

Saint-Louis News

Le journal de l'école

Nouveauté | Page 2

Lancement du Saint-Louis News !

Nous sommes heureux de vous annoncer la première parution du Saint-Louis News, rédigé par des élèves à l'attention des élèves. *Suite page 2 ...*

Oyez, Oyez,

*gentes demoiselles et damoiseaux de la grande
famille Saint-Louisienne,*

*nous sommes heureux de vous annoncer la première parution du Saint
Louis News, rédigé par des élèves à l'attention des élèves.*

*Ce mensuel permettra d'offrir aux lecteurs un panel de thématiques variées.
Culture, interview, actualité, jeux, divertissements, bande dessinée se
laisseront dévorer et apprivoiser au détour des différentes rubriques.*

*Ce projet, initié par des élèves de rhéto désireux de partager la vie de l'école,
est chapeauté par deux membres de la cellule artistique et a été renforcé, au
fil des premières réunions, par des élèves de 3ème, 4ème et 5ème.*

*Ce journal se veut interactif. Nous vous invitons à revenir vers nous, à
donner votre avis et à communiquer vos souhaits, soit via notre adresse
email islnjournal@gmail.com ou via notre compte Instagram :
[isln_journal](https://www.instagram.com/isln_journal) (pour les sondages ou concours).*

*Nous vous invitons également à devenir des acteurs et dans ce contexte,
n'hésitez pas à rejoindre le comité rédactionnel.*

*Lire, c'est voir le monde par mille regards... Nous vous souhaitons de
jolies découvertes.*

Annonces | p. 2

**Tout ce qu'il y a
à savoir**

Culture | p. 4

**Critiques
littéraires de trois
livres**

Culture | p. 6

**Qui sont Djosphe
et Francwès ?**

Astuces et conseils | p. 7

**Le stress, le
comprendre et
l'apaiser**

Les bons plans | p. 9

**Découverte du bar
culturel *Gosensu***

En route vers l'avenir | p. 11

**Les cours ouverts,
une expérience
qui sert**

Divertissement | p. 12

Qui a dit quoi ?

Recette de cuisine | p. 13

**Des spéculoos
pour... Noël !**

Annonces du mois

ATELIERS ARTISTIQUES

Le saviez-vous ? Depuis le mois d'octobre, des ateliers artistiques sont organisés sur certains temps de midi pour les élèves curieux d'apprendre une nouvelle activité ou juste désireux de s'occuper durant un temps de midi pluvieux. Certaines activités demandent de la régularité tandis que d'autres sont accessibles selon vos envies. Des ateliers sur le temps de midi du cycle inférieur seront bientôt organisés également.

Voici la liste des ateliers avec leurs infos pratiques :

ACTIVITÉ	QUAND ?	OÙ ?
Impro à partir de la 5ème	Lundi 12h45	Local copa
Guitare débutant	Lundi 12h45	P03
Guitare avancé	Lundi 12h45	P13
Tables de conversation en anglais et néerlandais	Lundi 12h45	P12
Journal de l'école	Lundi 12h45	L006
Chorale	Jeudi 12h45	L011
Dessin	Vendredi 12h45	P23

ÎLE DE PAIX (pour tous)

Vous souhaitez donner du temps pour une bonne cause et/ou passer une nuit à l'école dans une chouette ambiance ? La cellule citoyenneté (**Fanny Constantin et Christophe Furnémont**) organise des événements de vente dans le courant du mois de janvier. Soyez attentifs aux affiches pour lire toutes les infos.

Janvier 2021, campagne en interne : Chaque classe sera sollicitée pour vendre les modules, les bracelets et les modules à planter.

Vendredi 14 et samedi 15 janvier, campagne en rue :

- ◆ Pour les élèves bénévoles motivés ;
- ◆ Vente dans les magasins de la commune et sur le marché du samedi matin ;
- ◆ Souper, match d'impro et nuit à l'école.

Objectif commun : 12 000€ (en 2020, 11 100€ récoltés)



Annonces du mois



ÉCHECS

Comme vous le savez peut-être, Saint-Louis participe depuis plusieurs années à des compétitions inter-écoles d'échecs, et cette année ne déroge pas à la règle !

