

# The Snippet

Anglais / Français

N° 68 April / May 2020  
Saint-Germain  
Boucles de Seine  
<https://thesnippet.fr>

Pass it on!  
Partagez-le!

## Lockdown / Confinement

Unheard of in peacetime, lockdown is something we never expected. Even after being glued to the thrilling, fictional TV series in January, "Fear on the Lake" about an Ebola outbreak in Annecy! Did TF1 have a tip-off or inside knowledge? This edition of *The Snippet* is an online version only, no more printed copies until after the crisis! Our message, stay home, wash your hands and of course, read *The Snippet*! Make sure to look carefully at all our advertisers who, if they have had to close will resume business as usual as soon as it is humanly possible. Happy Easter, despite everything!

**Jamais vu en temps de paix, le confinement nous prend de court. Même après avoir été scotchés, en janvier dernier, devant la terrifiante série de fiction télévisée «*Peur sur le lac*» : une épidémie d'Ebola à Annecy ! TF1 était-elle déjà alertée ou disposait-elle déjà de l'information ? Ce numéro du *Snippet* paraît exclusivement en version numérique, aucun tirage n'étant possible jusqu'à la fin de la crise ! Notre message est le suivant : restez chez vous, lavez-vous les mains, et, bien sûr, lisez le *Snippet* ! Profitez-en pour consulter attentivement les annonces de tous nos partenaires, qui, s'ils ont été contraints de fermer leur activité, reprendront normalement dès que cela sera humainement possible. Bonnes fêtes de Pâques malgré tout !**

## Please, No More "Bise" | Plus de bise s'il vous plaît !

The Corona virus or Covid-19 is wreaking havoc world-wide and is completely non-discriminatory. As it continues its silent and potentially deadly advance through the population, the virus strikes not only at our health but right at the heart of French culture because we are no longer able to do the "bise"!

It seems that the Romans were originally to blame for the "bise" which explains why this practice is more common in Southern European countries. Over the centuries it has grown in popularity, in particular after the French revolution and post 1968, and whilst the French are not the only ones, it is considered a typically French custom. Greeting someone in the UK has always been by the more formal handshake, which incidentally if you want to impress, should always be firm and never limp (!), but just one "bise" has become more commonplace.

In the normal course of events, it's not just a case of "bise" or no "bise", it's more complicated than that. First of all, what is a "bise"? It's not intimate and not exactly a kiss, more cheek to cheek accompanied by the sound of a kiss! And generally, it's two, one either side but it can be three, four or even five! How do you know – consult a map <http://combiendebises.free.fr/>. But that's not all, because which side do you start: right to right or left to left? Imagine if you get it wrong, you end up rubbing noses! To avoid embarrassment in the North and West, offer the right cheek, and South and East offer the left. Confused, bilingual comic Paul Taylor explains:

<https://www.youtube.com/watch?v=T-VWbV6TjxU>

Banning the "bise" is part of the social-distancing to slow the spread of the virus, but this means emotional distancing with psychological repercussions. The "bise" represents a greeting between equals and implies trust and confidence in your fellow man. Deep down we feel uncomfortable or snubbed if someone we know abstains, unless of course they are ill. But exceptional times call for exceptional measures! Will the "bise" be back, once we've beaten the virus, it's certainly more hygienic than the handshake! There's no doubt that some aspects of our lives will never be the same again.

Le Coronavirus ou Covid-19 fait des ravages dans le monde entier, sans aucune discrimination. Alors qu'il poursuit sa course silencieuse et potentiellement mortelle parmi la population, ce virus s'attaque non seulement à notre santé mais touche le cœur de la culture française. En effet, nous ne pouvons plus faire la bise !

La responsabilité de la « bise » incomberait aux Romains, ce qui explique pourquoi cette pratique est plus courante dans les pays d'Europe méridionale. Avec le temps, la bise a gagné en popularité, particulièrement après la Révolution française et après 1968. Bien que les Français ne soient pas les seuls à se faire la bise, il s'agit d'une habitude typiquement française. Au Royaume-Uni, on se salue depuis toujours de façon plus formelle : une poignée de mains, plus ferme si vous souhaitez impressionner, mais jamais molle ! Une bise unique s'est toutefois imposée de façon plus courante.

