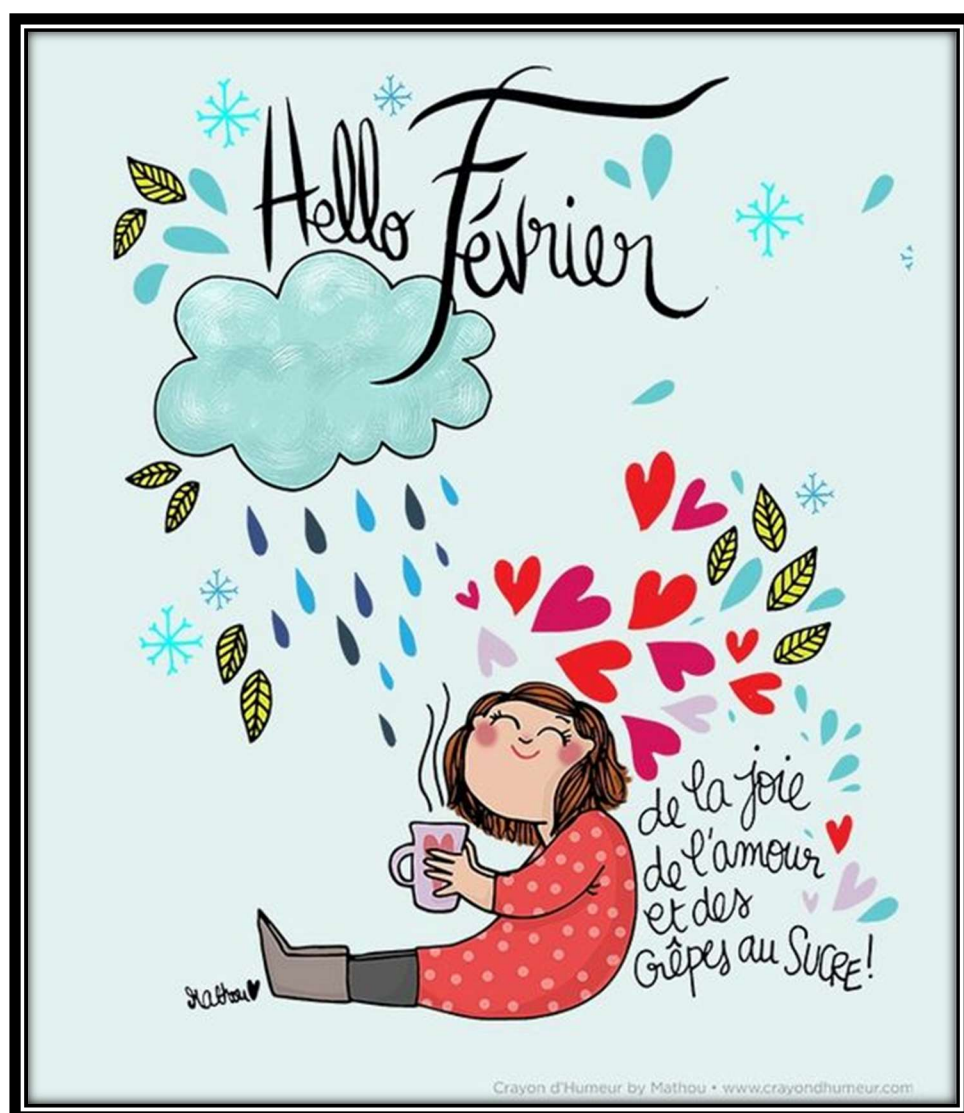


GAZETTE FÉVRIER 2021

Résidence St MARTIN DU VAR

Les Villages d'Or



Commençons notre gazette du mois de février avec

Notre goûter de la CHANDELEUR

Très attendu par les amoureux des crêpes et préparé par Pascal « on ne rigole pas avec les crêpes »



LE SAVIEZ VOUS ?