Tous les joueurs d'échecs de l'école, du plus débutant au plus expérimenté, sont donc conviés au

Championnat Inter-écoles de la province de Namur
qui aura lieu le samedi 22 janvier au séminaire de Floreffe

Pour les intéressés, rendez-vous au club d'échecs, **tous les vendredis au L209 sur les temps de midi (11h50 ou 12h40)**.

Et même si vous ne voulez pas participer au championnat ou ne connaissez pas ce jeu, vous pourrez y rencontrer des joueurs qui se feront un plaisir de jouer avec vous, de vous aider à progresser ou même de vous initier.

RHÉTOS

Le local rhétos est de nouveau ouvert (6èmes).

SPOTLIGHT (pour tous)

Il n'est pas trop tard pour manifester votre talent !! Un spectacle réunissant tous les numéros aura lieu en 2022, ce sera sans aucun doute à ne pas manquer !

INVITATION (pour tous)

Vous avez une idée d'article ? Un sujet que vous aimeriez voir traité ? Vous aussi avez du talent de journaliste ? Vous souhaitez nous envoyer des photos de vos évènements scolaires ? **Une adresse : islnjournal@gmail.com**

Tu veux suivre les sondages du journal, participer au concours, donner ton avis sur les sujets du moment ? Alors abonne-toi à notre compte **Instagram : [isln_journal](#)**

Critiques littéraires

ROMAN HISTORIQUE

La *voleuse de livres* raconte l'histoire de Liesel Memminger, une fillette allemande recueillie par la famille Hubermann pendant la Deuxième Guerre mondiale. Dotée d'un tempérament fort et courageux, Liesel affronte la guerre ... en volant des livres. D'abord un, puis un autre, encore un Le pouvoir des mots l'aide à surmonter les épreuves. Elle finit par écrire son autobiographie, et c'est grâce à ce roman et à leurs quelques rencontres que la Mort est en mesure de nous



conter l'histoire de Liesel. C'est en effet elle la narratrice, qui donne à son récit une touche d'humour noir.

Ce livre est déconseillé aux

personnes qui trouvent cet humour de mauvais goût et/ou qui sont trop sensibles ... à moins d'avoir une boîte de mouchoirs à proximité.

AVIS

« *La voleuse de livres est pour moi un coup de cœur, même si la guerre est un sujet qui ne me plaît d'ordinaire que moyennement. L'histoire est touchante et le style original. Attention cependant pour ceux qui sont vite perturbés par les chronologies bouleversées : l'auteur nous montre parfois des moments du futur, s'arrête pour laisser la Mort faire des laïus*, puis revient à la chronologie normale ... »*

On aime, on n'aime pas ? Il n'y a qu'une chose à faire pour le savoir.

La *voleuse de livres*, par M. Zusak.
Disponible à la bibliothèque,
littérature 4-6.

*laïus : Discours long, vague et emphatique.

POLICIER

Le Chien des Baskerville est le 3ème roman des aventures de Sherlock Holmes. Dans ce volume, le Docteur Watson, ami et biographe de Holmes, raconte comment le célèbre détective résout par le biais des lettres de Watson, l'énigme d'une famille frappée par une mystérieuse malédiction, alors qu'il est absent d'une grande partie de l'histoire.

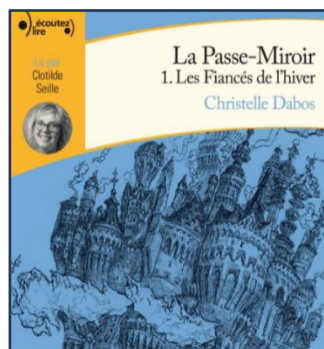
Comme dans toutes les péripéties des deux amis, l'histoire est bien construite et le crime intrigant, mais ce qui fait vraiment le plaisir de la lecture, c'est le drôle de duo que forment ces deux énergumènes à l'opposé l'un de l'autre. Un roman à lire absolument, pour se plonger dans une histoire policière bien ficelée, pour rire des traits de caractère et d'humour des personnages ou pour découvrir la plus connue des aventures de Holmes, classique de la littérature.

À vous de le découvrir et de le dévorer.

Le *Chien des Baskerville*, par C. Doyle. Disponible à la bibliothèque, littérature 3.



