Montval-sur-Loir ma ville
@montval_sur_loir_officiel

CMJ MONTVAL.SUR.LOIR
Agir aujourd'hui pour notre ville de demain

Le Mag du CMJ de Montval-sur-Loir

#2
NOVEMBRE 2022

Martial Méaude (Ajdoint), Claudine Landais (Animatrice du CMJ) et les jeunes du CMJ dans l'enceinte du Palais de l'Assemblée Nationale.

Ce 2ème numéro du magazine du CMJ de Montval-sur-Loir est l'occasion pour nous, membres du CMJ de dresser le bilan de nos deux années de mandat qui s'achèvera en décembre 2022.
Nous espérons avoir contribué à sensibiliser à la propreté de notre ville par notre campagne d'affichage. Nous avons aussi apprécié de nous mettre au service de la population en participant aux collectes de jouets et de fournitures scolaires. Nous sommes ravis d'avoir pu nous rendre à Paris visiter le stade de France et l'Assemblée Nationale. Nos actions ont été nombreuses et elles ont permis à chacun de s'exprimer.
En conclusion, nous sommes très fiers d'avoir pu participer à notre manière à rendre notre ville plus belle et plus dynamique.

Les membres du CMJ

2

BASKET BALL

J'ai commencé le basketball à 7 ans. Cela fait 5 ans que j'en fais et je me suis beaucoup améliorée ! J'ai choisi le basket par rapport à ma taille et surtout parce que j'adore pratiquer ce sport !! Au basket, il y a plusieurs catégories : U7, U9, U11, U13, U15 et U17 ainsi que les séniors. Il y a plusieurs postes au basket : le meneur, le défenseur, attaquant ect... Ce sport se joue en équipe. Le but est de mettre le ballon dans un panier de basket.
Celui-ci se règle à plusieurs hauteurs selon la catégorie, pareil pour la grosseur du ballon. Les filles n'hésitez pas à venir nous rejoindre.

Llyana Jacquet

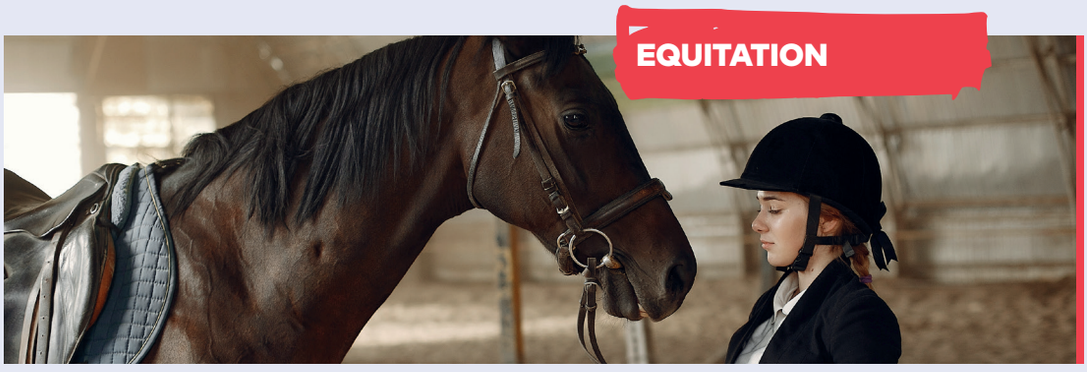
J'ai connu ce sport grâce à mon grand frère qui le pratiquait et je l'accompagnais lors de ses matchs. Plus tard, j'ai voulu m'engager dans une équipe. Je fais du basket depuis 1 an, j'aime beaucoup l'ambiance et le fait que ce soit un sport collectif.
J'aime aussi l'adrénaline que me procure les matchs, mais également l'esprit d'équipe avec mes copains.
Le but du jeu est de marquer des paniers dans le camp adverse. En U13 (ma catégorie), nous sommes 5 contre 5. Les matchs durents 4 fois 8 minutes. Un panier compte 2 points. En cas de faute, il peut y avoir 1 ou 2 lancés francs qui valent 1 point. À une certaine distance les paniers comptent 3 points.

