ÉTERNUEZ OU TOUSSEZ, COUVREZ-VOUS LA BOUCHE ET LE NEZ AVEC VOTRE MANCHE OU UN MOUCHOIR À USAGE UNIQUE



EN CAS DE SYMPTÔMES GRIPPAUX, APPELÉZ VOTRE MÉDECIN TRAITANT CONTACTEZ LE 15 UNIQUEMENT

EN CAS D'URGENCE



- 1- **Mouillez**-vous les mains avec de l'eau
- 2- **Versez** du savon dans le creux de votre main
- 3- **Frottez**-vous les mains de 15 à 20 secondes : les doigts, les paumes, le dessus des mains et les poignets

- 4- **Entrelacez** vos mains pour nettoyer la zone entre les doigts
- 5- **Nettoyez** également les ongles
- 6- **Rincez**-vous les mains sous l'eau
- 7- **Séchez**-vous les mains si possible avec un essuie-main à usage unique
- 8- **Fermez** le robinet avec l'essuie-main puis jetez-le dans une poubelle



La tribune des résidents

Cette page est à vous !!! Petites annonces, achats, ventes, Recherche de matos, annonces amoureuses... Blagues ou simplement un coup de gueule, exprimez vous ici !! Apportez vos annonces, articles ou questions sur le FCJT à Christophe à l'espace vie ou à David à la salle multimédia et nous vous répondrons et ferons paraître vos messages. On vous attend...

Cet été la rédaction de l'infos mag n'a reçu aucun article, question et même annonce émanant des résidents! Ce qui est très regrettable, donc cet espace qui vous est alloué pour que vous puissiez vous exprimer restera un peu vide, mais nous comptons sur vous pour nous transmettre vos demandes, annonces ou articles pour le prochain infos mag qui sortira début octobre. (david.fcjt@hotmail.fr pour les mails ou par msn , je vous attends!)

Une demande de formation à la création de site Internet nous a été demandé par un résident!

j'appelle tous ceux qui ont un projet de faire un site Internet (personnel ou pas) à venir s'inscrire à la vie collective, auprès de David en salle informatique, pour établir un planning et de faire un groupe de travail un jour par semaine sur ce sujet. On débutera la formation dès octobre si il y a assez de participants!

En attendant protégez vous (grippe et autres maladies contagieuses) et n'hésitez pas à venir nous voir.

Infos concerts et spectacles autour du pays d'Aix

MAMBO SACHA Marseille (13) - Kiosque De La Place Leon Blum A Marseille le Mercredi 09 Septembre 2009 à 18h00

LENNY SELLAM à Marseille (13) - L'archange A Marseille du 10 Septembre 2009 au 26 Septembre 2009 de 16.8 € à 19.8 €

SARAH QUINTANA à Marseille (13) - La Meson A Marseille le Jeudi 10 Septembre 2009 à 20h00

YVAN CUJIOUS à Aix En Provence (13) - Piccolo Theatre A Aix En Provence

du 10 Septembre 2009 au 12 Septembre 2009

LA RELEVE à Vitrolles (13) - Domaine De Fontblanche A Vitrolles dans le cadre du festival

FETE LA PAIX le Vendredi 11 Septembre 2009

NOELLE PERNA (MADO)

à Carnoux (13) - Artea / Espace Arts Et Loisirs De Carnoux du 11 Septembre 2009 au 12 Septembre 2009 36 €

JONATHAN SOUCASSE / LA FANFARE SAMENAKOA à Marseille (13)

- Espace Mistral (Estaque) A Marseille dans le cadre du festival UN PIANO A LA MER le Vendredi 11 Septembre 2009 à 21h00

LAZYBONES / NITWITZ / RESCUE RANGERS à Marseille (13) - Le Poste A Galene

le Vendredi 11 Septembre 2009 à 21h00 6 €

LOUISE BOURIFFE à Aix En Provence (13) - La Fontaine D'argent A Aix En Provence du 08 Septembre 2009 au 26 Septembre 2009 de 13.7 € à 18.7 €

ENSEMBLE PARNASSIE DU MARAIS à Aix En Provence (13) - Cloître Des Oblats A Aix En Provence dans le cadre du festival NUITS D'ETE A AIX le Samedi 12 Septembre 2009 16.8 €

LAZULI / MANU LARROUY / OPRAM / WARM TOUCH à Vitrolles (13) - Domaine De Fontblanche A Vitrolles dans le cadre du festival FETE LA PAIX le Samedi 12 Septembre 2009

