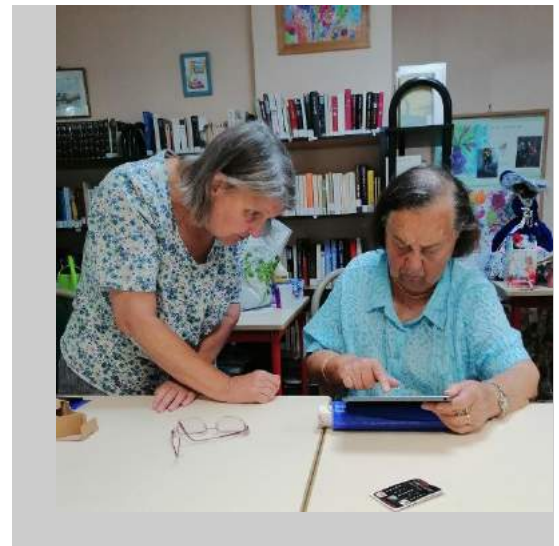


# LA VIE



# COURALIENNE



*Le journal des résidents et du personnel des établissements*

**N° 50**

13 rue de Nazareth 34090 MONTPELLIER

Tél : 04.67.02.37.37

Fax : 04.67.02.37.00

Email : [lescouralies@acppa.fr](mailto:lescouralies@acppa.fr)

# Édito

Chères lectrices et chers lecteurs

Voici notre journal de ce dernier semestre « La Vie Couralienne », vous trouverez dans ce numéro des articles divers et variés.



Dans la rubrique « *une œuvre un artiste* » vous découvrirez Alfonse Mucha, peintre et affichiste attiré de Sarah Bernhardt ; dans la rubrique « *expression* » vous serez certainement intéressés par de nombreux sujets, notamment la présentation de Raffaella et Yokin en service civique.

Tout au long de cette année qui s'achève nous nous sommes efforcés malgré les contraintes sanitaires de maintenir des activités et une vie sociale de qualité.

Une rétrospective page 15 dans la rubrique « *souvenons-nous* », vous permettra de revivre en image les événements et activités qui se sont déroulés aux Couralies et à la résidence Coural.

En espérant que l'année 2022 nous apporte bientôt de bonnes nouvelles comme la liberté retrouvée sans contrainte liée à la pandémie, je vous souhaite à toutes et tous une très bonne année 2022.

Bonne lecture

**Olivier MARIN**  
DIRECTEUR





# SOMMAIRE

**Éditorial.....P.2**

**Sommaire.....P.3**

**Art et culture : .....P.4 à 7**

- Une œuvre, un artiste : Alfonse Mucha par Magali Bonnet .....P.4 à 5

- Extraits de lecture : Hommage à Charles Aznavour par M.Thérèse Pothier About....P.6 à 7

**Expression : .....P.8 à 11**

- présentation de Raffaella et Yokin en service civique .....P.8

- Que transportez vous sur vos épaules proposé par Roseline Logereau.....P.9

- Faut rigoler proposé par M.Thérèse Pothier About.....P.10

- Riez, souriez proposé par M.Thérèse Pothier About.....P.11

**On en a parlé : .....P.12 à 14**

- La Musicothérapie par Magali Bonnet .....P.12 à 14

**Souvenons-nous.....P.15 à 28**

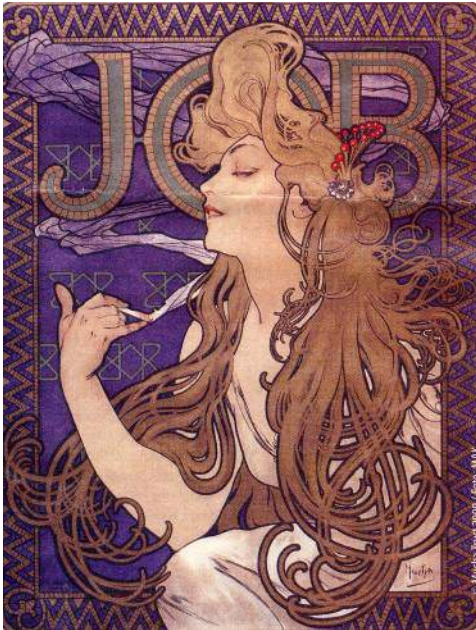
**Jeux .....P.29 à 30**





# ART ET CULTURE

UNE ŒUVRE, UN (E) ARTISTE...