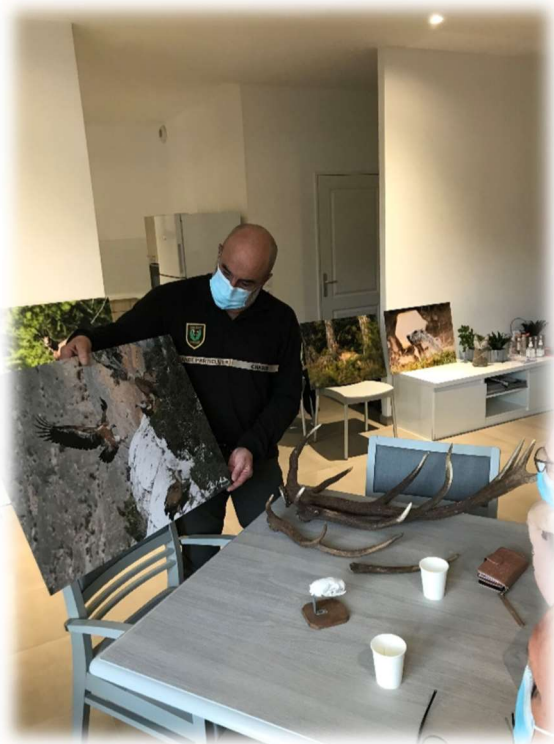
A l'époque des Romains, il s'agissait d'une fête en l'honneur du Dieu Pan, ensuite en 472 le Pape en a fait une fête religieuse. La Chandeleur fait référence à la fertilité de la terre, les paysans cuisinaient des crêpes avec la farine excédentaire de l'année passée, avec leur forme ronde et dorée les crêpes symbolisaient, la lumière, le soleil et les beaux jours.

- [Le nom Chandeleur](#) provient de l'origine « des Chandelles » traditionnellement utilisées pour le jour de la présentation de l'enfant jésus
- [Pourquoi Février ?](#) C'est la période des premières semences
- [Faire sauter les crêpes](#) en tenant une pièce D'or dans la main apporterait la prospérité.



PRÉSENTATION DE LA FAUNE DU MERCANTOUR

Animé par Éric MONTINI Garde-chasse particulier, photographe animalier, coutellerie d'art. Il nous a expliqué qui étaient les animaux du parc du Mercantour et comment ils vivaient.



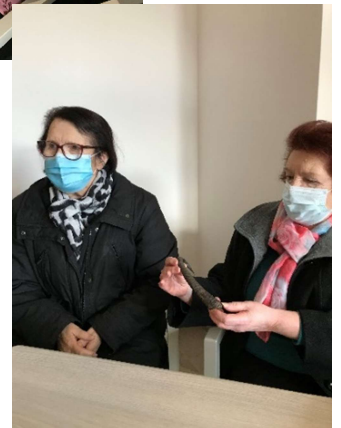


Crânes de prédateurs Fouine et Renard du Mercantour

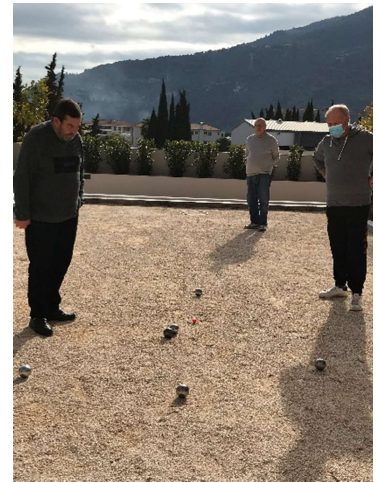
Bois de CERF en Os l'animal avait environ 5 à 7 ans



Les résidents ont pu toucher et découvrir des Cornes de Chamois et de Mouflon



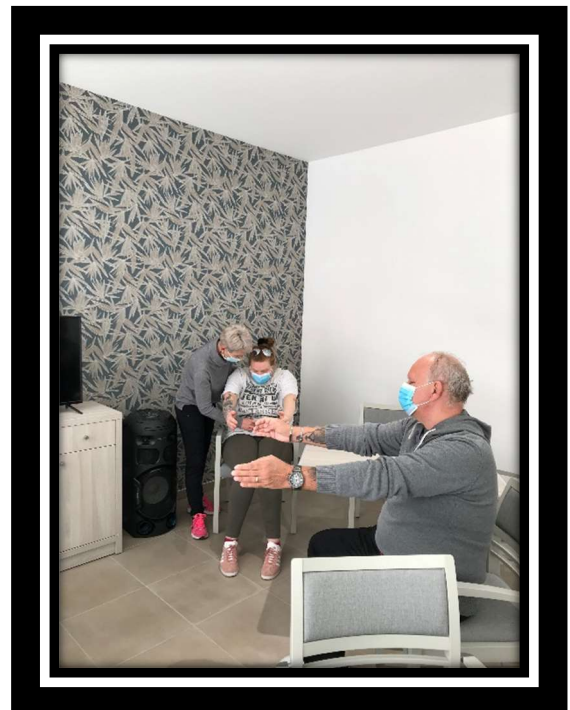
SPORTS :