ADAM BEYER / DAVE CLARKE / DJ MEHDI / JULIAN JEWELL / POPOF / SEBASTIAN / STEPHAN BODZIN / UMEK

à Martigues (13) - La Halle De Martigues

le Samedi 12 Septembre 2009 à 20h00 28.8 €

CLEMENT TARDIVET

à Marseille (13) - Espace Mistral (Estaque) A Marseille dans le cadre du festival UN PIANO A LA MER le Samedi 12 Septembre 2009 à 21h00

FIERA BRASS à Marseille (13) - Espace Mistral (Estaque) A Marseille dans le cadre du festival UN PIANO A LA MER

le Dimanche 13 Septembre 2009 à 11h00

GREGG KOWALSKY à Marseille (13) - Data A Marseille le Lundi 14 Septembre 2009 à 18h30 de 3 € à 6 €

DJ FAZE à Marseille (13) - L'intermediaire

le Mardi 15 Septembre 2009 à 22h00

JEAN MICHEL PROUST à Saint Remy De Provence (13) - Jardins De L'hotel De Sade dans le cadre du festival JAZZ A ST REMY le Mercredi 16 Septembre 2009 à 20h30 17.8 €

YVAN CUJIOUS à Aix En Provence (13) - Piccolo Theatre A Aix En Provence du 16 Septembre 2009 au 18 Septembre 2009 18.7 €

STEPHANE GUILLON à Marseille (13) - Sarl 16 A Marseille du 17 Septembre 2009 au 19 Septembre 2009 29.8 €

CLAIRE MICHAEL / LUC FENOLI à Saint Remy De Provence (13) - Jardins De L'hotel De Sade dans le cadre du festival JAZZ A ST REMY le Jeudi 17 Septembre 2009 à 20h30 17.8 €

BANDA DU DOCK / CANAPACOUSTIK

à Saint Cannat (13) - Cooperative Vinicole A St Cannat dans le cadre du festival LES BACCHANALES DE ST CANNAT le Vendredi 18 Septembre 2009 à 19h00 14.6 €

BA CISSOKO / KABBALAH / LES WAMPAS / POU M TCHACK / RIGOLUS à Aix En Provence (13) - Parc De La Bastide Corsy dans le cadre du festival ZIK ZAC FESTIVAL le Vendredi 18 Septembre 2009 à 19h30 16.7 €

EMILIE LESBROS / RAYMOND BONI à Marseille (13) - Theatre Des Argonautes dans le cadre du festival AND ON THE OTHER HAND le Vendredi 18 Septembre 2009 à 19h45

JEAN JACQUES TAIB à Saint Remy De Provence (13) - Jardins De L'hotel De Sade dans le cadre du festival JAZZ A ST REMY le Vendredi 18 Septembre 2009 à 20h30 17.8 €

WIENER CONCERT VEREIN à Marseille (13) - Theatre Toursky le Vendredi 18 Septembre 2009 à 21h00 37.8 €

LE MODERNISTE à Marseille (13) - Le Poste A Galene le Vendredi 18 Septembre 2009 à 21h00 9 €

MALIKA DOMRANE à Marseille (13) - Theatre De La Sucriere A Marseille dans le cadre du festival TAMAZGHA (ex SOUK MUSIK) le Samedi 19 Septembre 2009 de 13 € à 20 €

BELLE DU BERRY & DAVID LEWIS / TINTAMAR à Saint Cannat (13) - Cooperative Vinicole A St Cannat dans le cadre du festival LES BACCHANALES DE ST CANNAT le Samedi 19 Septembre 2009 à 19h00 14.6 €

EMMANUEL CREMER à Marseille (13) - Espace Celadon dans le cadre du festival AND ON THE OTHER HAND le Samedi 19 Septembre 2009 à 19h00

CHINESE MAN / JAHSEB (MUSICAL RIOT SOUND) / JUSTIN ADAMS & JULDEH CAMARA à Aix En Provence (13) - Parc De La Bastide Corsy dans le cadre du festival ZIK ZAC FESTIVAL le Samedi 19 Septembre 2009 à 19h30 16.7 €

SEBASTIEN SCHULLER à Marseille (13) - Le Poste A Galene le Samedi 19 Septembre 2009 à 20h30 de 17.7 € à 18 €