Lény Hérisson Milon

Le basket est un sport célèbre qui est accessible à tout le monde à partir de 3 ans. Dans le club COC Basket, il y a 38 joueuses féminines et 87 joueurs masculins : c'est la deuxième plus grosse section sportive après le football. Il y a 7 équipes engagées en championnat : 2 féminines, 5 masculines. L'entraîneur est diplômé et salarié du club, il s'agit de René Leca.
L'équipe U17 garçon a fini première du championnat et a joué la finale de la coupe Sarthe le 4 juin 2022. Elle a perdu mais cela montre que les portifs d'une petite ville comme la nôtre peuvent réussir. Il y a une dizaine de bénévoles qui vous accueilleront chaleursement. À bientôt au COC Basket.

Yoan Hecquefeuille

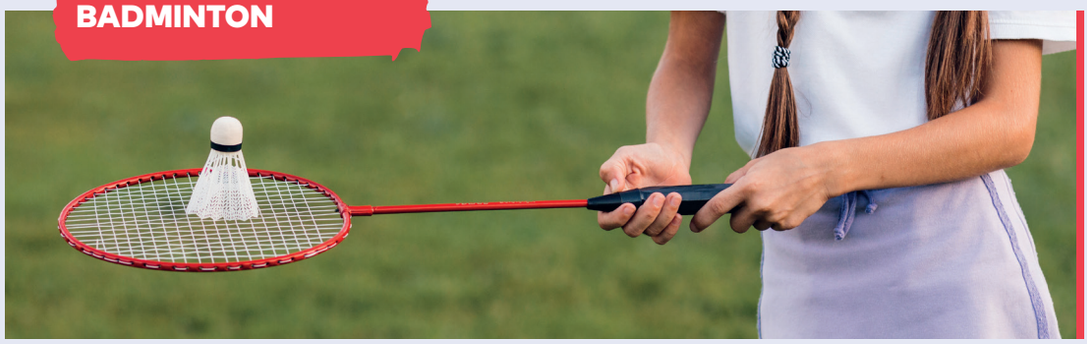
EQUITATION



Je fais de l'équitation depuis 3 ans, au centre équestre dans lequel je pratique ce sport, on peut passer des galops, faire des concours et aussi prendre des cours.
J'aime bien ce sport parce qu'on est avec des chevaux. Mon centre équestre se situe à Montval-sur-Loir, il s'appelle l'Étrier Castélorien.
Mon moniteur s'appelle David, il a aussi développé une ferme pédagogique (l'Écrin de Verdure).

Maï-Lan Duchesne

BADMINTON



Le badminton est un sport géré par Quentin Lenoir, Pascal Pellouard et Charles Hubert. C'est un sport dynamique qui requiert de la concentration et de la vitesse, il est joué avec une raquette et un volant. Le terrain est séparé en deux parties égales avec deux couloirs latéraux (un de chaque côté) et d'un autre qui se situe au fond du terrain. Nous aimons ce sport car il nous permet de bouger et de nous libérer l'esprit. Nous faisons toutes les deux ce sport depuis l'année dernière.

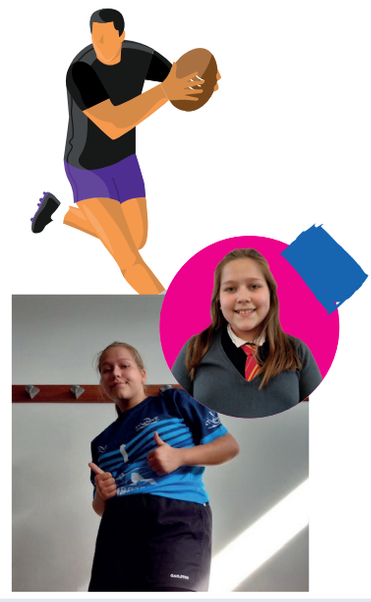
«Au début, je ne pensais pas à faire un autre sport que de l'équitation, mais en allant à Destin'Asso, j'ai découvert le badminton et j'ai bien aimé d'autant plus que ma copine Jahllia allait en faire aussi» - **Naya**

«J'ai toujours aimé faire du badminton, et lorsque j'ai appris que deux de mes amies (dont Naya) en feraient également, cela m'a encore plus poussée à m'inscrire car je savais que je ne serais pas seule» - **Jahllia**

De nombreuses activités de motricité sont proposées en guise d'entraînement. Les compétitions sont instructives et nous permettent de progresser rapidement. Le badminton se joue aussi bien en simple qu'en double.