Les Boulistes aussi
sont bichonnés
café, chocolats et
biscuits avant
chaque partie 😊



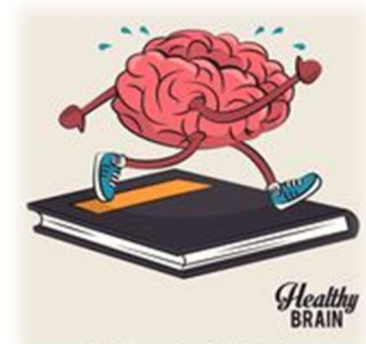
Et pendant ce temps à la Gym ont
brûlent les graisses



LES JEUX :

NOUVEAU nous avons mis en place avec Christiane un « **ATELIER SPORT CÉRÉBRAL** »

Au programme : Chansons à trou, photos et objets cachés, un peu de géographie et de calcul



© Can Stock Photo



LES INCONTOURNABLES :



EXCITATION
MAXIMUM



CARTON PLEIN
POUR COLETTE
ELLE EST DANS TOUS SES ÉTATS





MARDI GRAS ON FAIT

« LES BEIGNETS DE CARNAVAL »



LE SAVIEZ VOUS ?

C'est une fête païenne romaine célébrant la fin de l'hiver, les Calendes de mars, pendant laquelle les interdits étaient transgressés et les déguisements autorisés. Le mot italien provient du latin «carnis levare» («ôter la viande»). Il fait référence aux derniers repas « gras » pris avant le Carême (on parlait au XVIIIe siècle de Dimanche gras ou de Lundi gras avant Mardi gras). Autrefois, cette saison correspondait, dans une société encore majoritairement agricole, à l'une des

périodes les plus critiques. En effet, en février et en mars, les paysans puisaient dans leurs dernières réserves de nourriture stockées avant ou pendant l'hiver. Elle fut plus tard christianisée, pour marquer l'entrée en Carême, période de jeûne et de prière qui commémore les 40 jours passés dans le désert par le Christ. « Mardi gras » précède donc le mercredi des Cendres.



Un GRAND MERCIIIIIII à Martine qui a réalisé ces merveilleuses douceurs au total 140 beignets aux pommes. Vous trouverez la recette après les quelques photos.





RECETTE BEIGNETS AUX POMMES

OÙ

BEIGNETS DE CARNAVAL

4 petites pommes (Golden ou Reinette)

250 gr de farine

2 œufs

1 verre de lait

1 cuillerée à café de levure

1 sachet de sucre vanillé

1 cuillerée à soupe de rhum



Bon appétit



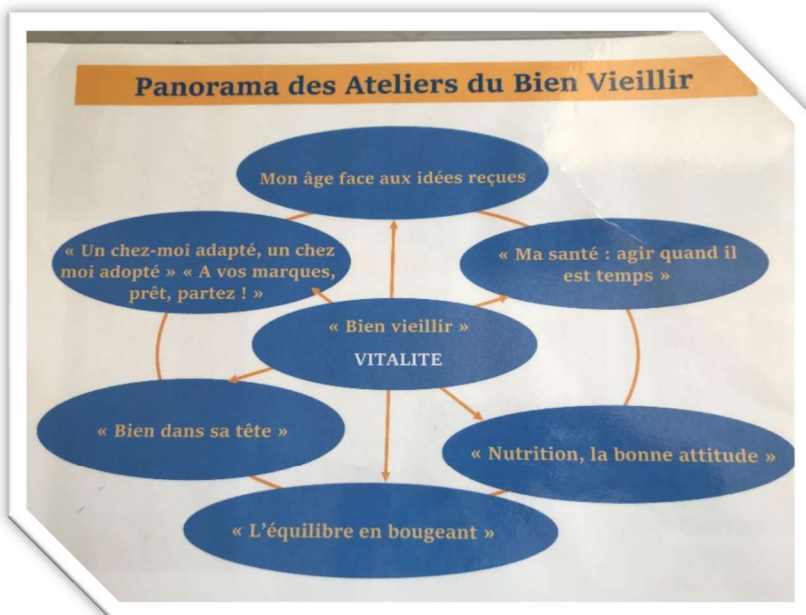
ATELIERS VITALITE

Qu'est-ce que c'est ?