BERNARD SANTACRUZ / GILDAS ETEVENARD à Marseille (13) - Grotte Des Accoules dans le cadre du festival AND ON THE OTHER HAND le Samedi 19 Septembre 2009 à 20h30

LOUIS WINSBERG à Saint Remy De Provence (13) - Jardins De L'hotel De Sade dans le cadre du festival JAZZ A ST REMY le Samedi 19 Septembre 2009 à 20h30 17.8 €

ENSEMBLE DES SAXOPHONES DE PROVENCE à Saint Marc Jaumegarde (13) - Salle Polyvalente De St Marc Jaumegarde dans le cadre du festival COTE COUR le Samedi 19 Septembre 2009 à 20h30 24 €

MONICA PASSOS à Les Baux de Provence (13) - Cathedrale D'images dans le cadre du festival FESTIVAL DES ALPILLES le Samedi 19 Septembre 2009 à 20h30 de 15 € à 21.8 €

COPY OF COPY / GUERRILLA POUBELLE / MENPENTI à Marseille (13) - Trolley Bus A Marseille le Samedi 19 Septembre 2009 à 21h00 de 8 € à 10 €

MALIKA DOMRANE à Marseille (13) - Theatre De La Sucriere A Marseille dans le cadre du festival TAMAZGHA (ex SOUK MUSIK) le Samedi 19 Septembre 2009 à 21h30 16.8 €

LES FESTES D'ORPHEE à Aix En Provence (13) - Eglise Du Saint Esprit A Aix En Provence le Dimanche 20 Septembre 2009 à 17h00 17 €

SYLVAINE HELARY à Marseille (13) - La Maison Du Chant A Marseille dans le cadre du festival AND ON THE OTHER HAND le Dimanche 20 Septembre 2009 à 18h00

NICOLAS DICK à Marseille (13) - Galerie Smp A Marseille dans le cadre du festival AND ON THE OTHER HAND le Dimanche 20 Septembre 2009 à 19h15

HASSE POULSEN à Marseille (13) - La Meson A Marseille dans le cadre du festival AND ON THE OTHER HAND le Dimanche 20 Septembre 2009 à 20h30

ARRETE DE PLEURER PENELOPE 2 à Marseille (13) - Grande Comedie De Marseille du 22 Septembre 2009 au 24 Octobre 2009 21.7 €

TAYEB BELMIHOUB (TOURISME PENITENTIAIRE) à Aix En Provence (13) - Piccolo Theatre A Aix En Provence

du 23 Septembre 2009 au 26 Septembre 2009

RACHID TAHA / RODOLPHE BURGER / SPEED CARAVAN (MEHDI HADDAB) / YAS à Marseille (13) - Dock Des Suds dans le cadre du festival MARSATAC le Jeudi 24 Septembre 2009 à 19h30 de 17.8 € à 23.8 €

LUIS BEDUSCHI / MUSICA AETERNA à Marseille (13) - Basilique Saint Victor A Marseille

dans le cadre du festival FESTIVAL DE MUSIQUE A SAINT VICTOR le Jeudi 24 Septembre 2009 à 20h30 de 15 € à 35 €

BEAT TORRENT / BUMCELLO / BURAKA SOM SISTEMA / DJ KRUSH / GENERAL ELEKTRIKS / KRAZY BALDHEAD / MOLE-CULE / NITIN SAWHNEY / ODDATEEE / RAEKWON / THE MIGHTY UNDERDOGS à Marseille (13) - Dock Des Suds dans le cadre du festival MARSATAC le Vendredi 25 Septembre 2009 à 19h30 de 23.8 € à 26.8 €

MYSTIK MOTORCYCLES / RAKEL TRAXX à Marseille (13) - Le Poste A Galene le Vendredi 25 Septembre 2009 à 21h00 6 €

DEVIL MUSIC ENSEMBLE à Marseille (13) - L'embobineuse A Marseille le Vendredi 25 Septembre 2009 à 21h00 6 €

ARCHIVE / ART BRUT / BATTANT / ETIENNE DE CRECY / FELIX DA HOUSECAT / JACK DE MARSEILLE / NILS PETTER MOLVAER / SOUTH CENTRAL / SUCCESS / WE HAVE BAND à Marseille (13) - Dock Des Suds dans le cadre du festival MARSATAC le Samedi 26 Septembre 2009 à 19h30 de 23.8 € à 26.8 €

THE ROOM / TV BUDDHAS à Marseille (13) - L'embobineuse A Marseille le Samedi 26 Septembre 2009 à 21h00 6 €

KAYO DOT à Marseille (13) - L'embobineuse A Marseille le Lundi 28 Septembre 2009 à 20h30 6 €

Les sorties cinéma de septembre



Sortie le 2 septembre: No Pasaran

Réalisé par [Emmanuel Caussé](#),
[Eric Martin](#)

Avec [Cyril Lecomte](#), [Elodie Navarre](#), [Bernard Blancan](#)

Film français.

