



GAZETTE LES VILLAGES D'OR

JUILLET ET AOUT 2022

Les poèmes de Provence de Jean Aicard
Poète romancier, né à Toulon en 1848.



PENSONS A NOUS RAFRAICHIR



Pour l'été c'est boissons fraîches à volonté

De l'eau, des fruits, un peu de sucre et d'imagination pour confectionner de délicieuses boissons à consommer sans modération.

Il fait chaud, c'est l'été, c'est normal et il faut s'hydrater !

Alors boire de l'eau c'est bien et c'est déjà, en soi, un privilège mais parfois on a envie d'une boisson un peu plus fun sans pour autant se laisser aller à boire un soda fut-il "zéro" !

Cette sélection de [boissons fraîches](#) devrait combler vos envies. Il y en a pour tous les goûts !



Lait frappé aux abricots

Pour un grand verre (ou 2 plus petits) :

- 3 pêches plates
- 2 abricots
- 100 ml de lait
- 5 glaçons
- 1 Cs de sirop d'érable (ou 2)

Lavez vos abricots et enlevez les noyaux.

Épluchez vos pêches, enlevez les noyaux et coupez-les grossièrement.

Mettez les fruits dans le blender avec le lait et le sirop d'érable et mixez 1 minute.

Ajoutez les glaçons et mixez de nouveau 1 minute.

Goutez, pour voir si ça manque un peu de sucre à votre goût (ça dépend beaucoup des fruits).

Si oui, ajoutez encore une cuillère de sirop d'érable directement dans le verre de service, ça fera un joli décor sur le dessus de votre frappé. Sinon, servez et buvez directement votre lait frappé pêche-abricot, il faut qu'il reste bien frais !

Thé glacé au citron

INGREDIENTS (pour un grand pichet de 2 1/2 litre)



2,5 l d'eau

15 g (1/4 de tasse) de thé noir indien Assam, en feuilles

150 g (3/4 tasse) de sucre

180 ml (3/4 de tasse) de jus de citron

Glaçons

Tranches de citrons

Feuilles de menthe fraîche (optionnel)

Mettre 2 tasses (500 ml) d'eau et les feuilles de thé dans une petite casserole. Porter à ébullition puis retirer du feu. Laisser infuser 5-6 minutes avant de passer au tamis. Jeter les feuilles de thé. Verser le concentré de thé chaud dans un grand pichet. Y ajouter le sucre et fouetter pour faire fondre. Ajouter 2 litres d'eau très froide et le jus de citron. Verser une généreuse quantité de glaçons dans le pichet pour accélérer le refroidissement.

Servir bien froid, en garnissant les verres de tranches de citron et de feuilles de menthe.

Vous pouvez aussi mettre les tranches de citron et la menthe dans le pichet, mais seulement si vous planifiez boire le thé la journée même... Je trouve que le citron tranché donne un goût amer aux boissons après une journée au frigo...

ORANGEADE



Cette orangeade est aussi rafraîchissante que possible. Mais ce n'est pas l'orangeade moyenne, croyez-moi ! Il est délicatement parfumé à l'eau de fleur d'oranger, à la cannelle et au miel. Il est parfait comme boisson de printemps/été, ou pour accompagner n'importe quel repas nord-africain/moyen-oriental.

- **Portions :** 4
- **Durée :** 10 minutes

Ingrédients

- 350 ml de jus d'orange fraîchement pressé
- le zeste de 2 oranges
- 3 bâtons de cannelle
- 3 cuillères à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe d'eau de fleur d'oranger
- 150 ml d'eau pour le sirop
- 500 ml d'eau pour faire l'appoint
- Pour servir/garnir (facultatif) : pétales de rose séchés, écorce de cannelle, miel, tranches d'orange, feuilles de menthe

Méthode

1. Réaliser le sirop en portant à ébullition 125 ml d'eau, avec le miel, les zestes d'orange et les bâtons de cannelle. Éteignez le feu et laissez infuser en refroidissant.
2. Pressez les oranges et passez le jus au tamis pour éliminer tous les morceaux. Mettre dans un flacon vide de 1L.
3. Ajouter le sirop.
4. Compléter avec de l'eau.

14H00/18H00 JEUX LIBRES	14H00/18H00 JEUX LIBRES		14H00/18H00 JEUX LIBRES	14H00/18H00 JEUX LIBRES
14H00/18H00 JEUX LIBRES	14H00/18H00 JEUX LIBRES		14H00/18H00 JEUX LIBRES	14H00/18H00 JEUX LIBRES
FERIE 	14H00/18H00 JEUX LIBRES		14H00/18H00 JEUX LIBRES	14H00/18H00 JEUX LIBRES
14H00/18H00 JEUX LIBRES	14H00/15H00 CAFE PAPOTE 15H00/18H00 JEUX LIBRES		14H00/18H00 JEUX LIBRES	15H00/18H00 JEUX LIBRES
14H00/18H00 JEUX LIBRES	14H00/18H00 JEUX LIBRES			

PROGRAMME ANIMATION AOUT 2022

Bientôt c'est un grand jour puisque vous allez partir en vacances. Je vous souhaite donc de profiter de ne rien avoir à faire que de prendre du plaisir et du repos. Tous mes vœux de bonnes vacances vous accompagnent durant cette belle période. Je vous embrasse.