FANTASY



Les *Fiancés de l'hiver* est l'histoire d'Ophélie, jeune femme réservée ayant le pouvoir de lire le passé des objets et de

traverser les miroirs, et de Thorn, son fiancé froid et pragmatique qu'elle va épouser sans en avoir eu le choix. Elle déménage au Pôle et découvre la cour et ses intrigues. Se dessineront alors autour d'Ophélie les croquis d'une machination bien plus complexe qu'elle n'aurait imaginé, et dont elle est le centre.

Le premier volume d'une quadrilogie fascinante qui nous plonge dans un univers étonnant et bien imaginé, où chaque retournement de situation nous prend par surprise.

À LIRE ! Je le déconseille cependant aux chercheurs de lecture légère et facile, car si ce tome l'est assez, le reste de la saga se complexifie Même si c'est ce qui fait toute sa richesse, c'est le seul point potentiellement négatif de cette histoire.

La *Passe-Miroir tome 1: Les Fiancés de l'hiver*, par C. Dabos. Disponible à la bibliothèque, littérature 3.

Julianne VAN DER KWAST 5B

Qui sont Djoseph et Francwès ?



DJOSEPH ET FRANCWÈS

Si vous vous êtes déjà baladés près du Palais des Congrès de Namur, vous avez très probablement remarqué deux personnages aux traits du visage bien marqués, ce sont Djoseph et Francwès.

Cette statue est un symbole de la ville de Namur et on le doit à l'artiste peintre et écrivain Jean Legrand (1905-2002). Jean a été élève à l'académie de Namur et s'est vite fait remarquer pour son talent et l'amour qu'il porte pour notre ville. Il dessine alors sa propre bande dessinée où il met en scène deux personnages folkloriques connus pour

leur lenteur légendaire : Djoseph et Francwès.

Leur but est d'amener de la bonne humeur avec leurs caractères bien trempés ! Ils seront ensuite statufiés par Suzanne Godard en 2000. Djoseph dit à Francwès : « *Que ce que tu dis ?* » Celui-ci répond : « *Y m'embête celui-là, il nous suit depuis la gare !* »

Dans cette mise en scène, nos deux héros sont accompagnés d'animaux de compagnie assez particuliers ... des escargots ! En effet, l'escargot représente la ville de Namur connue pour la lenteur de ses habitants.

Caresser les cornes de l'escargot procurerait chance et prospérité, alors pourquoi ne pas essayer ?

Isabelle KUBISHKINA 6H
Loïse COQUAY 6B

Le stress, le comprendre et l'apaiser

Le mois de décembre se profile lentement et, avec lui, le début des examens. Et qui dit examens dit source de stress.

D'après notre sondage sur l'Instagram du journal (abonne-toi!), 65% des élèves interrogés ont dit se sentir stressés à l'approche des examens. Si tu fais partie de ces 65%, tu es au bon endroit ! On veut t'aider à comprendre et à trouver des petites techniques pour gérer ton stress.

C'EST QUOI LE STRESS ?

Le stress, c'est un ensemble de réactions émotionnelles ou physiques qui sont générées par ton organisme quand il est confronté à une situation particulière (examen, présentation orale, prise de parole devant un public, etc.) ou à plusieurs facteurs de stress.

POURQUOI LE STRESS ?

Si tu stresses, c'est parce que tu fais face à une situation que tu appréhendes et ton organisme perçoit cette appréhension comme un « danger ».

COMMENT GÉRER LE STRESS ?

Tout le monde est différent et chacun a ses propres petites techniques pour faire diminuer ou même se débarrasser de son stress. Malheureusement, il n'y a pas de remède miracle, il faut que tu trouves ce qui marche pour toi. Néanmoins, voici quelques astuces que tu peux essayer :

RESPIRER, SE RELAXER

Essaie les exercices de respiration et de

relaxation. Pour les exercices de respiration, il ne s'agit pas d'inspirer profondément, mais surtout de contrôler l'expiration. Compte le nombre de secondes durant lesquelles tu inspires puis double-les lorsque tu expires. Par exemple, si tu inspires pendant trois secondes, tu expires pendant six secondes.

Si te concentrer pour respirer n'est pas trop ton truc, tu peux essayer, juste avant un examen (ou autre événement stressant), de regarder autour de toi et nommer dans ta tête dix objets qui t'entourent. Le but, c'est de te changer les idées.

