GAZETTE OCTOBRE 2021

Résidence St MARTIN DU VAR











LE SAVIEZ-VOUS:

La Fête d'Halloween:

Halloween, ça vient de l'ancien anglais « All Hallow Even », qui veut dire « la veille de tous les saints ». Car le 31 octobre, **c'est** la veille de la Toussaint, une **fête** chrétienne pendant laquelle on célèbre tous les saints, suivie d'une journée de prières pour les morts, le 2 novembre.

Quand Halloween a-t'il été créé?

La tradition d'**Halloween** est née au XIX ^e siècle en Écosse et en Irlande. Aux États-Unis et dans les pays du Commonwealth, le trick-or-treating est une tradition depuis les années 1930.

Pourquoi mange -t-on des bonbons à l'Halloween?

Pourquoi les enfants demandent-ils des **bonbons** ? Lors de la fête de Samain, on faisait des offrandes de nourriture aux esprits pour qu'ils soient en paix. Cette habitude de distribuer des **bonbons** serait un héritage de cette pratique.



10 BONNES RAISONS

D'AIMER LE MOIS D'OCTOBRE

RAISON N°1: OCTOBRE ROSE

Pour la 23ème année, ce mois d'octobre est marqué par la campagne de prévention et d'information pour la lutte contre le cancer du sein. Ce cancer, majoritairement féminin (mais pas uniquement, sachez-le), peut bénéficier d'un pronostic positif dans de nombreux cas, à condition d'être dépistées à temps. Alors, on profite de ce mois d'octobre pour en parler aux femmes qui nous entourent, à nos mamans, sœurs, amies afin de leur rappeler l'utilité d'un suivi régulier et d'un dépistage précoce.

RAISON N°2 : DE JOLIES NOUVEAUTÉS MUSICALES

Ce mois d'octobre est synonyme de la sortie des **nouveaux albums de deux artistes** : Norah Jones & les Kings of Leon.

Norah Jones celle dont la musique est touchante et douce. C'est un plaisir de l'écouter, elle donne des frissons et fait ressentir toute une palette d'émotions. Son nouvel album solo (le sixième), *Day Breaks*, sortira le 7 octobre. On le présente comme un véritable retour aux sources pour la chanteuse qui aime s'essayer à divers styles, mais qui excelle dans un courant jazzy & feel good que j'affectionne vraiment beaucoup.

Le deuxième album dont la sortie est prévue le 14 octobre est celui du groupe américain, **Kings of Leon** et dont le titre sera **We Are Like Love Songs (WALLS)**. Dans un registre différent et avec une musique rock alternative teintée de notes sudistes, country et bluesy, il apporte de l'énergie et vous emmène en roadtrip dans leur Tennessee natal.

RAISON N°3: ALLUMER UN FEU DE BOIS

Le feu de bois a une symbolique très importante la **chaleur**, la **lumière** et l'**ambiance**.

Il apporte dans une maison la douceur et le bien-être. C'est pour cela qu'on attend avec impatience que les températures chutent pour allumer le premier feu dans la cheminée



RAISON N°4 : UNE DÉLICIEIUSE ODEUR DE CANNELLE

Octobre, c'est le moment idéal pour ressortir ses bâtons de cannelle et **parfumer desserts et autres boissons**. Vous ne me croyez pas ? Testez donc un peu de cannelle dans un **jus de pomme** maison ou dans vos



prochains **pains perdus**! Vous verrez, on entre délicieusement dans une tout autre dimension gustative.

RAISON N°5: PRENDRE UN BON BAIN CHAUD

Pour vous détendre après une jolie balade dans les feuilles mortes ou pour vous réchauffer quand le froid et l'humidité frappent à vos carreaux, c'est dans un bon bain chaud qu'il faut vous glisser. Pour faire de ce dernier un pur moment de plaisir, prévoyez un produit de bain aux senteurs délicates, une lumière tamisée (des bougies !), un bon livre ou un magazine et, pourquoi pas, de la musique douce. Et maintenant, profitez !

RAISON N°6: SE GLISSER DANS UN PULL DOUILLET

Ressortir pulls et gilets tout doux de l'armoire, s'entourer de leur moelleux et laisser la chaleur se propager dans tout le corps, voilà un des plus jolis plaisirs d'octobre. Et si vous aimez les lainages confortables, pourquoi ne pas vous mettre à la Trico thérapie? Il parait que c'est le nouveau yoga !

RAISON N°7: SE FAIRE PLAISIR AVEC DES REPAS « COMFORT FOOD »

On profite de l'automne pour se faire plaisir à table. Au revoir salades, bonjour plats réconfortants que l'on partage avec son amoureux, sa famille et/ou ses amis. À condition de ne pas y succomber trop souvent, ce genre de cuisine peut très bien s'envisager dans le cadre d'une alimentation équilibrée.

Mais au fond, c'est quoi la « Comfort food » ? C'est une cuisine généreuse en moelleux et en saveurs d'enfance, une cuisine qui nous rappelle de moments précieux, qui appelle à la convivialité.