POUR CELLES ET CEUX QUI RESTENT AU

Les Villages d'Or

Le club reste ouvert , les animations en aout seront réduites pour mieux reprendre en septembre .

En octobre nous commencerons les ateliers mémoires qui auront lieu le lundi matin .

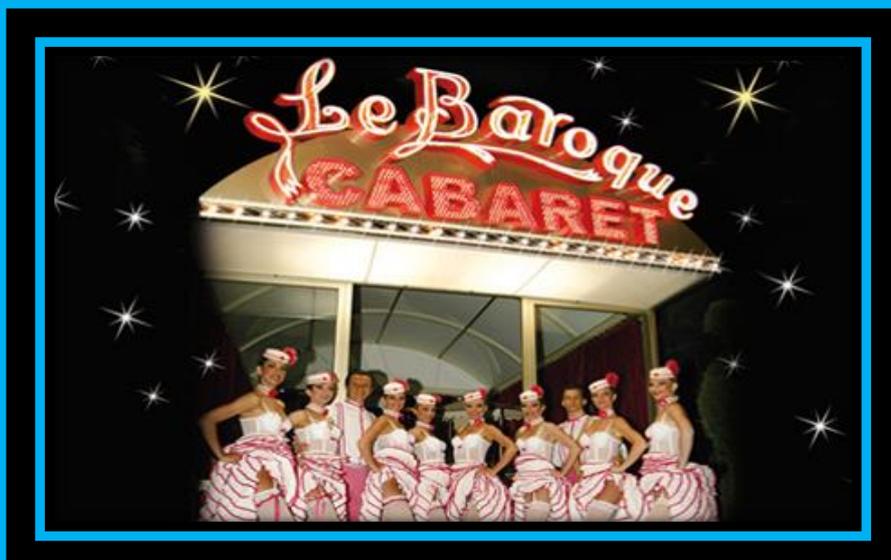
Nous sommes en attente de confirmation sur les ateliers « relaxation » et « sophrologie »

Les dates vous seront communiquées dans la gazette de septembre.

Nous allons commencer à réfléchir sur la sortie de fin d' année qui aura pour thème

« **CABARET LE BAROQUE** »

Il reste à l' organiser et donc beaucoup à faire 😊



NOTRE SOIREE BARBECUE



Notre deuxième soirée de l'été fut une fois de plus un beau succès.
Après un départ sous la pluie, nous nous rattrapâmes dans des danses
endiablées jusque tard dans la soirée.

Ils m'entraînent jusqu' au bout de la nuit les démons de minuit  ça met
un peu de chaleur au fond de nos coeurs 



Voici l'ordre du JEDI du barbecue

Nicolas dit Luke SKWALKER

et Didier dit OBI-WAN KENOBI



**Sheila et Ringo
Sont de retour**



Les ZOUK MACHINE



**Le groupe ABBA
De gauche à droite, Benny, Agnetha, Björn.
Il manque Frida ?**



Les Girls Band L5 des Villages d'Or



Les ex-filles de la bande à Basile.



MERCOTTE SANS CYRIL LIGNAC



**THELMA ET LOUISE ONT QUITTE LA
ROUTE 66 POUR VENIR NOUS
REJOINDRE**



Les Claudettes sont au repos

Nous nous retrouverons pour le prochain apéro de l'été le **vendredi 29 juillet**



sous le thème « **APERRO AMERICA** »

En aout nous ferons un petit break afin de nous retrouver pour l'apéro de septembre, il aura pour thème « les **Antilles** » ne pas hésiter à se déguiser 😊



N'oubliez pas que tous les mardis de 9H30 à 11H30 nous avons la gym avec nos coachs professionnelles



Et pour les nageurs
il y a notre belle et spacieuse piscine



Le cercle des nageurs de Saint – Martin du Var
en préparation pour les prochains jeux olympiques



Les anniversaires de l'été

ZITO Jean- Pierre 9 juillet

SHEFFER Norbert 13 juillet

FIANDINO Maurice 16 juillet

PIZZOLATO Nicolas 24 Juillet

TERRIER Lucia 24 Juillet

PROCUREUR Claude 27 Juillet

FEDELICH Yvonne 11 aout

PITTEMAN Lucien 22 aout

SOUM Yvaine



Les Villages d'Or

**De Saint- Martin du Var souhaitent à tous
de très joyeuses vacances !**

HAPPY HOLIDAYS

BUONE VACANZE

BUENAS VACACIONES