En temps normal, la décision de se faire la bise ou pas, n'est pas si simple. Tout d'abord, qu'est-ce qu'une bise ? Ce n'est pas un geste intime et pas exactement un baiser, plutôt un « joue contre joue » accompagné d'un bruit de baiser ! Et généralement, on en échange deux, une sur chaque joue, mais cela peut aller jusqu'à trois, quatre ou cinq ! Pour le savoir, consultez la carte <http://combiendebises.free.fr/>. Mais ce n'est pas tout ! Par quel côté faut-il commencer : droit contre droit ou gauche contre gauche ? Imaginez que si vous vous trompez cela se transforme en frottement de nez ! Pour éviter cet embarras, dans le Nord et dans l'Ouest avancez la joue droite, et dans le Sud et l'Est, la joue gauche. Très perplexe sur le sujet, le comique bilingue Paul Taylor en parle ainsi : <https://www.youtube.com/watch?v=T-VWbV6TjxU>

Bannir la bise fait partie des mesures barrière pour ralentir la propagation du virus, mais cela implique une distance émotionnelle qui peut avoir des répercussions psychologiques. La bise symbolise une salutation entre pairs, la confiance et la sympathie envers l'autre. Au fond de nous, si quelqu'un ne nous fait pas la bise, à moins qu'il ne soit malade, nous nous sentons gênés, voir snobés. Mais à situation exceptionnelle, mesures exceptionnelles ! La bise reviendra-t-elle, une fois le virus éradiqué ? C'est certainement plus hygiénique que la poignée de mains ! Ce qui est sûr c'est que certains aspects de notre vie ne seront plus jamais comme avant.

« Bonnes fêtes de Pâques ! »

Toute l'équipe à votre disposition !

**U express** LE MESNIL LE ROI

Fraîcheur et Tradition



OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI  
DE 8h30 à 20h00  
OUVERT LE DIMANCHE 9h00 à 12h45

UN LIVREUR à votre service  
toute la semaine (sauf dimanche)

Abonnez-vous au Snippet !



- Recevez *The Snippet* direct chez vous en format papier ou numérique
  - Allez sur notre site <https://thesnippet.fr>
- A vous de choisir !

Subscribe to *The Snippet*!

- Receive *The Snippet* direct to you in paper or digital format
- Go to our site <https://thesnippet.fr>

The choice is yours!

01 34 93 43 12 contact@thesnippet.fr <https://thesnippet.fr>



PILATES OUEST  
*Bien-être*

Une équipe d'experts nichée au cœur d'un lieu unique et chaleureux.

Nos cours au sol ou sur machines se déroulent en petits groupes afin que vous puissiez bénéficier d'un suivi individuel.

**PILATES** : Reformer, Tower, Circuit, Mat, Mat Ball, TRX Pilates

**YOGA** : Stretch Yoga, Yoga Détente  
**BIEN-ÊTRE** : Ostéopathie, Massage, Nutrition, Craniosacrale  
*Ateliers week-end !*

Contactez-nous pour profiter d'un cours d'essai gratuit ! Il faut amener votre copie de 'THE SNIPPET'  
Tel : 09 53 02 45 28 ou [info@pilates-ouest.com](mailto:info@pilates-ouest.com)

Pilates Ouest Bien-Être  
4 Rue George Sand | Fourqueux | Saint Germain-en-Laye  
[www.pilates-ouest.com](http://www.pilates-ouest.com)




**L'Agence du Cerf**  
agence immobilière indépendante

Vente | location | aménagements intérieurs | conciergerie  
Le Vésinet et les communes aux alentours

41 avenue Horacé Vernet  
78110 Le Vésinet

Tel : 06 85 13 93 93  
Mail : [contact@lagenceducerf.com](mailto:contact@lagenceducerf.com)  
Site web : [www.lagenceducerf.com](http://www.lagenceducerf.com)

## Partez en cours d'anglais au Canada !

- Cours Adultes à partir de 1 semaine
  - Séjours 15/18 ans été 2020
  - Préparation examens Cambridge, IELTS, TOEFL
  - Passerelles universités
- 



Contactez l'agence A.I.S. :  
54, rue de la République,  
78100 Saint Germain en Laye  
**01.39.73.04.98**  
[team@accueil-international.com](mailto:team@accueil-international.com)

[www.accueil-international.com](http://www.accueil-international.com)



### The Snippet

**Saint-Germain Boucles de Seine**  
Pour plus d'informations et tarifs publicitaires contactez Fiona.  
[contact@thesnippet.fr](mailto:contact@thesnippet.fr)  
06 19 55 33 30  
<https://thesnippet.fr>



## VIVEZ LE SPORT AUTREMENT



TENNIS - FITNESS - PADEL  
PISCINE - SQUASH - GOLF  
ESPACE WELLNESS

suivez-nous



#CLUBPYRAMIDES  
[WWW.LES-PYRAMIDES.COM](http://WWW.LES-PYRAMIDES.COM)

16, AV DE SAINT-GERMAIN, LE PORT-MARLY - 78560  
01 34 80 34 80 - [INFO@LES-PYRAMIDES.COM](mailto:INFO@LES-PYRAMIDES.COM)  
RCS 320 290 679 0028

## In the Spotlight – L'Agence du Cerf

The Agence du Cerf, an independent real estate agency, was created 8 years ago. Anne Raoux, the Manager, embarked on this challenge having worked alongside colleagues in the profession in Le Vésinet for ten years, and on the advice of her clients who followed her in this venture.