Genre : [Comédie](#)

Durée : 1h 28min.

Année de production : 2008

Maxence Lafourcade, célibataire tranquille, élève des cochons dans les Pyrénées. Sa vie bascule lorsqu'il apprend que la prochaine autoroute traversera ses montagnes, sa vallée, sa ferme, sa chambre ! Pour affronter le député maire cynique et son projet, il doit faire une alliance contre nature avec l'"Américain du coin". Peter Konchelsky, avocat désabusé à la retraite, adopte la cause du fermier sous le regard étonné de Scarlett sa fille. Artiste excentrique, elle découvre en Maxence un modèle humain inattendu ! Se joignent à cette bande de "Résistants" : Inès éco terroriste toujours à la pointe du combat, Fabrice champion de l'équipe locale qui juge que son oncle le Maire a perdu "l'esprit rugby" et Bouzigue, cousin de Maxence qui craint de perdre les clients de sa station service ... " No Pasaran ! "



Sortie du 9 septembre: Le Coach

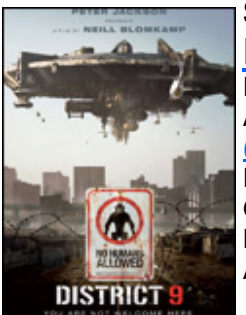
Réalisé par [Olivier Doran](#)
Avec [Jean-Paul Rouve](#), [Richard Berry](#), [Anne Marivin](#)

Film français. Genre : [Comédie](#)

Durée : 1h 32min.

Année de production : 2008

Chêne est un coach renommé qui accumule les succès professionnels. Mais c'est aussi un joueur invétéré qui a des dettes colossales. A bout de patience, sa femme le quitte. Pris à la gorge par ses créanciers, Chêne accepte un contrat qui peut le sauver : coacher à son insu Marmignon, un directeur très singulier qui semble être le pire coaché imaginable.



Sortie le 16 septembre: District 9

Réalisé par [Neill Blomkamp](#)
Avec [Sharlto Copley](#), [David James \(II\)](#), [Jason Cope](#)

Film sud-africain, néo-zélandais.

Genre : [Science fiction](#)

Durée : 1h 50min.

Année de production : 2009

Il y a vingt-huit ans, des extraterrestres entrèrent en contact avec la Terre... Ces visiteurs d'au-delà des étoiles étaient des réfugiés et furent installés dans le District 9, en Afrique du Sud, pendant que les nations du monde se querellaient pour savoir quoi en faire... Depuis, la gestion de la situation a été transférée au MNU (Multi-National United), une société privée qui n'a pas grand-chose à faire du sort de ces créatures, mais qui fera d'énormes bénéfices si elle arrive à faire fonctionner leur extraordinaire armement. Jusqu'à présent, toutes les tentatives ont échoué : pour que les armes marchent, il faut de l'ADN extraterrestre. La tension entre extraterrestres et humains atteint son maximum lorsque le MNU commence à évacuer les non-humains du District 9 vers un nouveau camp, en envoyant des agents de terrain s'occuper de leur transfert. L'un de ces agents, Wikus van der Merwe, contracte un virus extraterrestre qui se met à modifier son ADN. Wikus est à présent l'homme le plus recherché de la planète, celui qui vaut plus qu'une fortune : il est la clé qui permettra de percer le secret de la technologie alien. Repoussé, isolé, sans aide ni amis, il ne lui reste qu'un seul endroit où se cacher : le District 9...



Sortie du 23 septembre: Hôtel Woodstock

Réalisé par [Ang Lee](#)

Avec [Emile Hirsch](#), [Demetri Martin](#), [Liev Schreiber](#)

Film américain.

Genre : [Comédie dramatique](#)

Durée : 2h.