« *La culture ne s'hérite pas, elle se conquiert* »  
André Malraux

## ALFONSE MUCHA :

Alfons Maria Mucha, né à Ivančice (ville de Moravie qui faisait alors partie de l'Empire d'Autriche, aujourd'hui se trouve en République tchèque) le 24 juillet 1860 et mort à Prague le 14 juillet 1939 (à 78 ans), est un affichiste, un illustrateur, un graphiste, un peintre, architecte d'intérieur et décorateur tchèque, fer-de-lance du style **Art nouveau**.

Sarah Bernhardt, fit du jeune Mucha son affichiste attiré, de 1894 à 1900, le propulsant ainsi vers le succès. Il fit les décors de ses spectacles au théâtre de la Renaissance, (théâtre Sarah Bernhardt).



Mucha, qui avait quitté son pays à 17 ans, avait acquis à Paris une petite notoriété d'illustrateur. La nuit de Noël 1894, alors qu'il corrigeait des épreuves dans une imprimerie, on apprit que la comédienne exigeait avant le jour de l'An une nouvelle affiche pour *Gismonda*. On dépêcha Mucha au Théâtre de la Renaissance. Le résultat laissa dubitatif les imprimeurs mais enthousiasma la diva, qui signa immédiatement avec l'artiste un contrat de six ans, lui confiant la création de ses affiches, ses décors et ses costumes.

Avant Sarah Bernhardt, À 19 ans, Mucha était apprenti peintre à Vienne dans une entreprise de décors de théâtre. Puis il travaille chez le comte Khuen-Belassi, décorant les murs de son château d'Emmahof et ceux du manoir de son frère, à Bolzano. Son mécène le subventionne pour des études à l'Académie des arts de Munich. En 1887, il l'encourage à partir pour Paris où il s'inscrit à l'Académie Julian.





# ART ET CULTURE

## UNE ŒUVRE, UN ARTISTE...



Mucha vit à Montmartre et rencontre de nombreux artistes (Gauguin, entre autres). Mucha s'intéresse à la photographie, réalise des illustrations pour la presse. Il découvre le travail de Steinlen. Paris est ce réservoir d'illustrations qui vont abreuver son œuvre. Lieu catalyseur des idées nouvelles aussi, esthétiques et intellectuelles.

Petit à petit, on donne le nom d'Art Nouveau au style de Mucha et les commandes affluent de toutes parts, ce qui amènera Mucha à être sollicité pour l'exposition universelle de 1900. Il commence à enseigner en 1896. En 1897, la Galerie la Bodinière organise une exposition qui lui est consacrée, la préface du catalogue sera écrite par Sarah Bernhardt. D'autres expositions suivront, plus prestigieuses encore. Mucha part pour New York en 1905, où son arrivée fait figure d'évènement. Il revient bientôt en France et souhaite désormais avoir plus de temps pour se consacrer à sa peinture. En 1908,

il réalise sa dernière grande œuvre Art Nouveau : la décoration du German Theatre.

En 1910, Mucha décide de consacrer le reste de sa vie à peindre vingt tableaux de grandes dimensions représentant une épopée symbolique du peuple slave et ce depuis l'Antiquité. Mucha entreprend alors un voyage d'étude, puis en 1911, s'installe à Zbirov où il travaille sur ses grandes toiles ; en même temps, il fait des travaux pour la toute jeune Tchécoslovaquie (timbres, billets de banque, etc.) pour lesquels il ne veut accepter aucune rémunération. En 1919, les sept premières toiles sont exposées à Prague. Les onze premières partiront pour les États-Unis où l'artiste part vivre pendant deux ans ; les toiles font sensation. En 1921, il revient en Europe pour ne plus jamais la quitter. Toute son énergie est consacrée à l'Épopée Slave.



Une exposition a eu lieu en 2009 au musée Fabre. Elle a réuni un ensemble exceptionnel de 280 œuvres, résumant la production variée de cet artiste «touche à tout ».