Si cela t'intéresse, il existe bien d'autres exercices de respiration et même des techniques de relaxation simples et accessibles que tu peux facilement trouver sur internet.

PRATIQUER DU SPORT

Une des façons les plus efficaces pour se calmer, c'est de fournir un effort physique. Mais il n'est pas nécessaire d'aller faire un jogging de 20km. Tu peux simplement aller promener ton chien (les animaux de compagnie peuvent avoir un effet thérapeutique).

Sortir avec ou sans but te permettra peut-être de te changer les idées.

UNE BONNE TECHNIQUE

Une bonne technique aussi, c'est de se défouler un bon coup, mettre sa musique préférée à fond et chanter (même si tu chantes faux) ou danser (personne ne va te juger), crier un bon

coup (préférentiellement à une heure à laquelle tu ne risques pas de réveiller les voisins) ou même pleurer un bon coup, le stress est un ressenti, permets-toi de le ressentir.

DORMIR, SE REPOSER, FAIRE UNE PAUSE

Accorde-toi des pauses. Sans pause, ta concentration s'affaiblira au fur et à mesure de la journée. Pendant ses pauses, trouve des activités qui te permettent de te déconnecter (idées : cuisiner, dessiner, écrire, lire, regarder une série, un film, ...)

Il est aussi très important de dormir en suffisance car la fatigue amplifie les symptômes du stress. Si ton stress t'empêche de dormir, tu peux essayer notre petit exercice de respiration avant d'aller dormir, tu peux aussi te faire une tisane, respirer des huiles essentielles, écouter de la musique relaxante.

PASSER DU TEMPS AVEC TES AMIS/TA FAMILLE

Mettre des mots sur la raison de ton stress permet très souvent de le dédramatiser. En plus, si tu formules les pensées qui tournent en boucle dans ta tête, il est possible qu'elles arrêtent de te tourmenter. Un avis extérieur te permettra aussi peut-être de relativiser.

JOUER AVEC UN ANTI-STRESS

Que ce soit un animal ou une peluche, peu importe, tant que c'est mignon. Tu peux t'amuser avec, le caresser, jouer avec ses poils... Tu peux aussi la serrer très fort contre toi sans risquer de la tuer (les meurtres d'animaux pour déstresser, ce n'est pas trop

conseillé...). Un peu comme une balle anti-stress : quand tu la serres, tu déplaces ton stress à l'intérieur.

S'Y METTRE

Plus tu es préparé en abordant ton examen, moins il te stressera. Alors arrête de procrastiner et commence à travailler !

L'examen le plus stressant est, pour la majorité, l'oral. C'est compréhensible : se tenir seul(e) devant ton professeur ou tes camarades ça peut te donner l'impression d'être jugé(e).

Pour préparer au mieux un examen oral, demande à des amis ou de la famille de te faire répéter en te déconcentrant un maximum de manière à ce qu'une fois à l'examen, ta concentration soit imperturbable.

BOIRE DE L'EAU

Une bonne hydratation permet une meilleure concentration. Même quand tu n'es pas en période d'examens, pour ta santé, n'oublie jamais de boire de l'eau.

CONTACT

Si tu as d'autres astuces, tu peux les partager sur l'Instagram du journal [isln_journal](#) ou sur l'e-mail islnjournal@gmail.com

Magali DEVOS 5A
Yaëlle VAN DER KWAST 4B

Découverte du bar culturel *Gosensu*

L'école autorise maintenant les élèves de 4ème à sortir durant les temps de midi. Pourquoi, dans ce cadre, ne pas en profiter pour découvrir quelques restaurants/café namurois ? Pour ce premier numéro, nous avons décidé de vous faire plonger dans le monde du Japon et des Otakus grâce au petit café « Gosensu ». Pour ce faire, nous avons réalisé une interview avec le gérant, Giovanni Cirasa.

QUAND AVEZ-VOUS OUVERT VOTRE COMMERCE ?

« J'ai ouvert le bar culturel japonisant GoSensu le 12 octobre 2020, pour ensuite devoir le refermer une semaine plus tard à la suite du second confinement lié à la Covid. J'ai finalement pu rouvrir début juin 2021 après 8 mois d'attente. »

QU'EST-CE QUI VOUS A MOTIVÉ À OUVRIR ?