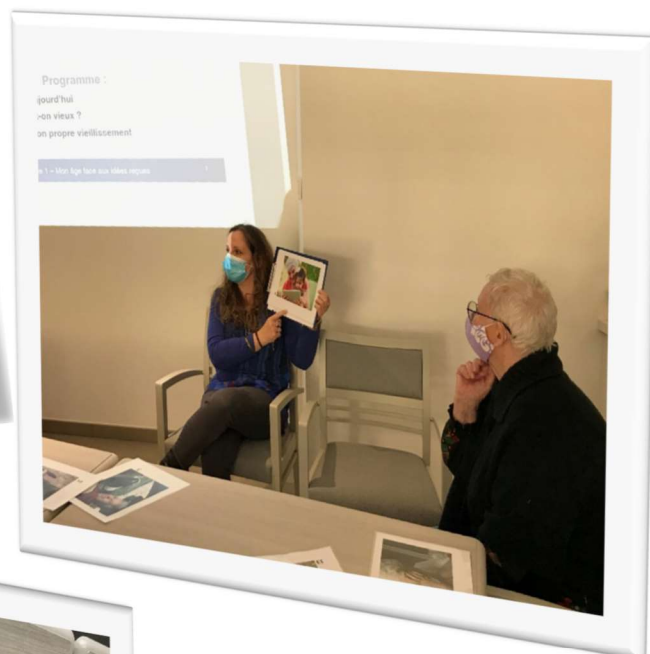
Prendre soin de soi, acquérir les bons reflexes du quotidien, en échangeant dans la convivialité, le jeu, l'interaction entre les résidents. Ce programme d'éducation à la santé vous aidera à améliorer votre qualité de vie et à préserver votre capital santé.

Six Ateliers sont proposés et animés par un professionnel :

Mon âge, ma nutrition, mon équilibre, ma tête, mon chez moi, ma santé.



**ATELIER 1 : Mon âge face aux idées
reçues support « photolangage »**

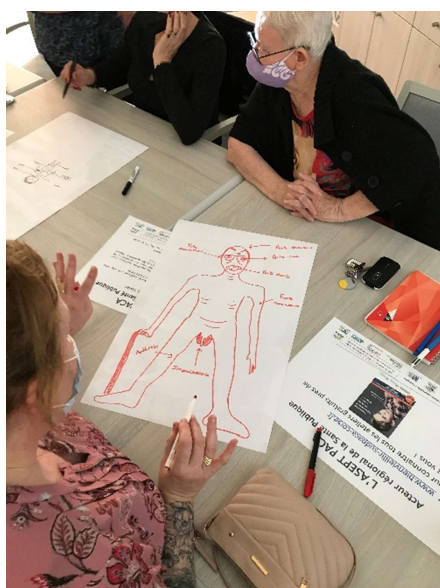
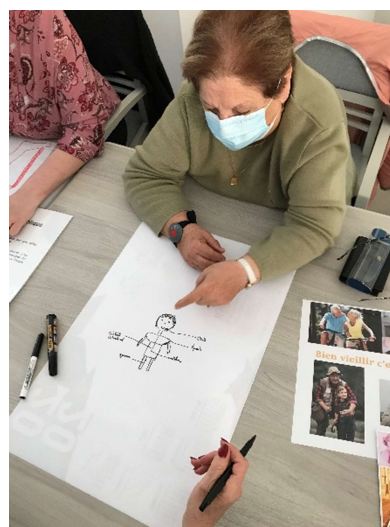




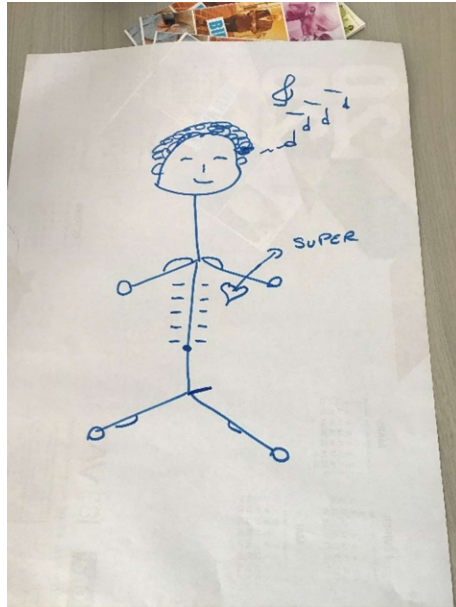
ATELIER 2 : Ma santé

« Agir quand il est temps »