*"Je serais ouvrier-peintre plutôt que de faire de l'art pour l'art." Alphonse Mucha*

Sources :

- <https://www.connaissancedesarts.com/arts-expositions/recit-dune-vie-alphonse-mucha-peintre-surdoue>

- <https://www.wikiart.org/fr/alfons-mucha>

- <https://www.mchampetier.com/biographie-Alphonse-Mucha.html>

**Magali BONNET**  
ANIMATRICE





# ART ET CULTURE

## EXTRAITS DE LECTURE

Extrait de lecture :

Hommage à Charles AZNAVOUR  
Par Fred SABOURIN

« Lorsque l'on tient, entre ses mains, cette richesse d'avoir vingt ans, des lendemains plein de promesses, il faut boire, jusqu'à l'ivresse, sa jeunesse.

À 18 ans, j'ai quitté ma province, bien décidé à empoigner la vie, le cœur léger et le bagage mince, j'étais certain de conquérir Paris.

Je vous parle d'un temps que les moins de vingt ans ne peuvent pas connaître ; Montmartre en ce temps-là, accrochait ses lilas jusque sous nos fenêtres.

Par la peur de te perdre et de ne plus te voir, par ce monde insensé qui grouille dans ma tête, par ces nuits sans sommeil où la folie me guette, quand le doute m'effleure et tend mon cœur de noir, j'en déduis que je t'aime, j'en déduis que je t'aime »...

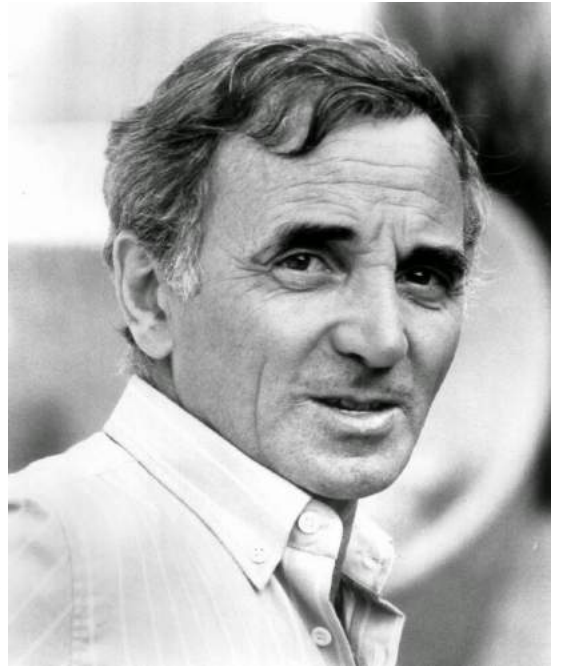
« Nous nous sommes aimés, nos joies se sont offertes : dans le petit bois de Trousse-Chemise, la mer était grise, on l'était un peu, dans le petit bois de Trousse-Chemise, on a fait des bêtises, souviens toi nous deux...

Laisse-moi guider tes pas dans l'existence, laisse-moi la chance de me faire aimer, viens comme une enfant au creux de mon épaule, laisse-moi le rôle de te faire oublier...

Nous nous sommes mariés par un jour de printemps, sans prêtre, sans mairie, sans amis ni parents, nous n'avions tout au plus elle et moi que vingt ans, mais un désir d'adulte brûlait nos cœurs d'enfants.

J'ai mis mon complet neuf, mes souliers qui me serrent, et je suis prêt déjà depuis pas mal de temps, ce soir est important car c'est l'anniversaire du jour où le bonheur t'avait vêtue de blanc, mais...

viens, découvrons toi et moi les plaisirs démodés. Je sais qu'un jour viendra, car la vie le commande, ce jour que j'apprends ou tu nous quitteras ; je sais qu'un jour viendra où, triste et solitaire, en soutenant ta mère et en traînant mes pas, je rentrerai chez nous, dans un chez nous désert, je rentrerai chez nous où tu ne seras pas ».





# ART ET CULTURE

« Un beau matin, je sais que je m'éveillerai différemment de tous les autres jours, et mon cœur délivré enfin de notre amour, et pourtant...