« J'ai ouvert ce bar dans le cadre d'une réorientation professionnelle. J'ai imaginé un concept qui m'aurait plu en tant que client et j'ai travaillé à sa réalisation. En tant qu'étudiant par exemple, j'aurais adoré un endroit inspiré du Japon et dans lequel passer du temps pour me relaxer ou étudier. J'ai essayé d'insuffler cela dans l'ADN de GoSensu. »

QUEL EST VOTRE RAPPORT AU JAPON OU À L'ASIE EN GÉNÉRAL ?

« Le Japon et sa culture en général me passionnent. Et de tous les pays d'Asie que j'ai eu l'occasion de visiter, c'est

avec le Japon que j'ai la plus grande affinité. Depuis tout petit, je regarde des dessins animés japonais (Dragon Ball, Les Chevaliers du Zodiaque,...). J'ai ensuite découvert les mangas, la mythologie japonaise, la gastronomie japonaise, etc... J'en apprend encore chaque jour tant cette culture est riche et je ne m'en lasse pas. »

COMMENT AVEZ-VOUS CHOISI/TROUVÉ LE NOM DE VOTRE CAFÉ ? QUE SIGNIFIE GOSENSU ?

« J'ai réfléchi à un nom qui serait facile à retenir pour les clients. 2 ou 3 syllabes maximum. Ensuite j'ai cherché un nom qui avait une signification en japonais et en français et je suis tombé sur « sensu ». En japonais, cela signifie « éventail », et en latin « sens ». Cela m'a tout de suite parlé car je recherchais un nouveau sens à mon travail et l'inclure dans le nom du bar m'est venu naturellement. »

« Le « Go » signifie « cinq » en japonais. C'était donc un petit clin d'œil au thème des cinq sens que de l'ajouter avant « sensu ». Et comme « GoSensu » signifie littéralement « les 5 éventails », j'ai commandé un logo reprenant 5 éventails. »

QUEL EST LE PLAT LE PLUS APPRÉCIÉ PAR LA CLIENTÈLE ?

« Je pense que le taiyaki fait l'unanimité. Il s'agit de la gaufre fourrée traditionnelle japonaise en forme de poisson. Chez GoSensu, vous

pouvez la déguster en version « authentique » à la pâte de haricot rouge sucrée, mais également en version chocolat ou avec du fromage et de la tomate pour les petites faims du midi.

Et des 3 versions je pense que c'est celle au chocolat la plus demandée, nous sommes en Belgique après tout. »



QUELLE CLIENTÈLE VISEZ-VOUS PARTICULIÈREMENT ? (LES JEUNES, LES SENIORS, ETC....) ?

« Je vise principalement les jeunes et les moins jeunes en recherche d'exotisme et ayant une affinité avec le Japon. »

POUVEZ-VOUS NOUS CITER QUELQUES PLATS DE VOTRE CARTE ?

« Les taiyakis, les mochis, le karaage (poulet frit à la japonaise), le tsukune (brochette de poulet), des chessecakes parfumés au yuzu ou au matcha.

Je vais bientôt proposer des gyozas et des bols de riz pour compléter la carte. »

QU'EST-CE QUI VOUS DIFFÉRENCIE DES AUTRES BARS DE NAMUR ?

« Quand vous poussez les portes de GoSensu, vous commencez une expérience 100% japonaise : la playlist

est japonaise, des pages de mangas aux murs, un salon avec des tatamis, une mangathèque, des toilettes japonaises,... Tout a été pensé pour vous faire voyager au Japon sans quitter Namur. »

PROPOSEZ-VOUS DES ÉVÉNEMENTS PARTICULIERS DURANT LES FÊTES ? (INVITATION DE MANGAKA , ETC...)

« Actuellement, à cause de la recrudescence des infections à la covid-19, nous n'avons pas prévu d'évènements pendant les fêtes. Nous avons déjà organisé des soupers ramens/blind test qui se sont bien déroulés et nous en referons certainement d'autres mais quand la situation sera un peu plus calme. »

AVIS

« J'ai eu l'occasion de m'y rendre deux fois et j'ai vraiment apprécié l'expérience ! Le gérant est accueillant et l'endroit offre une immersion complète. Vous avez accès à un large choix de mangas (on peut découvrir beaucoup d'œuvres en buvant notre petit thé vert sans devoir les acheter) et la nourriture est excellente. »

Rue des Carmes, 50
5000 Namur

Boughaleb INES 6G

Les cours ouverts, une expérience qui sert



Qui dit vacances de Toussaint dit aussi cours ouverts dans les universités à destination de tous les futurs étudiants. Chaque année, les facultés ouvrent leurs portes aux rhétos le temps de quelques jours afin qu'ils puissent découvrir la vie étudiante.

