

GAZETTE SEPTEMBRE 2021

Résidence St MARTIN DU VAR



Les Villages d'Or



8 BONNES RAISONS D'AIMER

LE MOIS DE SEPTEMBRE

Raison n°1 : L'ÉTÉ INDIEN

Ce n'est pas rare que le mois de septembre nous offre de **jolies journées douces et lumineuses**. Ces journées d'arrière-saison sont précieuses parce qu'on goûte encore aux plaisirs de l'été avec l'idée en tête que ce sont peut-être **les dernières fois...** Prendre un dernier apéro en terrasse, sentir une dernière fois l'odeur de la crème solaire, porter une dernière fois cette jolie petite robe. Septembre, c'est de la nostalgie qui s'installe lentement, mais **une nostalgie pleine de reconnaissance** de l'été qui s'achève.

Raison n°2 : LES PREMIERES COULEURS FAUVES

Avec un peu d'attention, on peut déjà apercevoir les changements qui s'opèrent discrètement dans la nature. Quelques **touches de jaune**, quelques **nuances d'orange...** les arbres se préparent à revêtir leur plus belle parure. Celle, sauvage, joyeuse et chatoyante de l'automne.

Raison n°3 : LES ENFANTS SONT A L'ÉCOLE

Apprécier la rentrée, le retour à un rythme régulier, à des repères, à des interactions sociales avec les copains et les instituteurs/trices. L'école, il est bon que les enfants y retournent après avoir fait le plein de soleil, de famille et de souvenirs.

Raison n°4 : S'ACHETER UN NOUVEAU VÊTEMENT

Le mois de septembre a toujours été l'acquisition de la nouvelle tenue : ces vêtements que l'on achète pour la rentrée scolaire ou pour le bureau. **Faire quelques achats pour renouveler sa garde-robe et changer de saison en douceur.**

Raison n°5 : RETROUVER LE PLAISIR D'UNE BOISSON CHAUDE

Boire du thé, un café ou un chocolat chaud. Le moment préféré ? Entre 16 et 17h, lorsqu'il est l'heure de la petite pause et que les températures commencent doucement leur chute bon moyen pour se recentrer sur le moment présent. Que du **Bonheur.**

Raison n°6 : LES PROGRAMMES TÉLÉ DE LE RENTRÉE

On est d'accord qu'en été, les programmes télé, ce n'est jamais bien folichon ? Avec la rentrée, c'est souvent le retour de **nos émissions préférées**, celles qui balisent notre quotidien, mais on est heureux de savoir que les grilles reprennent leurs habitudes confortables. C'est aussi la saison de reprise pour la plupart des **séries**. Alors, on se fait une soirée télé ?

RAISON N°7 : LES CHAMPIGNONS DE BOIS

Oui, oui, vous avez bien lu, les champignons, des bois je précise. Ces petites choses pleines de saveurs avec lesquelles on peut toujours **apporter une touche de nature et d'authenticité** à un plat. Mettez des **cèpes**, des **girolles** ou des **trompettes de la mort** dans une sauce crémeuse pour accompagner un steak, dans un risotto ou même sur une pizza et vous obtiendrez LE goût parfait du mois de septembre. On en salive déjà !

.RAISON N°8 : C'EST LA FIN DU REGNE DES MOUSTIQUES !

Terminons cette liste sur une note un peu drôle, mais pas vraiment sympa avec mère nature. L'arrivée de septembre a un super pouvoir : celui de **faire enfin disparaître les moustiques**. Cet été, ils se sont montrés particulièrement vicieux, voraces. Bon vent les moustiques, qu'on ne vous revoie pas avant l'été prochain.

RÉUNION
D'INFORMATION
ET PRÉSENTATION
D'AIDE A LA PERSONNE
AVEC MAGALIE

**MAGALIE
GRAVANO**

ASSISTANTE DE VIE
PERSONNELLE

Accompagnement - Aide - Soutien

- Activités Cognitives, Artistiques et Ludiques
 - Activités physiques et récréatives
 - Sorties culturelles
- Maintien des repères spatio-temporels
 - Maintien des liens sociaux
- Aide aux courses et à la préparation des repas
 - Démarches administratives.