Elles ont été toutes très inspirées
support feuille et dessin

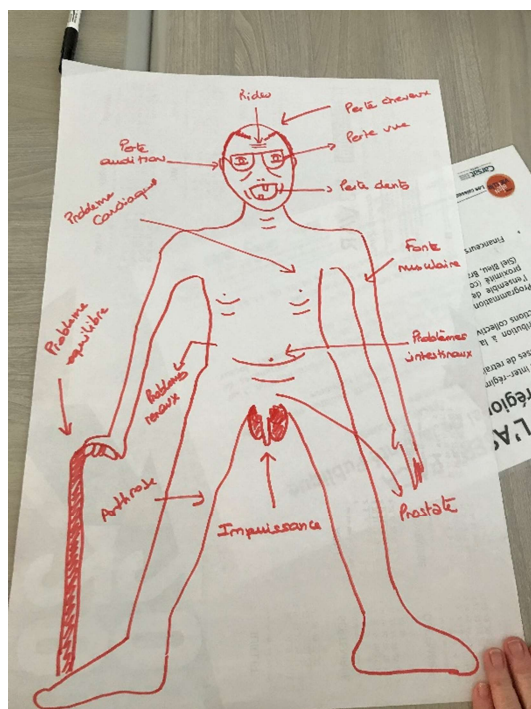
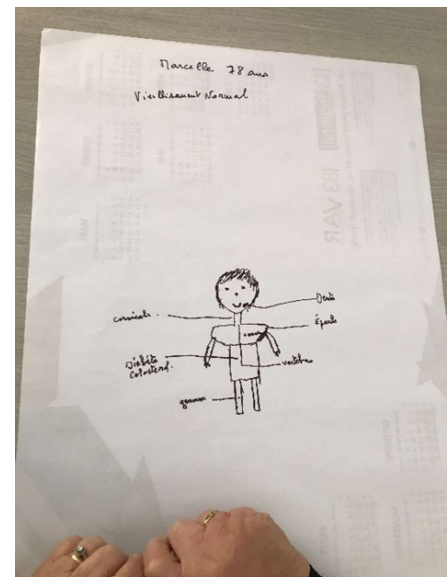


Objectif : Découvrir les différents vieillissements possibles en revoyant tous les bilans de santé utile pour bien vieillir, faire un point sur la vaccination et les médicaments.



MARCEL EN FORME représenté par Nicole et Martine

MARCELLE VIEILLISSEMENT NATUREL représenté par Christiane et Evelyse

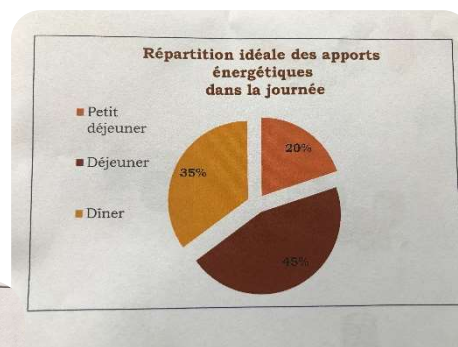


MARCEL VIEILLISSANT représenté par Brigitte et Nathalie

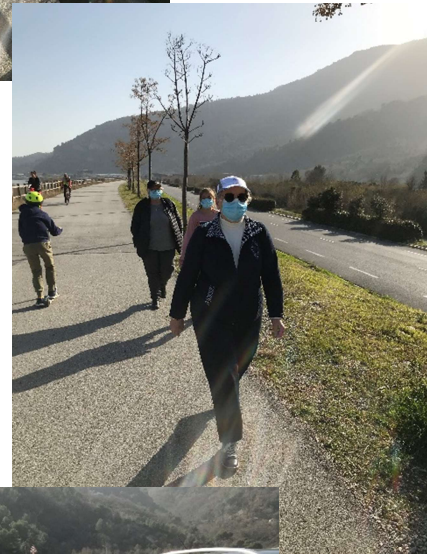
ATELIER 3 : Nutrition la bonne attitude



Objectif : Découvrir les 9 repères nutritionnels qui permettent un bon vieillissement et une bonne santé.