Pour vous expliquer plus clairement le concept, il s'agit tout simplement d'aller assister aux cours des étudiants durant le laps de temps que l'on souhaite que ce soit deux heures ou une journée entière pour les plus motivés. Aucune limite, seulement celle de votre curiosité.

Après avoir consulté les cours disponibles dans la branche qui les intéressait sur les sites des universités, plusieurs élèves de secondaire se sont rendus à l'UNamur mais aussi à l'Université Saint Louis ou à l'UCL. Si pour certains, cette expérience les a simplement confortés dans leur premier choix, d'autres ont pu enfin se décider entre les différentes possibilités qui s'offraient à eux. Pour

l'occasion de réaliser que la formation qui les avait attirés au premier abord n'était peut-être pas faite pour eux.

De manière générale, les retours ne sont donc que positifs et tous vous conseillent d'y participer !

Au-delà des cours, l'occasion de discuter avec les étudiants ... En plus de l'expérience du cours, vous avez la possibilité d'interagir avec les étudiants, leur poser vos questions et connaître leur point de vue au sujet de l'université. Et je vous rassure immédiatement, si cela peut à première vue paraître impressionnant d'arriver dans un auditoire rempli d'inconnus, les étudiants sont ouverts et les professeurs se montrent accueillants, certains adaptent même le rythme de leur cours. Si la matière enseignée est déjà entamée depuis plusieurs semaines et que tout n'est pas toujours compréhensible, nous pouvons très facilement nous faire une idée globale et ce n'est que bénéfique.

Nous pouvons retenir de ces cours ouverts des moments de partage, de rencontres – que ce soit avec d'autres rhétos dans la même démarche que nous ou des étudiants ravis de nous venir en aide - et de réflexion sur nos futurs choix. En plus de nous aider à trouver notre voie, ce système nous permet aussi de comparer plusieurs

universités avec leurs méthodes d'enseignement spécifiques afin de trouver ce qui nous correspond le mieux.