Année de production : 2009

1969. Elliot, décorateur d'intérieur à Greenwich Village, traverse une mauvaise passe et doit retourner vivre chez ses parents, dans le nord de l'État de New York, où il tente de reprendre en mains la gestion de leur motel délabré. Menacé de saisie, le père d'Elliot veut incendier le bâtiment sans même en avoir payé l'assurance alors qu'Elliot se demande encore comment il va enfin pouvoir annoncer qu'il est gay... Alors que la situation est tout simplement catastrophique, il apprend qu'une bourgade voisine refuse finalement d'accueillir un festival de musique hippie. Voyant là une opportunité inespérée, Elliot appelle les producteurs. Trois semaines plus tard, 500 000 personnes envahissent le champ de son voisin et Elliot se retrouve embarqué dans l'aventure qui va changer pour toujours sa vie et celle de toute une génération.



Sortie le 30 septembre:

Le Petit Nicolas

Réalisé par [Laurent Tirard](#)

Avec [Maxime Godart](#), [Valérie Lemerrier](#), [Kad Merad](#)

Film français.

Genre : [Comédie](#)

Durée : 1h 30min.

Année de production : 2008

Nicolas mène une existence paisible. Il a des parents qui l'aiment, une bande de chouettes copains avec lesquels il s'amuse bien, et il n'a pas du tout envie que cela change... Mais un jour, Nicolas surprend une conversation entre ses parents qui lui laisse penser que sa mère est enceinte. Il panique alors et imagine le pire : bientôt un petit frère sera là, qui prendra tellement de place que ses parents ne s'occuperont plus de lui, et qu'ils finiront même par l'abandonner dans la forêt comme le Petit Poucet...



Recette de cuisine spéciale micro ondes

Gratin de pommes de terre aux lardons



Préparation : 20 mn

Cuisson : 15 mn

Repos : 0 mn

Temps total : 35 mn

Préparation :

Au micro-ondes, puissance maxi, faire revenir ensemble les rondelles d'oignon, l'ail et les lardons, dans un mélange de beurre et d'huile d'olive, pendant 3 minutes. Ajouter les rondelles de pomme de terre, arroser avec 0,5 dl de lait et cuire pendant 2 minutes, à la même puissance.

Mélanger la crème avec le lait restant et le gruyère. Assaisonner avec du sel, du poivre et de la muscade. Verser sur les pommes de terre, bien étaler. Disposer les lanières de poivron. Cuire au micro-gril, puissance maxi, pendant 12/15 minutes. **Pour finir... Décorer avec des rondelles de poivron.**

Pour 4 personnes :

2 gros oignons en fines rondelles

300 g de lardons

4 gousses d'ail haché

15 g de beurre

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

750 g de pommes de terre à cuire en rondelles

1,5 dl de lait

2,5 dls de crème fraîche

1 cuillère à soupe de gruyère râpé

1/2 poivron rouge en fines lanières

1/2 poivron vert en fines lanières

muscade râpée

sel et poivre

Clafoutis au chèvre express



Préparation : 5 mn

Cuisson : 2 mn

Repos : 0 mn

Temps total : 7 mn

Préparation:

Faire fondre le beurre dans un grand bol au micro-ondes.

Ajouter une pincée de sel, puis battre avec l'œuf à la fourchette. Ajouter ensuite la farine et le lait, ainsi que la gousse d'ail épluchée et hachée et le chèvre. Bien mélanger. Faire cuire au micro-ondes à 900 W pendant 2 minutes (éventuellement mélanger au bout d'une minute pour homogénéiser la cuisson). Poivrer. Déguster bien chaud. **Pour finir... On peut aussi ajouter de la sauce tomate ou du persil ciselé.**

Pour 1 personnes :

1 œuf

50 g de farine

40 g de chèvre doux

10 cl de lait demi écrémé

1 gousse d'ail (ou de l'ail haché surgelé)

15 g de beurre

Compote de pomme au fromage blanc



Préparation : 10 mn

Cuisson : 12 mn

Repos : 0 mn

Temps total : 22 mn

Préparation:

Eplucher les pommes et les découper en dés. Mettre un peu de sucre au fond d'un plat allant au micro-onde. Disposer sur le sucre les dés de pommes. Ajouter le jus d'un demi citron, saupoudrez de sucre vanillé, sucre et cannelle selon votre goût. Faire cuire au micro-onde 10 à 13 minutes selon la puissance de votre four. Ne pas cuire trop longtemps et ne pas mixer les pommes pour que la compote reste en dés. **Servir avec du fromage blanc et régalez vous !**

Pour 6 personnes :

6 pommes

un demi citron (ou une demi orange)

un sachet de sucre vanillé (facultatif) et du sucre

cannelle (facultatif)

un grand pot de fromage blanc (500 g)

L'idéalisme est la noble toge dont les hommes politiques drapent leur volonté de puissance.