In addition to sales and rentals of houses and apartments in Le Vésinet and surrounding towns along the RER Line A (Le Pecq, St Germain-en-Laye, Croissy sur Seine, Chatou, Montesson...) Anne offers advice on organisation and decoration to help clients enhance their living space and will arrange a meeting with an interior designer if they wish to take the project further. She also offers a service, post signature, to organise and monitor the undertaking of a survey for specific issues such as the presence of lead, asbestos, termites and energy performance etc, in accordance with legal requirements. And, in the case of an exclusive contract, Anne will provide help with arranging a removal service.

*Her objective: to satisfy her clients so that they find the home of their dreams.*

**Anne Raoux, L'Agence du Cerf, Le Vésinet:**  
[contact@lagenceducerf.com](mailto:contact@lagenceducerf.com) 06 85 13 93 93  
[www.lagenceducerf.com](http://www.lagenceducerf.com)

## En vedette – L'Agence du Cerf

L'Agence du Cerf, agence immobilière indépendante, a été créée il y a huit ans. Anne Raoux, la gérante, a relevé ce challenge après avoir travaillé chez ses confrères au Vésinet durant une dizaine d'années à la vente et à la location, et sur les conseils de ses clients qui l'ont suivie dans cette aventure.

Outre les services Vente et Location de maisons et d'appartements sur le secteur du Vésinet mais aussi sur les villes aux alentours, le long du RER A (Le Pecq, St Germain en Laye, Croissy sur Seine, Chatou, Montesson...), elle conseille également ses clients en matière d'aménagements intérieurs afin de les aider à se projeter dans les espaces, voire de rencontrer une architecte d'intérieur pour aller plus loin dans leur projet. Elle propose un service de suivi de travaux post signature pour la conformité des diagnostics immobiliers et une aide pour l'organisation du déménagement dans le cadre d'un mandat exclusif.

*Son objectif : Satisfaire ses clients afin qu'ils trouvent l'espace de vie de leur rêve.*

**Anne Raoux, L'Agence du Cerf, Le Vésinet :**  
[contact@lagenceducerf.com](mailto:contact@lagenceducerf.com) 06 85 13 93 93  
[www.lagenceducerf.com](http://www.lagenceducerf.com)

## SNIPPET TOP TIPS FOR SURVIVING LOCKDOWN

- It's easy to fill the day, week, month... with webinars, virtual coffees, keep fit routines and meditation etc. etc. Be selective!
- Try some good old-fashioned occupations like reading, writing, board games, card games and puzzles. The kids might like them too. Radio can be listened to in the home as well as in the car!
- Working from home, don't be distracted by all the "noise". Stay focussed, take breaks and move around. Adjust your expectations, these are not normal times!
- Time to spring clean and implement the Marie Kondo decluttering method.
- Get some fresh air every day - don't stray more than 1km and take your justification!
- It's important to mark special occasions, even if a bigger celebration has to be postponed.
- To parents finding home schooling a challenge, don't be too hard on your kids and above all be sensitive to their well-being during this crisis period.

## LES CONSEILS DU SNIPPET POUR SUPPORTER LE CONFINEMENT

- La journée, la semaine, le mois... vont vite passer grâce aux webinaires, aux cafés virtuels, aux programmes de fitness et de méditation etc., etc. Soyez sélectif !
- Renouez avec les bonnes vieilles occupations comme la lecture, l'écriture, les jeux de société, les jeux de cartes, et les puzzles. Cela plaît aussi aux enfants. Tout comme dans la voiture, on peut écouter la radio à la maison !
- En télétravail, ne vous laissez pas distraire par ce qui vous entoure. Restez concentré, faites des pauses, et bougez. Ne soyez pas trop exigeant, cette situation n'est pas du tout normale !
- C'est le moment idéal pour un grand nettoyage de printemps et pour appliquer la méthode de « désencombrement » de Marie Kondo.
- Prenez l'air tous les jours, sans vous éloigner de plus d'1km de votre domicile, et muni de votre attestation !
- Il est important de célébrer tout ce qui doit l'être, même si les grandes fêtes sont reportées à plus tard.
- Pour certains parents, l'école à la maison relève du défi mais ne soyez pas trop dur avec vos enfants et surtout faites attention à leur bien-être pendant cette période de crise.