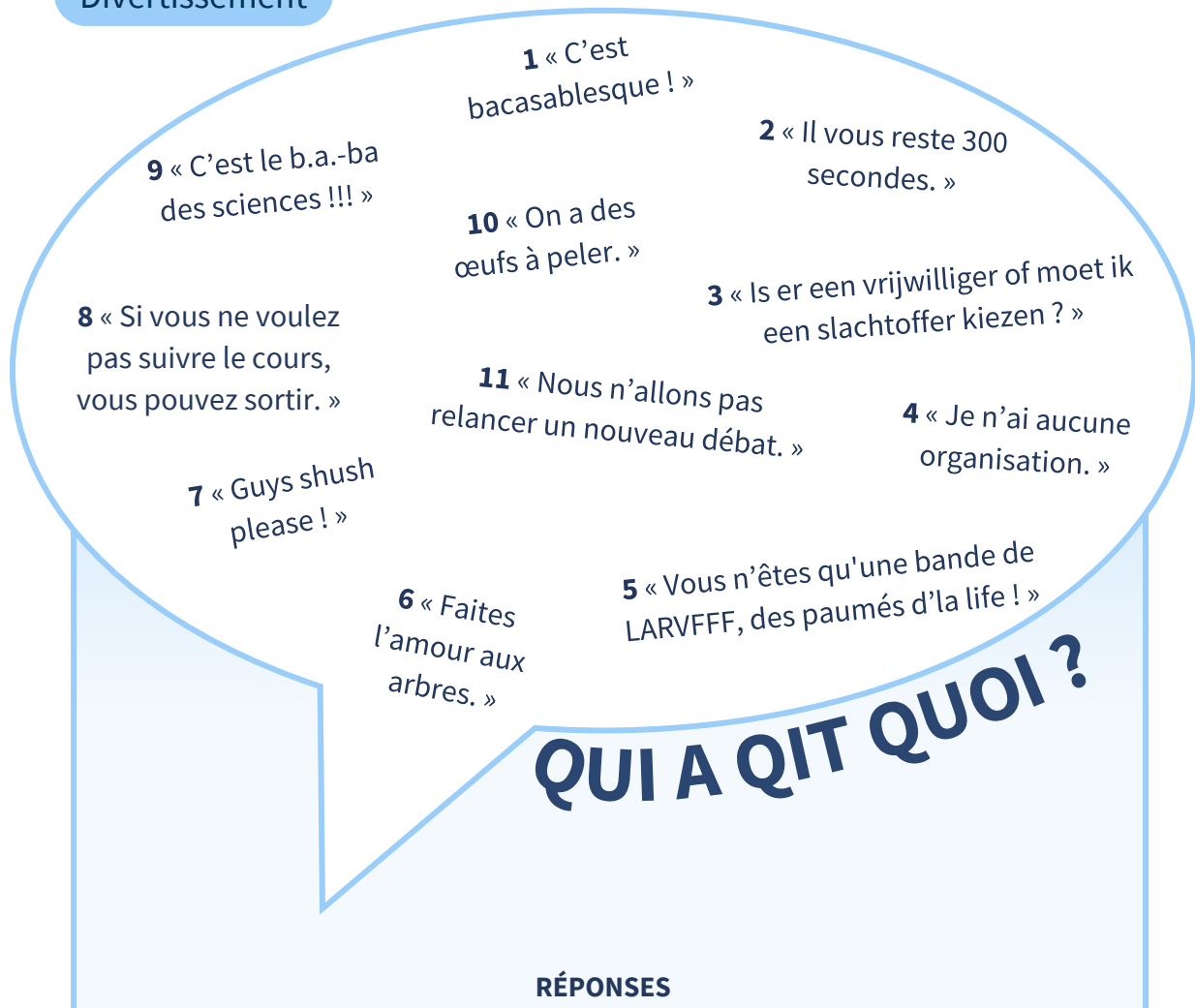
Et si cette expérience vous intéresse, mais que vous n'étiez pas disponibles ou pas informés de leur tenue lors de la semaine de la Toussaint, une seconde session sera organisée lors des vacances de Carnaval. Le principe reste exactement le même, avec une matière différente ou un peu plus avancée dans

l'année, et l'ensemble des informations seront prochainement accessibles sur les sites internet et les réseaux sociaux des universités.

Alors on se motive et on pense à son avenir !

Éléanore STREBELLE 6A

Divertissement



1) Mr Horlait - 2) Mr Mertens - 3) Mme Marchal - 4) Mr Dubois - 5) Mr Lepoutre - 6) Mr Daix - 7) Mme Dekiver - 8) Mr Noirhomme - 9) Mme Moreau - 10) Mme Lecomte - 11) Mr Tagnon

Spécial Noël

Des spéculoos pour... Noël !



INGRÉDIENTS

- 250g de farine fermentante (*ou la même quantité de farine classique mélangée à 1 c.à.c. de levure chimique*)
- 180g de sucre brun (*ou cassonade brune*)
- 1 c. à café de cannelle
- 2 pincées de gingembre en poudre et 2 pincées de muscade en poudre (*ou d'autres épices selon les goûts*)
- 50g d'amandes en poudre
- 1 petite pincée de sel
- 125g de beurre
- 1 œuf

Tous les ingrédients



INFOS PRATIQUES

Difficulté : Facile
Préparation : 15 min
Repos : 2h
Cuisson : 15 min

MATÉRIEL

Pour cette recette, vous aurez besoin d'un four, d'un saladier, d'une balance, d'un rouleau à pâtisserie et d'un emporte-pièce.

HYGIÈNE

N'oubliez pas de bien vous laver les mains avant de commencer à cuisiner !

Votre plan de travail devrait également être propre.