Jahllia Geoffroy ***Naya Dusmee***

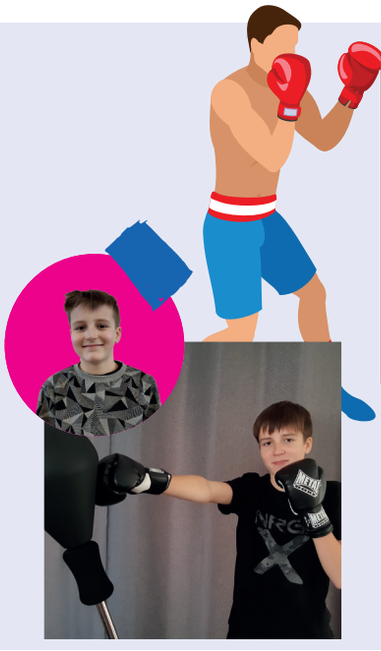
RUGBY



Le rugby est un sport collectif qui permet de se défouler après une semaine chargée. Pendant les entraînements, on rigole, on joue et les meilleurs moments sont les journées de rencontres. Lors de celles-ci, des jeux et des matchs sont organisés et de nouvelles rencontres sont possibles. Le plus dur dans le rugby est de se passer de ses amis «rugbyman» pour l'été mais en septembre on les retrouve pour une nouvelle saison. Vive le rugby !

Emy Pineau

BOXE



La boxe est un sport de combat tactique. Ce sport que l'on appelle aussi noble art a plusieurs manières de se terminer. une fois le match lancé, il y a 12 rounds de 3 minutes (seulement pour les professionnels). Mais le noble art à différentes manières de finir le match avant la limite : le KO (quand la personne ne répond plus et reste 10 sec. au sol), le KO - Technique (l'arbitre stoppe le match car le combattant est en danger), le total de points (les juges comptent le nombre de frappes et annoncent le vainqueur).

Melvyn Bellanger

SEPTEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

1/09 : Dring ! Dring ! C'est la rentrée
1/09 : À vos paniers pour cueillir les champignons

10/01 : Destin'Asso : Choisis ton asso !

OCTOBRE

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

31/10 : Préparez-vous à avoir peur

NOVEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

1/11 : Rendez hommage à nos soldats

DÉCEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

25/12 : HO ! HO ! Joyeux Noël

JANVIER

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

1/01 : Bonne année à tous

FÉVRIER

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

2/02 : Préparez-vous à faire sauter les crêpes

Le 25 juin dernier, certains membres du CMJ entourés de Martial Méaude et Claudine Landais ont organisé une collecte de fournitures scolaires destinée aux enfants des familles dans le besoin.

DES PROJETS à venir

fin 2022 et 2023

Notre mandat prend fin, et nous avons décidé de le célébrer en conviant les personnes nous ayant accompagnés tout au long de ces deux années.
De plus, la relève doit être faite. Ainsi les élections des prochains membres du Conseil Municipal des Jeunes va avoir lieu le 19 janvier 2023.

UNE RECETTE - Le roulé au Nutella

Pour la génoise :

- Dans un récipient, ajoutez le sucre, 1 oeuf entier et 2 jaunes d'oeufs. Mélangez énergiquement le tout.
- Montez les blancs en neige
- Ajoutez progressivement la farine à la préparation
- Incorporez les blanc en neige délicatement
- Etalez la préparation sur une plaque à génoise ou un lèche frite, farinez avant d'étaler la pâte de façon homogène
- Enfournez 10 min à 180°C

Pour la garniture :

Plusieurs choix s'offrent à vous : pâte à tartiner, confiture, miel ...

Le montage :

Une fois votre génoise garnie, enroulez délicatement votre gâteau dans le sens de la largeur.

INGRÉDIENTS

- 3 gros oeufs
- 100g de sucre
- 100g de farine
- 4 à 5 cuillières de Nutella

ASTUCE DU CHEF

Pour enrouler le gâteau facilement, placer un torchon humide en dessous

Magazine édité par
La commune de Montval-sur-Loir
Place de l'Hôtel de Ville
72500 Montval-sur-Loir
Tél : 02 43 38 18 00

Comité de rédaction : Emy Pineau - Jahllia Geoffroy - Lény Hérisson Milon - Llyana Jacquet - Maï-Lan Duchesne - Melvyn Bellanger - Naya Dusmee - Yoan Hecquefeuille
Coordination éditoriale et rédaction : Martial Méaude - Claudine Landais
Conception : Service Communication
Crédits photos : Services municipaux (sauf mention contraire) - Freepik - Youmiam

Impression : Graphi Loir - 02 43 79 50 40
imprimerie@graphiloir.fr
Tirage : 300 exemplaires