## Fun Horoscope / Horoscope fun



**Libra / Balance (SEP 23 - OCT 22)**  
Follow the rules this month, it's better to be safe than sorry!  
**Ce mois-ci respectez les règles, il vaut mieux prévenir que guérir !**



**Scorpio / Scorpion (OCT 23 - NOV 21)**  
Agoraphobic tendencies, you're as happy as Larry!  
**Si vous êtes agoraphobe, quelle chance !**



**Sagittarius / Sagittaire (NOV 22 - DEC 21)**  
You risk getting cabin fever this month!  
**Ce mois-ci vous risquez de vous sentir un peu à l'étroit !**



**Capricorn / Capricorne (DEC 22 - JAN 19)**  
Not at home, no doubt you'll be feeling homesick!  
**Si vous n'êtes pas chez vous, vous avez certainement le mal du pays !**



**Aquarius / Verseau (JAN 20 - FEB 18)**  
No travel in the offing, why not stay home for a while!  
**Aucun déplacement en vue... pourquoi ne pas rester un peu chez vous !**



**Pisces / Poissons (FEB 19 - MAR 20)**  
There's not much to write home about at the moment.  
**Il ne se passe pas grand-chose de passionnant en ce moment.**



**Aries / Bélier (MAR 21 - APR 19)**  
An Englishman's (or any man for that matter) home is his castle, time to Lord it a bit! Not too much though!  
**Pour les Anglais (et pour tous les autres aussi), il faut régner sur son domaine mais sans en abuser !**



**Taurus / Taureau (APR 20 - MAY 20)**  
Time to get your house in order, in more ways than one!  
**A plus d'un titre c'est le moment de mettre de l'ordre chez vous !**



**Gemini / Gémeaux (MAY 21 - JUN 20)**  
You'll be at your wit's end by the end of the month!  
**D'ici la fin du mois vous serez au bout du rouleau !**



**Cancer / Cancer (JUN 21 - JUL 22)**  
Make the most of being just one big happy family 😊  
**Profitez au maximum de votre famille, unie et heureuse 😊**



**Leo / Lion (JUL 23 - AUG 22)**  
You're being led up the garden path, but no further!  
**On vous mène en bateau, mais ne sortez pas du port !**



**Virgo / Vierge (AUG 23 - SEP 22)**  
Feeling under the weather, it's not surprising there's a lot going around!  
**Si vous vous sentez patraque, ce n'est pas étonnant avec tout ce qui circule en ce moment !**

## Carrot Cake - delicious comfort during lockdown! Makes 8-12 slices

**Ingredients:** 250g carrots, grated • 150g butter • 2 eggs, beaten • 200g soft brown sugar • 200g self-raising flour • 2 tsp ground cinnamon • 2 tsp baking powder • 75g walnuts, chopped • 50g raisins • 2 tbsp milk  
**Topping:** 50g icing sugar • 200g cream cheese • 1 tbsp lemon juice

**Method:** Grease and line a tray bake baking tin. Heat the oven to 180°C. Melt the butter and mix in a bowl with the carrots and the beaten eggs. Add the flour, cinnamon and baking powder and mix until smooth. Add the chopped walnuts, raisins and milk. Stir. Spoon the mixture into the tin. Bake for 45 minutes. Slide a knife into the cake, if ready it will come out clean. Leave the cake to cool for 10 minutes, then turn out onto a wire rack. Beat the ingredients for the topping in a bowl. When the cake is cool spread on top of the cake, decorate with pieces of walnut. *Enjoy!* Lynn Burns RNutr, UK Registered Nutritionist, [www.lynnburnsnutrition.com](http://www.lynnburnsnutrition.com), [lynn@lynnburnsnutrition.com](mailto:lynn@lynnburnsnutrition.com), 06 37 84 43 03

## Le gâteau à la carotte - une délicieuse consolation en période de confinement ! Pour 8 à 12 parts

**Ingédients :** 250 g de carottes râpées • 150 g de beurre • 2 œufs battus • 200 g de sucre roux en poudre • 200 g de farine à gâteau • 2 c. à café de cannelle moulue • 2 c. à café de levure chimique • 75 g de noix hachées • 50 g de raisins • 2 c. à soupe de lait  
**Pour le glaçage :** 50 g de sucre glacé • 200 g de fromage à tartiner • 1 c. à soupe de jus de citron