[Aldous Huxley]

CINEMA à 4,80 € la place payez vous une toile !!!
Renseignements: Espace Vie Collective
1 place par personne par semaine
Vente le mardi de 13h à 20 h

Espace Multimédia



Réseau Wifi Winet/Fcjt
(inscription auprès de David)
Cv, Recherche d'emploi
Documentation,
Mise en page de documents
Consultation Internet, Création
d'e-mails

Salle de sport

Inscription à l'accueil
sous réserve de production
d'un
certificat médical d'aptitude
ou d'une attestation de décharge.
Vous devez en outre signer
le règlement
intérieur de cette salle.
Ouverture de 13h à 21h30

propose un accueil et une écoute à tout jeune adulte ayant des questions d'ordre relationnels, sociales ou familiales. C'est un espace de parole ouvert aux jeunes adultes, aux parents et aux professionnels. L'accueil est assuré par Aurore et Sophie. Elles vous recevront au cours d'une ou plusieurs rencontres, afin de faire, avec vous, le point sur votre situation, avant d'envisager, pourquoi pas, des réponses et éventuellement, de vous orienter vers un service adéquat. Les permanences du PAEJ auront lieu tous les mardi de 17h00 à 19h00 dans le bureau du Point Information Jeunesse de l'Espace Vie Collective.

Foot reprise le 16 septembre

Les entraînements de l'équipe du FCJT ont lieu tous les mercredi soir à partir de 20h30.
rdv 20h00 dans le hall
(Vice champion de France en 2004)



LE POINT ACCUEIL ECOUTE JEUNES PAEJ

Point Accueil Ecoute Jeunes



Métiers, Formations,
Loisirs, Spectacles,
Séjours, Sports



Culture du coeur et le FCJT

l'accès à la culture gratuite. Veuillez choisir votre spectacle sur le site de Culture du Coeur et le réserver à l'Espace Vie Collective.

www.infospectacles.com

ECOMOBILE

système de covoiturage

F.C.J.T



**A 4 dans une voiture c'est 4 fois moins cher !
A 4 dans une voiture c'est 4 fois moins polluant !**

Je veux m'inscrire et je suis intéressé pour : Être co-voituré, Être co-voitureur. Dans les 2 cas je dois m'inscrire à l'Espace Vie Collective. Un tableau regroupant les moyens par destination et par horaire sera affiché près de l'entrée dès que possible. Nous avons besoin de tous les moyens pour la mise en place!

Et, n'oubliez pas que tout le monde y gagne !!!



Adresses et téléphones UTILES

MISSION LOCALE ANTENNE D'AIX OUEST

Tél : 04 42 29 18 00

Le Mansard **Entrée A** (à côté du Crédit Lyonnais)
10 Place Romée de Villeneuve 13090 Aix-en-Provence
aix.ouest@ml-pa.org

Accueil du public :

Sans rendez-vous de 9H à 12H du lundi au vendredi.
Sur rendez-vous mardi au jeudi de 14h00 à 17h00 et le Lundi
de 16h à 17h.

LA CAISSE D'ALLOCATION FAMILIALES :

135, chemin Roger Martin 13100 Aix-en-Provence
Du lundi au vendredi de 8h45 à 12h15 et de 13h30 à 16h.

Fermée les mercredis 15, 22 et 29 avril 2009.

numéro unique : 0820 25 13 10

(0,112€ la première mn et 0,09€ par mn facturée à la

sec.) **Vous pouvez prendre rendez-vous avec une assistante**

sociale Aix-en-Provence : 04.96.16.56.84

CABINET MÉDICAL

32 av Roger Chaudon Les Milles 13290 AIX EN PROVENCE

tel: 04 42 24 20 13

SERVICE D'ACCEUIL ET ORIENTATION (SAO) ET LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS)

Tél. 04.42.20.93.27

2, rue Charloun Rieu, Lignes de bus 4 et 6 Arrêt Clos Gabriel
Accueillir, écouter, orienter les publics sans domicile fixe sur
le territoire d'Aix-en-Provence

Réaliser une prise en charge socio-éducative, notamment
pour les bénéficiaires du RMI

Mettre en évidence les besoins et réfléchir à de nouvelles ré-
ponses pour les personnes les plus démunies.