Auxiliaire de vie - Chèques Emploi Service - Déduction fiscale
06 12 97 53 68



« NOUVEAU »

ATELIER FORM'ÉQUILIBRE

Animé par Gilles Roudeilla Coach sportif agréé.

L'atelier se compose de 12 séances Gratuites (1 fois par semaine) de 1h30.

Le contenu de l'atelier :

L'activité AdaptGym vous propose et crée des exercices physiques dans le cadre de la prévention des chutes, pour une meilleure mobilité et vitalité.

Tout le monde peut y participer.

Participez ! du 6 septembre au 6 décembre 2021

Atelier "Equilibre" de 15h à 16h30 en 12 séances
"Les Lurons"
A la Résidence Villages d'Or

Gratuit, ouvert aux
jeunes de + de 60 ans

Liliane était inscrite à
l'atelier Equilibre
il y a 10 ans !

POUR BIEN VIEILLIR

Faites le plein d'endurance... www.lilianeillir-audapco.com

Inscription auprès d'Alexandra

Carsat
Mairie de Villages d'Or
Mairie de Villages d'Or
K X K Ircantec
Camiesy
anim
aprem





« NOUVEAU »

ATELIER PEINTURE NUMÉROTÉE



Cet atelier permet de se vider la tête et de se concentrer sur l'activité.

Le but étant de monter, tendre la toile et de peindre les cases avec les numéros, chaque numéro correspond à une couleur définie et une fois terminée l'œuvre nous révèle l'image choisie soit un paysage, un animal, etc....





LES ARTISTES



« NOUVEAU »

ATELIER TRICOT

Il aura fallu un peu de temps mais l'atelier tricot est enfin mis en place 😊.

Grâce à l'appel aux dons qui a été diffusé dans la « Newsletter » de la mairie nous avons pu récupérer assez de laine pour pouvoir mettre en place avec l'association « Les protégés de Nathalie » la fabrication de couvertures pour le sanctuaire des animaux handicapés se trouvant à Menton.

Je veux remercier notre donatrice principale Madame Battendier qui nous a fourni énormément de laines et d'accessoires ainsi que plein d'idées créatives pour d'autres associations avec lesquelles je suis en contact.

Alors !!! MERCI POUR VOTRE GÉNÉROSITÉ.



Présentation de l'association
avec Nathalie



Effervescence autour du triage et sélection de la laine



Tricotage immédiat



ATELIER CRÉATIF

Les résidents laissent libre court à leur imagination, ils s'évadent et créent comme ils le veulent, c'est un moment d'échange et de partage. A base de supports métalliques recyclés, en bois ou encore des décors patch le matériel est à leur disposition.





Après tous ces efforts, le goûter s'impose et les artistes sont fiers de montrer leur création aux autres.



UN BON ANNIVERSAIRE AUX RÉSIDENTS
DU MOIS DE SEPTEMBRE



GEORGES	DANIELLE	2	SEPTEMBRE	1952
DELORME	MARC	18	SEPTEMBRE	1957
VIDAL	COLETTE	1	SEPTEMBRE	1930

Mention Spéciale pour COCO 91 ANS ! les copines lui ont organisé un goûter surprise



Proposition du mois de septembre
Club Inter Age de St Martin du VAR



Club Inter Ages
Saint-Martin-du-Var



Train des Pignes, et Entrevaux
Mardi 21 Septembre 2021

ATTENTION PLACES LIMITEES A 49 PARTICIPANTS

RENDEZ de VOUS à la Gare de St Martin du Var à **9H15** pour un départ à **9H50** où vous monterez à bord du Train des Pignes. Au cours de cette promenade, vous découvrirez le charme des nombreux villages perchés typiques de l'arrière pays niçois avant d'arriver au village de St André les Alpes. ...Déjeuner au restaurant.