**Comment procéder :** Huilez et chemisez un moule rectangulaire à brownie. Préchauffez le four à 180°. Faites fondre le beurre puis mélangez-le avec les carottes et les œufs battus. Ajoutez la farine, la cannelle, la levure chimique et mixez de façon homogène. Ajoutez les noix hachées, les raisins et le lait. Mélangez. Versez le mélange dans le moule. Faites cuire 45 minutes. Piquez un couteau dans le gâteau : s'il ressort sec, c'est prêt. Laissez refroidir le gâteau une dizaine de minutes, puis retournez-le sur une grille. Dans un bol, battez les ingrédients pour le nappage. Lorsque le gâteau est froid, étalez le nappage dessus et décorez avec des cerneaux de noix. *Bonne dégustation ! Lynn Burns RNutr, UK Registered Nutritionist, www.lynnburnsnutrition.com, lynn@lynnburnsnutrition.com, 06 37 84 43 03*

## GOOD NEWS!

### In Mosul, a monumental fresco rises from the ruins

The fabulous photograph below was taken in Mosul, former capital of Daesh in Iraq, just a few weeks ago! You cannot help but be inspired, street art at its most colourful and collaborative best! The project was initiated by Artivista, an Association whose aim is to help vulnerable communities in France and abroad to embellish their living spaces by bringing street art into their environment; building bridges between cultures, to promote tolerance and respect for differences.

Amidst the rubble and reconstruction of this former cultural centre, a group of Fine Art students, 9 women and 5 men, from different religious backgrounds and origins, accompanied by Artivista and French street artist Tim Zdey, came together to create the 200m<sup>2</sup> mural on the wall of the Student Centre, in the heart of the University of Mosul. The bright colours contrast with the grey of the surrounding walls still riddled with bullets. A work of resistance and a message of hope: "ترجع احلى", tomorrow will be more beautiful than yesterday.

The work, fruit of the imagination of the artist Zdey and the 14 students, aims to be universal, meeting eastern and European pictorial techniques. Six days of intense work, punctuated by moments of discussion, traditional meals, music and dance, under the intriguing eyes of students and passers-by. For Saleh, 35, the doyen of the team, "this is a message to our people and to the world to say: we are still here. As long as there is art in Iraq and Mosul, there will be life." **Artivista - <https://artivista.fr/>**

## BONNE NOUVELLE !

### A Mossoul, une fresque monumentale surgit des ruines

La merveilleuse photo ci-dessous a été prise à Mossoul, ancienne capitale de Daesh en Irak, il y a à peine quelques semaines ! Impossible de rester insensible à cette œuvre collaborative de street art richement colorée ! Ce projet est à l'initiative d'Artivista, une association dont le but est d'aider les populations fragilisées en France et à l'étranger à embellir leur lieu de vie en faisant entrer le Street Art dans leur environnement ; créant des passerelles entre cultures pour promouvoir la tolérance et le respect des différences.

Au milieu des gravats et de la reconstruction de ce haut lieu de culture d'autrefois, un groupe d'étudiants des Beaux-Arts, 9 femmes et 5 hommes de religions et d'origines différentes, accompagnés par Artivista et du street artist Tim Zdey, se sont unis pour réaliser cette fresque de 200m<sup>2</sup> sur le mur du Centre des étudiants, en plein cœur de l'Université de Mossoul. Les couleurs vives de l'œuvre murale tranchent avec le gris des murs alentours encore criblés de balles. Une œuvre de résistance et un message d'espoir : « ترجع احلى », demain sera plus beau qu'hier.

Cette œuvre, fruit de l'imagination de l'artiste français Zdey et des 14 étudiants, se veut universelle, rencontre de techniques picturales orientales et européennes. Six jours d'intense travail, ponctués de moments d'échanges, de repas traditionnels, de musique et de danse, sous l'œil intrigué des étudiants et des passants. Pour Saleh, 35 ans, le doyen de l'équipe, « C'est un message à notre peuple et au monde entier pour dire : nous sommes toujours là. Tant qu'il y aura de l'art en Irak et à Mossoul, nous vivrons ». **Artivista - <https://artivista.fr/>**