Horaires d'ouverture au public : du lundi au vendredi, de 9 h
00 à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 h 00

CENTRE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE (C.M.P.)

Le bel Ormeaux bat H 373 avenue Jean Paul Coste
13100 AIX EN PROVENCE AIX-EN-PROVENCE

Tel: 04 42 91 38 61

SECURITE SOCIALE

UGE 030 AIX SAINT DONAT 9, Chemin de St Donat
13627 Aix en Provence cedex 1

UGE 031 AIX MANSARD "Le Mansard" Quartier Encagnane
13097 Aix en Provence cedex 2 numéro
unique 3646 prix d'un appel local Du lundi au vendredi de
7h30 à 17h15

BIJ : BUREAU INFORMATION JEUNESSE

04 42 91 98 01 - 37bis, bd Aristide Briand
Ouvert du lun au jeu de 8h30 à 12h et de 14h à 18h, fer-
mé ven matin. Le BIJ vous renseigne sur tous les sujets
qui vous

préoccupent : enseignement, emploi, santé, loisirs, sports,
étranger, Europe, vacances, stages... En complément de
nos classeurs d'informations (fiches d'informations natio-
nales, régionales et locales), vous pourrez consulter libre-
ment de nombreuses revues et journaux. Le BIJ, véritable
moteur de recherche, vous aide à trouver des réponses à
toutes vos questions. Il vous propose aussi un point Cyb.
<http://bijaixenprovence.free.fr>

CENTRE MEDICAL MUTUALISTE

04 42 93 35 35 -

24, rue du 4 Septembre 13100 AIX EN PROVENCE
Ouvert du lun au ven de 8h à 18h30, sam de 8h à 12h.

CENTRE HOSPITALIER DU PAYS D'AIX

04 42 33 90 28 - Urgences

ESPACE SANTE JEUNE

04 42 93 64 04 - 5, rue des Allumettes

Médecine générale, gynécologie, dermatologie, soins den-
taires, ophtalmologie et soutien psychologique.

CENTRE DE DEPISTAGE ANONYME ET GRATUIT

04 42 33 51 36 - Hôpital du Pays d'Aix - Pavillon Tamaris
Ouvert du lun au ven de 8h30 à 12h30. Sans RDV.

CENTRE DE DEPISTAGE ANONYME ET GRATUIT

04 42 20 13 89 - Rue Calmette et Guérin
Ouvert lun de 14h à 19h30, mar de 12h30 à 16h30, mer
de 14h à 16h, jeu de 12h à 16h30, ven de 12h à 16h.
Sans RDV.

POLE EMPLOIE

AIX NORD

185 avenue de la Perouse 13097 Aix en Provence cedex 2
AIX EN PROVENCE PONT DE L'ARC

960 avenue pierre brossollette 13097 Aix En Provence cedex

AIX GARDANNE

2 RUE LE CORBUSIER - CENTRAIX 2 EME ETAGE 13100 AIX
EN PROVENCE

AIX SUD

350 AVENUE DU CLUB HIPPIQUE - LE PRAESIDIUM BATI-
MENT A 13097 AIX EN PROVENCE CEDEX 2

ESPACE CADRES AIX EN PROVENCE

15 BD DE LA GRANDE THUMINE - JAS DE BOUFFAN - BAT B
1ER ETAGE 13097 AIX EN PROVENCE CEDEX 2

BOIS DE L'AUNE

BD DE LA GRANDE THUMINE - BAT B - LES VERGERS DE
LA THUMINE 13090 AIX EN PROVENCE

Un numéro unique pour contacter votre pôle emploi : Le 39 49

(selon le service, gratuit ou 0,11 € ttc maximum l'appel, hors
éventuel

surcoût de l'opérateur)

Depuis l'étranger, vous pouvez composer le :

+33 1 77 86 39 49

Collectif de rédaction : David Ogier,
Christophe Gobert.



Rédaction: Espace Vie Collective du FCJT Concep-
tion: FCJT David Ogier

Aix Les Milles Rue Albert Einstein Boîte postale
134000 13794 Aix en Provence cedex 3

Téléphone: 04.42.97.67.07 Fax : 04.42.39.41.47