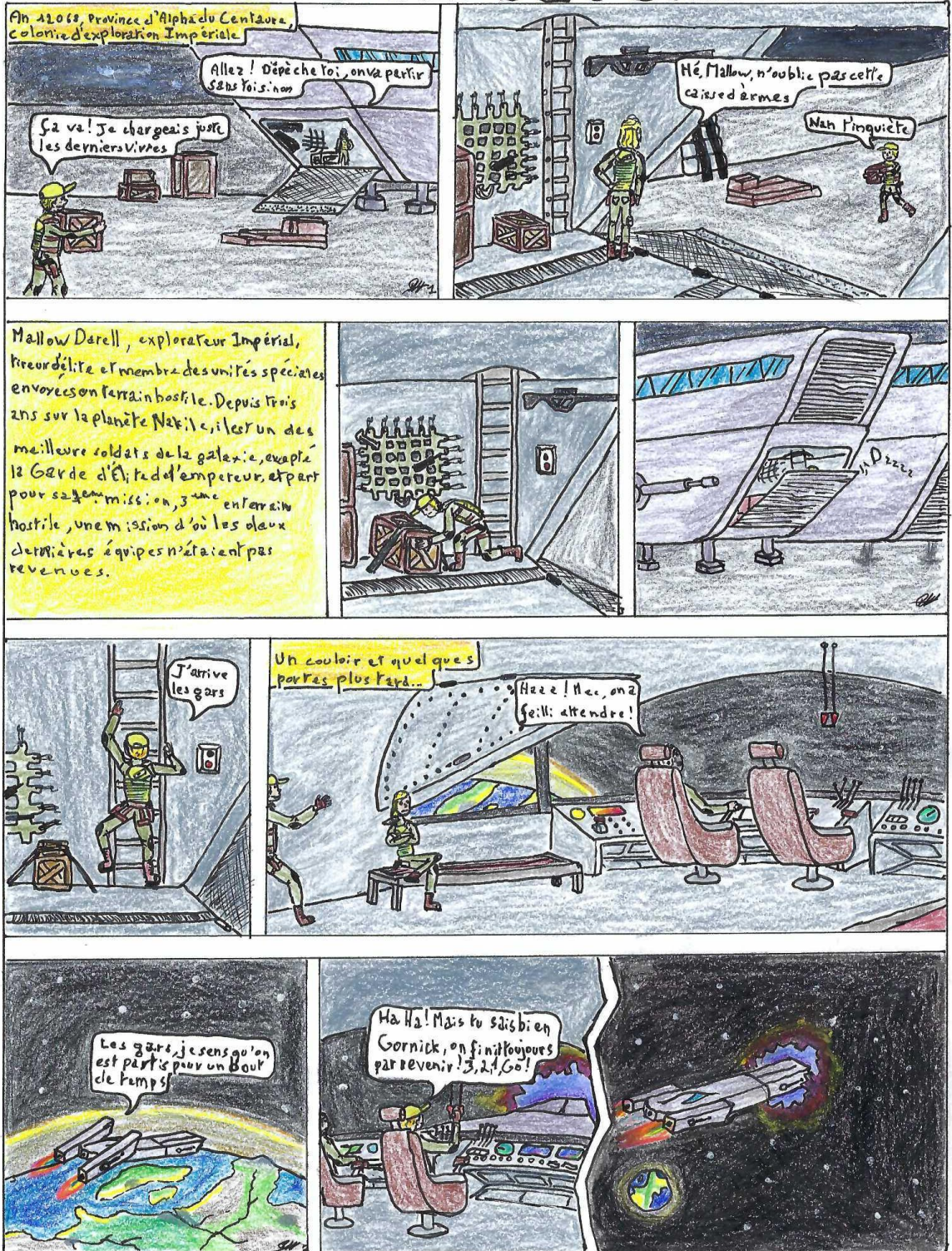
PRÉPARATION

- 1) Combinez l'ensemble des ingrédients dans un saladier.
- 2) Malaxez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène (vos mains sont le meilleur outil que vous trouverez).
- 3) Laissez reposer au réfrigérateur pendant 2h.
- 4) Préchauffez votre four à 160°.
- 5) Étirez grossièrement la pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.
- 6) Découpez les formes de votre choix dans la pâte grâce à un emporte-pièce.
- 7) Placez-les sur une plaque de cuisson et enfournez durant environ 15 min

ÉTAPE PAR ÉTAPE



MÉMOIRES D'ÉTOILES



2021, Dessin par Pierre - Alexandre Hugon, 31
 Scénario par Pierre - Alexandre Hugon, 31
 Couleurs par Pierre - Alexandre Hugon, 31

Tous Droits d'Auteurs Réservés

Suite au prochain épisode...

Pierre-Alexandre HUGON 31