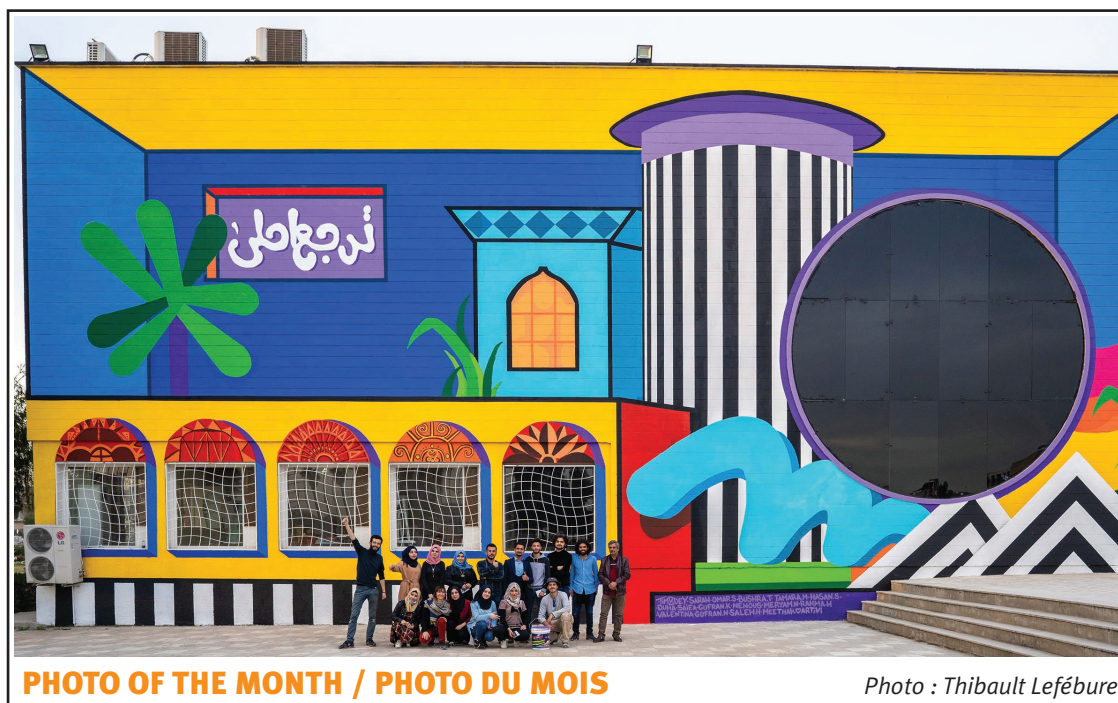


PHOTO OF THE MONTH / PHOTO DU MOIS

Photo : Thibault Lefebure

## Séjours Linguistiques

- Enfants, Ados & Adultes



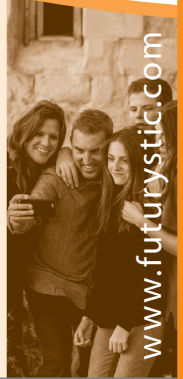
Découvrez nos offres sur [www.futurystic.com](http://www.futurystic.com)

PARCE QUE MAITRISER UNE LANGUE ÉTRANGÈRE ...

... n'est plus une option!

- Scolarité à l'étranger et immersion scolaire
- Séjours linguistiques thématiques
- Stages rémunérés en V.O.
- Programmes Work and Holiday

Forts de notre expérience et de notre réseau, Futurystic vous propose des solutions, sur mesure.



06 13 42 69 35 ou [philippa@futurystic.com](mailto:philippa@futurystic.com)

## My Local Connection

Communauté locale d'entrepreneurs  
Formation & Incubation

Vous êtes :

- Entrepreneur
- Porteur de projet
- Freelance
- Salarié

Rejoignez une communauté locale soudée.

Notre raison d'être :

- Faciliter l'accès à une réussite pérenne
- Accompagner les montées en compétences
- Faire rayonner l'entrepreneuriat local autrement

- Intelligence Collective
- Bienveillance
- Créativité



Pourquoi aller chercher ailleurs ce qui est possible ici ?

Save the date !

### CAFES VIRTUELS

Tous les mercredis de 9h00 à 10h00  
visioconférence - Zoom  
Ouvert à tous ! 1ère participation offerte  
Inscrivez vous sur [www.mlconnection.fr](http://www.mlconnection.fr)

### OSEZ ENTREPRENDRE

Nouvelles dates tbc  
Participez à notre consultation !  
[www.mlconnection.fr](http://www.mlconnection.fr)

### Formation & Incubation

Découvrez nos programmes  
[www.zebrafactory.com](http://www.zebrafactory.com)  
Suivez nous sur Facebook et LinkedIn

### Contact

info@mlconnection.fr  
[www.mlconnection.fr](http://www.mlconnection.fr)  
+ 33 6 33 72 51 29  
Facebook.com/MLCpage

REJOIGNEZ LA COMMUNAUTÉ MLC !