Cela peut être des **pâtes avec une bonne sauce bolognaise** qui a mijoté des heures et du fromage râpé, un **plateau de fromage généreux** avec des noix, du pain goûteux et un bon verre de vin rouge ou encore des **roulades de chicons** (des endives pour les non-belges) au gratin.

RAISON N°8 : SE FABRIQUER DE LA DÉCO « DIY » NATURELLE

Ce qu'il y a de chouette, au mois d'octobre, c'est que la nature met à notre disposition des dizaines d'ingrédients pour **fabriquer de jolies décorations** de saison. Il suffit de sortir et de lever les yeux pour trouver de quoi s'occuper et donner à son intérieur un air de fête : feuilles colorées, coloquintes, marrons, glands, noix, pommes de pin, branche de bois...

RAISON N°9: S'AMUSER AVEC DES COLLANTS COLORES

Comment donner **un twist inattendu** à une tenue qui manque de pep's en automne ? Essayez les collants colorés, ça fonctionne super bien! Il suffit de jouer avec les **nuances** et les **contrastes** pour s'amuser un maximum et donner de la personnalité à un look tout simple. Astuce validée!

RAISON N°10 : FÊTER HALLOWEEN

Pour certains, Halloween est une fête commerciale, une fête trop américaine. Mais quand on aime **décorer sa maison**, voir ses amis, **bricoler avec ses enfants**, Halloween est une très belle occasion de **se réunir** et de trouver des **activités amusantes** tandis qu'une bonne soupe au potiron cuit doucement dans la casserole (essayez d'y ajouter une bonne pincée de curry, vous verrez, c'est magique).

Bref, Halloween, c'est chouette et c'est parfait pour illuminer les journées qui raccourcissent de plus en plus tout en faisant marcher son **imagination**.

SPORT:

La **GYM DOUCE** le mardi matin depuis plus de 1 an maintenant avec nos deux supers coach <u>Christine et Lysa</u> qui malgré les restrictions et le COVID ont maintenues les cours en vers et contre tous.

Un GRAND MERCI pour votre investissement et votre volonté.



Distribution de petits cadeaux offerts par la « GV POUR TOUS » très sympa







LA PÉTANQUE:



Les copains se retrouvent vers 17h tous les soirs pour une partie de pétanque.







JEUX:

Loto, Scrable, Rummikub, Skibo, elles sont toutes accros on ne les arrête plus .











LE TRICOT:

Voilà maintenant plusieurs semaines que nos tricoteuses s'affèrent à la tâche pour l'association

« LES PROTEGÉS DE NATHALIE »



Nathalie est venue présenter les différents pensionnaires pour lesquels elles ont confectionné des couvertures et des petits manteaux pour l'hiver.

Vous découvrez ainsi en image les différentes étapes de cette création.

« GRAND MERCI AUX TRICOTEUSES

Pour leur investissement et leur volonté BRAVO »





Chacune a tricoté des bandes de laine d'une dimension définie au Club et à leur domicile, elles les ont ensuite assemblées pour faire des couvertures, beau travail d'équipe! super les filles!



















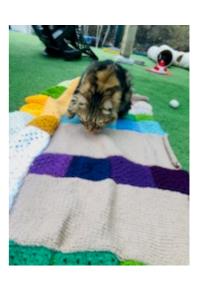




ET VOILÀ

LE RÉSULTAT !!!!!!!!

Les petits pensionnaires sont prêts pour l'hiver

















MISSION ACCCOMPLIE



RÉUNION INFORMATION ET DÉGUSTATION AVEC L'ENSEIGNE « PLACE DU MARCHÉ »



Votre nouveau marché à Domicile

Ils proposent une large gamme de produits variés, et de qualités.

Des offres proposées par 5 spécialistes, du surgelé à l'épicerie, en passant par la boucherie, la crèmerie et le primeur.

Des téléconseillers et des livreurs dévoués afin de faciliter vos choix et vos commandes.

Les résidents ont pu goûter, choisir et commander leurs produits.





















MERCI à l'équipe commerciale pour leurs explications et leur bonne humeur.

LA PEINTURE:

Tranquillement mais sûrement nos artistes continuent leurs œuvres.







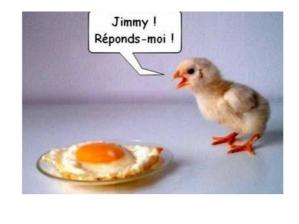


UN BON ANNIVERSAIRE AUX RÉSIDENTS DU MOIS D'OCTOBRE



LEFEBVRE	JACQUELINE	15	OCTOBRE	1936
MANOUVRIER	DIDIER	30	OCTOBRE	1961
SCICOLONE	JACQUELINE	27	OCTOBRE	1928

BLAGUES:







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 <u>l'Accord du Propriétaire</u>

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.

-<u>LE LOCAL POUBELLE N'EST PAS UNE</u> DECHETTERIE ENCOMBRANT 3906

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