Assortiment de crudités et de charcuterie
Gigot d'agneau braisé, sauce forestière Garniture de légumes
Plateau de fromages
Pâtisserie maison
Vin et café

Dans l'après-midi temps libre à Entrevaux, Porte de France sur la frontière du Sud Est, est fier de son riche et tumultueux passé....
Place forte militaire avancée du royaume de France, son village fortifié dominé par sa célèbre citadelle, lui vaut le titre de cité Vauban.
L'accès à la cité historique se fait par la Porte Royale et son imposant pont-levis.
Vous tomberez sans aucun doute sous le charme de ce superbe village riche d'histoire au gré de vos déambulations dans les rues... Puis retour vers votre ville.

PRIX PAR PERSONNE
Base 45 Payants : 61 €
Base 40 Payants : 63 €
Base 35 Payants : 66 €
Base 30 Payants : 71 €
Base 25 Payants : 79 €

Paiement total à l'inscription par chèque de **79 euros** à l'ordre du
« club Inter Ages » avant le **14 Septembre 2021**

Annie : 06 15 91 57 35 -- Agnès : 06 80 31 14 06
Noélie : 06 26 90 04 01

PLANNING DU MOIS SEPTEMBRE 2021

Mercredi 1	RÉUNION D'INFORMATION Avec Magalie Présentation Accompagnement à la personne	15h
Jeudi 2	JEUX LIBRES	15h
Vendredi 3	JEUX LIBRES/ ATELIER CRÉATIF	15h
Lundi 6	ATELIER FORM'EQUILIBRE « NOUVEAU »	15h/16h30
Mardi 7	Gym Douce 5€	10h
Mercredi 8	CLUB FERMÉ VACANCES	
Jeudi 9	CLUB FERMÉ VACANCES	
Vendredi 10	CLUB FERMÉ VACANCES	
Lundi 13	ATELIER FORM'EQUILIBRE	15h/16h30
Mardi 14	Gym Douce 5€ JEUX LIBRES/ PEINTURE « NOUVEAU »	10h 15h
Mercredi 15	Atelier Ludique « SPORT CÉRÉBRAL »	15h
Jeudi 16	JEUX LIBRES	15h
Vendredi 17	JEUX LIBRES/ ATELIER TRICOT « NOUVEAU »	15h
Lundi 20	ATELIER FORM'EQUILIBRE	15h/16h30
Mardi 21	Gym Douce 5€ Atelier Ludique « SPORT CÉRÉBRAL »	10h 15h
Mercredi 22	JEUX LIBRES/ PEINTURE	15h
Jeudi 23	LOTO (0.20cents la grille)	15h
Vendredi 24	JEUX LIBRES/ ATELIER TRICOT	15h
Lundi 27	ATELIER FORM'EQUILIBRE SÉMINAIRE MONTPELLIER	15h/16h30
Mardi 28	Gym Douce 5€ SÉMINAIRE MONTPELLIER	10h
Mercredi 29	SÉMINAIRE MONTPELLIER	
Jeudi 30	SÉMINAIRE MONTPELLIER	

PENSEZ A VOUS INCRIRE AU CLUB SUR LE CAHIER ORANGE

RAPPEL

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....

-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

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.

- 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.

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

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

BLAGUES :



Mon mari a sorti une carte du monde, m'a donné une fléchette et il m'a dit : « Lance la fléchette sur la carte et où elle tombe, je t'emmène là après la pandémie »
On va passer deux semaines derrière le frigo.

LA MAÎTRESSE DE TOTO
LUI DEMANDE :
- QUEL EST LE PASSÉ DE "JE BÂILLE" ?
- JE BÂILLAIS.
ET LE FUTUR ?
- HEU... JE DORS ?

Quand un chat prend des selfies 😊