## English Hypnosis Paris

"Be the person you want to be"

Solve emotional issues | Stop smoking/vaping | Lose weight

Thomas C. Williams US-certified Clinical Hypnotherapist  
Office located near RER A in Saint-Germain-en-Laye

Schedule a free telephone consultation at: [www.EnglishHypnosisParis.com](http://www.EnglishHypnosisParis.com)

at: [tcw@EnglishHypnosisParis.com](mailto:tcw@EnglishHypnosisParis.com) | (06) 17 83 86 96



## ANGLAIS POUR TOUS : BÉBÉS, ENFANTS, ADOS & ADULTES

Apprentissage Multisensoriel - Créativité - Ludique

13 Rue Tellier Frères à Mareil Marly - 06 21 58 96 58

- ▶ Ateliers Eveil Musical Parents Bébé (6-36 mois) : LUNDIS matin à 9h30
- ▶ Ateliers Enfants (3-11 ans) : Tous les jours après école de 17h00 à 19h30, Mercredis et Samedis
- ▶ Cours pour les adolescents et Lycéens (les Lundis et Mercredis à 18h00)
- ▶ Cours pour les adultes niveau intermédiaire (les Jeudis à 18h30)
- ▶ Stages pendant les vacances scolaires

[anahitareyhani@sameclub.fr](mailto:anahitareyhani@sameclub.fr) • [www.sameclub.fr](http://www.sameclub.fr)

## Composez et improvisez, facilement et partout !

Compose and improvise,  
easily and anywhere !



**dualo**  
du-touch S



disponible sur  
available on

<https://dualo.org>

### En vente à Marly-le-Roi



À Marly-le-Roi, proche du vieux village  
et du Parc-Royal, une grande maison 1900  
de style anglo-normand et son parc de 3,900 m<sup>2</sup>  
2 500 000 € - Vente en exclusivité

**B**

t +33 1 42 84 80 85

[www.patrice-besse.com](http://www.patrice-besse.com)

Patrice Besse

Adultes • Adolescents • Enfants

## ATELIERS D'ÉCRITURE EXPRESSION PLASTIQUE ART-THÉRAPIE

Découvrez tous les ateliers sur  
[www.atelierartsetlettres.fr](http://www.atelierartsetlettres.fr)



Le Mesnil-Le-Roi • 06 70 10 97 29

## The Snippet

**Saint-Germain  
Boucles de Seine**

Pour plus d'informations  
et tarifs publicitaires  
contactez Fiona.  
[contact@thesnippet.fr](mailto:contact@thesnippet.fr)  
06 19 55 33 30  
<https://thesnippet.fr>

## TECH TALK / PARLONS TECH

Have you been "phubbed" or perhaps you have been guilty of "phubbing"? It's highly likely because it's happened to most of us, and is more and more common. Being "phubbed" is being "phone snubbed" in other words being ignored by someone in favour of their phone. This could be at the dinner table, in conversation, in shops or meetings and is provoked by the arrival of an sms, a call or an alert. Being "phubbed" can leave us feeling undervalued! So be mindful, turn off your phone from time to time and treat others as you would want them to treat you.

Vous a-t-on un jour « télésnobé » ? Peut-être avez-vous ressenti de la culpabilité pour avoir « télésnobé » quelqu'un ? C'est fort probable, car la plupart d'entre nous l'avons vécu, cette pratique étant de plus en plus courante. Être « télésnobé », c'est se trouver avec quelqu'un qui consulte son téléphone en nous ignorant totalement. Cela peut se produire pendant un repas, lors d'une conversation, dans les magasins ou en réunion, au moment où des sms, des alertes ou des appels arrivent. Lorsque l'on est « télésnobé », on ressent parfois un sentiment de dévalorisation ! Alors soyez attentif, de temps à autre éteignez votre mobile et comportez-vous avec les autres comme vous aimeriez qu'ils se comportent avec vous.

## Exceptional Men and Women / Des hommes et des femmes d'exception

You will have heard it said that not all super heroes wear capes! They do however, where possible wear masks, gloves and gowns! This is *The Snippet's* opportunity to pay tribute to all the super heroes, the men and women, whether doctors, nurses or support staff working in the medical profession who, everyday put the health and lives of others before their own. Nor should we forget others working in direct contact with the public. For the rest of us being "Locked down" is no "walk in the park" however it's much less risky. So, join the chorus every day at 8pm on your balcony or terrace to applaud the medics besides you don't have anywhere better to go, do you!