C'est drôle, c'que t'es drôle à r'garder, t'es là, t'attends, tu fais la tête, et moi j'ai envie d'rigoler, c'est pas l'alcool qui monte dans ma tête, tout l'alcool que j'ai pris ce soir afin d'y puiser le courage de t'avouer que j'en ai marre de toi et de tes com-mérages, de ton corps qui me laisse sage et qui m'enlève tout espoir. Dieu que t'as changé en cinq ans, tu t'laisses aller, tu t'laisses aller »...

« Il faut savoir quitter la table lorsque l'amour est desservi, sans s'accrocher l'air pi-toyable, mais partir sans faire de bruit.

Que c'est triste Venise, au temps des amours mortes, que c'est triste Venise, quand on ne s'aime plus...

Je n'aurais jamais cru qu'on se rencontrerait, le hasard est curieux, il provoque les choses, et le destin pressé un instant prend la pause ; non, je n'ai rien oublié...

Je souris malgré moi, rien qu'à te regarder ; si les mois, les années, marquent souvent les êtres, toi, tu n'as pas changé, la coiffure peut-être ?...Non, je n'ai rien oublié.

J'habite seul avec maman dans un très vieil appartement, rue Sarasate, j'ai pour me tenir compagnie, une tortue deux canaris, et une chatte »...

« Hier encore j'avais vingt ans, je caressais le temps et jouais de la vie, comme on joue de l'amour et je vivais la nuit sans compter sur mes jours qui fuyaient dans le temps.

Par l'idée que la fin pourrait être un début, par mes joies éventrées par ton indiffé-rence ; par tous les mots d'amour qui restent en souffrance, puisque de te les dire est pour moi défendu. J'en déduis que je t'aime, j'en déduis mon amour »....

Charles AZNAVOUR  
(HIER ENCORE, texte « arrangé » par Fred SABOURIN)



*proposé par M-Th. POTHIER-ABOUT*  
**RESIDENCE COURAL**



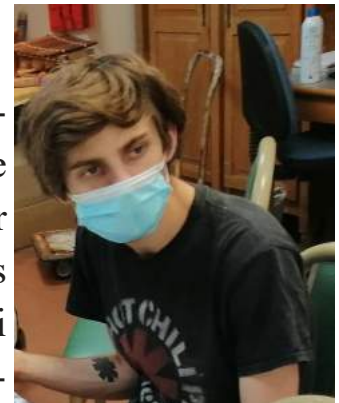


# EXPRESSION



" Bonjour, je me nomme Raffaella et je viens de Lorraine (54) afin de faire un service civique. Cela consiste à un engagement volontaire indemnisé au service d'une structure en France ou à l'étranger. Je suis présente, avec Yokin, mon binôme, aux différentes activités sous la supervision de Magali pour une durée de 8 mois. En parallèle, je suis étudiante à la faculté d'Art Plastique de Metz où je vais terminer ma deuxième année de Master - Art de l'Exposition et de la Scénographie afin de devenir scénographe. C'est un travail qui consiste à aménager graphiquement l'espace artistique d'une structure culturelle. "

Bonjour tout le monde ! La plupart d'entre vous me connaissent déjà mais certains non, alors je me présente ! Je m'appelle Yokin (prononcé YokinE), j'ai 20 ans originaire de Montpellier et je fais un service civique en animation avec Magali aux côtés de Raffaella jusqu'au 15 février. Mon but est d'assister Magali dans ses animations mais surtout de discuter, jouer ou me balader avec vous en dehors des animations, alors si vous me croisez n'hésitez pas à venir me parler ! J'ai également avec Raffaella aidé à la rénovation de votre jardin ainsi que certaines décorations pour des événements. En dehors de ce service civique je suis en 2eme année d'une licence d'Arts Plastiques à l'université. J'y étudie l'histoire de l'art et les différentes techniques de peintures. J'ai passé une très bonne année à vos côtés et je vous dis à bientôt après les fêtes de fin d'année !







# EXPRESSION

## Que transportez-vous sur vos épaules ?

Voici une histoire nous qui ramène à l'essentiel, au moment présent.

Un matin, deux moines, revenant d'un long parcours en silence, marchaient en direction de leur monastère. Près d'une rivière, ils trouvèrent une jolie femme vêtue d'une robe légère qui craignait de mouiller sa robe en traversant le cours d'eau. Le plus vieux moine, plus bâti que le jeune, la fit grimper sur ses épaules pour lui faire traverser la rivière et la déposa doucement de l'autre côté.