SORTIE : MARCHÉ SUR LA DIGUE



UN BON ANNIVERSAIRE AUX RÉSIDENTS

DU MOIS DE JANVIER ET DE FÉVRIER



NATHALIE	2	JANVIER
BERNARD	26	JANVIER
MARIE FRANCE	14	JANVIER
EVELYSE	31	JANVIER
JEAN MARIE	17	JANVIER
LOUISE	29	JANVIER
JOSE	5	JANVIER
JACQUELINE	6	FEVRIER
ALBERTE	9	FEVRIER

HUMOUR :

• **ATTENTION.**
 LE
 CHOCOLAT
 FAIT RÉTRÉCIR
 LES JEANS



RAPPEL

-Si vous êtes Locataire

Pour Toutes Modifications dans l'appartement il vous faut l'Accord du Propriétaire

Contactez SAGESTIMM au 04 67 13 85 97

- LE LOCAL POUBELLE DOIT ETRE
IMPERATIVEMENT

FERME A CLEFS APRES VOTRE PASSAGE

Il suffit de pousser un peu la porte pour pouvoir la fermer correctement MERCI

- LE LOCAL POUBELLE N'EST PAS UNE
DECHETTERIE ENCOMBRANT 3906

Les sacs poubelles doivent être déposés dans les conteneurs et **NON AU SOL !!** MERCI

- Article 8 du règlement intérieur : **Les chiens et autres animaux**

Sont admis dans la mesure où ils ne nuisent ni à la tranquillité des personnes ni à la propreté des lieux. Ils seront impérativement tenus en laisse dans les jardins et parties communes. En revanche, ils ne sont pas admis au club-house. Les déjections sur les parties communes doivent être enlevées par les propriétaires de l'animal.

CONTACTEZ SAGESTIMM : 04 67 13 85 97

Pour toutes questions sur des problèmes dans votre appartement comme par exemple :

- radiateur qui ne fonctionne pas bien
- dysfonctionnement volet électrique ou coulissant
- problème électrique, fenêtre qui se ferme mal, fissure sur les murs etc....

CONTACTEZ CITYA

SYNDIC DE COPROPRIÉTÉ : 04 92 47 76 88

- en cas de problème, terrain de pétanque, piscine, local poubelle, de voisinage ou sur les parties communes.

Lundi 1	Atelier Numérique Avec L'Association PREVAZUR GRATUIT	15h
Mardi 2	Gym Douce 5€ <u>La CHANDELEUR « On fait des Crêpes »</u>	10h 15h
Mercredi 3	JEUX LIBRES 6 PERSONNES MAX TRIOMINOS, CARTES, SCRABLE, RUMMY ...	15h
Jeudi 4	LOTO (0.20cents la grille) 6 PERSONNES MAX	15h
Vendredi 5	PRESENTATION DE LA FAUNE ET LA FLORE DU MERCANTOUR	15h
Lundi 8	Atelier Numérique Avec L'Association PREVAZUR GRATUIT	15h
Mardi 9	Gym Douce 5€ Atelier Ludique « SPORT CEREBRAL »	10h 15h
Mercredi 10	JEUX LIBRES 6 PERSONNES MAX TRIOMINOS, CARTES, SCRABLE, RUMMY ...	15h
Jeudi 11	ATELIER VITALITE Avec L'association PREVAZUR GRATUIT	14h/16h30
Vendredi 12	LOTO (0.20cents la grille) 6 PERSONNES MAX	15H
Lundi 15	Atelier Numérique Avec L'Association PREVAZUR GRATUIT	15h
Mardi 16	Gym Douce 5€ <u>MARDI GRAS « BEIGNETS DE CARNAVAL »</u>	10h 15h
Mercredi 17	JEUX LIBRES 6 PERSONNES MAX TRIOMINOS, CARTES, SCRABLE, RUMMY ...	15h
Jeudi 18	ATELIER VITALITE Avec L'association PREVAZUR GRATUIT	14h/16h30
Vendredi 19	JEUX LIBRES 6 PERSONNES MAX TRIOMINOS, CARTES, SCRABLE, RUMMY ...	15h
Lundi 22	Atelier Numérique Avec L'Association PREVAZUR GRATUIT	15h
Mardi 23	Gym Douce 5€ Atelier Ludique « SPORT CEREBRAL »	10h 15h
Mercredi 24	JEUX LIBRES 6 PERSONNES MAX TRIOMINOS, CARTES, SCRABLE, RUMMY ...	15h
Jeudi 25	ATELIER VITALITE Avec L'association PREVAZUR GRATUIT	14h/16h30
Vendredi 26	MARCHE	14h

PENSEZ A VOUS INCRIRE AU CLUB SUR LE CAHIER ORANGE