**Vous savez sans doute que les super-héros ne portent pas tous une cape ! Pourtant, dans certains lieux, ils portent des masques, des gants et des tuniques ! Pour le Snippet c'est l'occasion de rendre hommage à tous ces super-héros, hommes et femmes, médecins, infirmiers, employés dans le secteur de la santé, et qui, chaque jour, risquent leur vie pour celle des autres. N'oublions pas non plus les autres qui travaillent en contact direct avec le public. Pour nous être « confiné » signifie « pas de sortie », bien que cela soit beaucoup moins risqué. Alors, chaque soir à 20h, sortez sur votre balcon ou votre terrasse et rejoignez le chœur pour applaudir les soignants qui sont à nos côtés. Il n'y a pas de meilleure sortie possible n'est-ce pas ?**

## THIS MONTH'S MUST HAVE / L'INCONTOURNABLE DU MOIS

Masks and hand sanitiser gel are gold dust, but so is toilet paper! Who would have thought that this would be at the top of everyone's shopping list? Many of us it seems had a "light bulb" moment while hearing about shortages in China, but they were banned from leaving the house even for shopping! It's a basic necessity of the modern era, but there is enough to go around, so don't stockpile - everyone needs it! Bring back the bidet!

**Les masques et le gel hydroalcoolique sont devenus denrées rares, tout comme le papier toilette ! Qui aurait imaginé que cela deviendrait le premier article noté sur la liste de courses ? Il semblerait que l'idée ait surgi à l'annonce des pénuries en Chine, mais ils ne pouvaient même pas sortir de chez eux pour faire des courses ! Bien que cela soit indispensable à notre époque, il y en a largement assez, alors ne stockez pas, tout le monde en a besoin ! Ressortez le vieux bidet ou installez des toilettes à la japonaise !**

## See and Be Seen / A l'affiche

There is no shortage of entertainment and things to do during lockdown!! And most of these activities are free!!

**Pendant le confinement, pas de pénurie de distractions ni d'activités ! Et la plupart sont gratuites !**

### • CULTURE / LA CULTURE

Virtual Museum Tours - **Parcourez les musées en visite virtuelle :**

<https://www.top10.com/virtual-museum-tours>

Watch amazing operas - **Regardez les plus grandes performances :**

<https://www.operadeparis.fr/magazine/opera>

<https://www.bbc.co.uk/arts> - Culture in Quarantine

<https://artsandculture.google.com/>  
[www.culture.gouv.fr](http://www.culture.gouv.fr) for all the family / **pour toute la famille**

### • TRAVEL / LES VOYAGES

Why not plan your next holiday. Borrow your teenager's VR headset to get the most out of your virtual visits.

**Et si vous prépariez vos prochaines vacances ?**

**Empruntez à votre ado son casque de réalité virtuelle**

**pour profiter au maximum de vos visites virtuelles.**

<https://arvr.google.com/earth/>  
<https://lonelyplanet.com/video>

### • FITNESS / LA FORME

Your own teacher is probably holding Zoom sessions for you but here are a couple of our favourite local activities.

**Votre professeur habituel organise certainement des cours en ligne. Voici également quelques partenaires locaux qui en proposent :**

Pilates Ouest Bien-être - [www.pilates-ouest.com](http://www.pilates-ouest.com)  
[www.youtube.com](https://www.youtube.com) Stacey Bouland

### • MUSIC / LA MUSIQUE

DJ Bob Sinclar is doing a live music mix every day between 14h and 15h on Facebook.

**Le DJ Bob Sinclar mixe en live, tous les jours de 14h à 15h sur Facebook.**

### • READING / LA LECTURE

Looking for answers?

**Vous cherchez une explication à ce qui se passe ?**

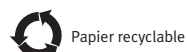
The Plague - **La Peste**, Albert Camus



Ne pas jeter sur la voie publique

Editeur: The Snippet France, 13 rue Jules Rein, 78600 Le Mesnil-le-Roi, Tel: 0134934312 N° Siret 803 144 336 00010  
• Directeur de la publication : Fiona Pickford • Rédaction : Fiona Pickford • Traduction et correction : Isabelle Chevallier-Marchal • Impression : Imprimerie Payard, 91260 Juvisy-sur-Orge • Dépôt légal avril/mai 2020 ISSN 2267-9502

The Snippet France n'est pas responsable des éventuelles erreurs, le journal décline toutes responsabilités pour les photos, textes et prix des annonces publicitaires qui n'engagent que la responsabilité des annonceurs.



Papier recyclable