Le long voyage se passa presque complètement dans le silence, les moines méditant en marchant. Mais le soir, en vue du monastère, le plus jeune des moines dit « Je ne comprends pas vos agissements de ce matin, cette femme était très peu vêtue ! La règle de notre ordre nous interdit de toucher des femmes, et pourtant vous l'avez porté sur vos épaules ! »

Le vieux moine répondit « Oui, je l'ai portée quelques minutes pour lui faire traverser la rivière, mais toi, tu l'as portée toute la journée dans ton esprit et tu la portes encore. »

Bonne méditation ☺



*proposé par Roseline LOGEREAU*  
**SECRÉTAIRE DE DIRECTION (certifiée Yoga Nidra)**  
**COURALIES /COURAL**





# EXPRESSION

FAUT RIGOLER.....

Ou plutôt il faudrait !... 22 mois déjà que nous subissons cette pandémie !...

## MOTS & CIE

Le 2 mai est proclamé Journée mondiale du rire. Aux éclats ou comme un bossu, rire dix minutes par jour serait le meilleur moyen de rester en bonne santé.

PETER DAVID

# Faut rigoler... *faut rigoler!*

## Humeur et humour, même combat

Les Français empruntent le mot **humour** aux Anglais... en reprenant leur bien puisque cet humour anglais vient du français **humeur**, du latin *humor* qui désignait les fluides corporels tels que le sang, la lymphe ou la bile. La gaieté a longtemps été imputée à la bonne circulation des fluides, « la théorie des

humeurs », disait-on. C'est ainsi que le terme **humour** fait son entrée dans la langue française au XVIII<sup>e</sup> siècle via les liens que tissent les penseurs des Lumières avec les philosophes britanniques. Et l'expression **rire jaune** fait aussi référence à la bile, à cette couleur dont sont marqués les visages des hépatiques.

## ET ÇA RIGOLE !

Au Moyen Âge, rigole celui qui arrange la bordure d'un fossé, d'une rivière, afin que l'eau s'écoule librement. La rigole rejoint-elle le rire en cela que s'écoulent sur notre visage des larmes de rire ? L'origine est incertaine. Toutefois, apparaît dès le XIII<sup>e</sup> siècle, dans *Le Roman de la rose* de Jean de Meung, la **rigolage** - la réjouissance - à l'origine de notre **rigolade**. Au XIX<sup>e</sup>, naît **rigolo** dans les ateliers parisiens et même **rigolboche**. **Rigolote** n'apparaîtra qu'après 1918.

## Bossu ou baleine ?

Le rire signifie un sursaut du corps, sa déformation ; d'ailleurs on éclate de rire et l'on rit aux éclats. Quand le corps n'éclate pas, il se gondole ou se tord... de rire. Et on se tord même au point de sembler bossu, d'où l'expression **rire comme un bossu**. Le rire déforme le visage, et notre bouche s'ouvre grand comme celle d'une baleine... et nous rions comme elle !



## Se marrer n'a rien de drôle...

Au XIX<sup>e</sup> siècle, est **marré** celui qui est bien ennuyé, affligé. Le terme est emprunté à la **mara** qui, en latin, désigne une sorte de pelle servant à retourner la terre. Son emploi était pénible et rébarbatif. D'où l'expression moderne en avoir **marre**. Et c'est finalement par antiphrase (l'emploi d'un mot pour signifier son contraire) que l'ennuyeux est devenu **drôle**. Depuis, nous, nous marrons !

## Qu'est-ce qu'on se bidonne !

C'est si drôle qu'on se tape le ventre de rire, le **bidon**, comme on dit familièrement. Un mot emprunté au scandinave **bidra** qui désignait un vase ou un broc de bois contenant cinq litres. On peut se bidonner mais aussi se poiler : verbe qui, en langue d'oïl, signifiait s'arracher le poil, une manœuvre qui suscite volontiers quelques sursauts. Au même titre qu'une bonne poilade !



Proposé par  
M. Thérèse POTHIER-ABOUT

RÉSIDENCE COURAL

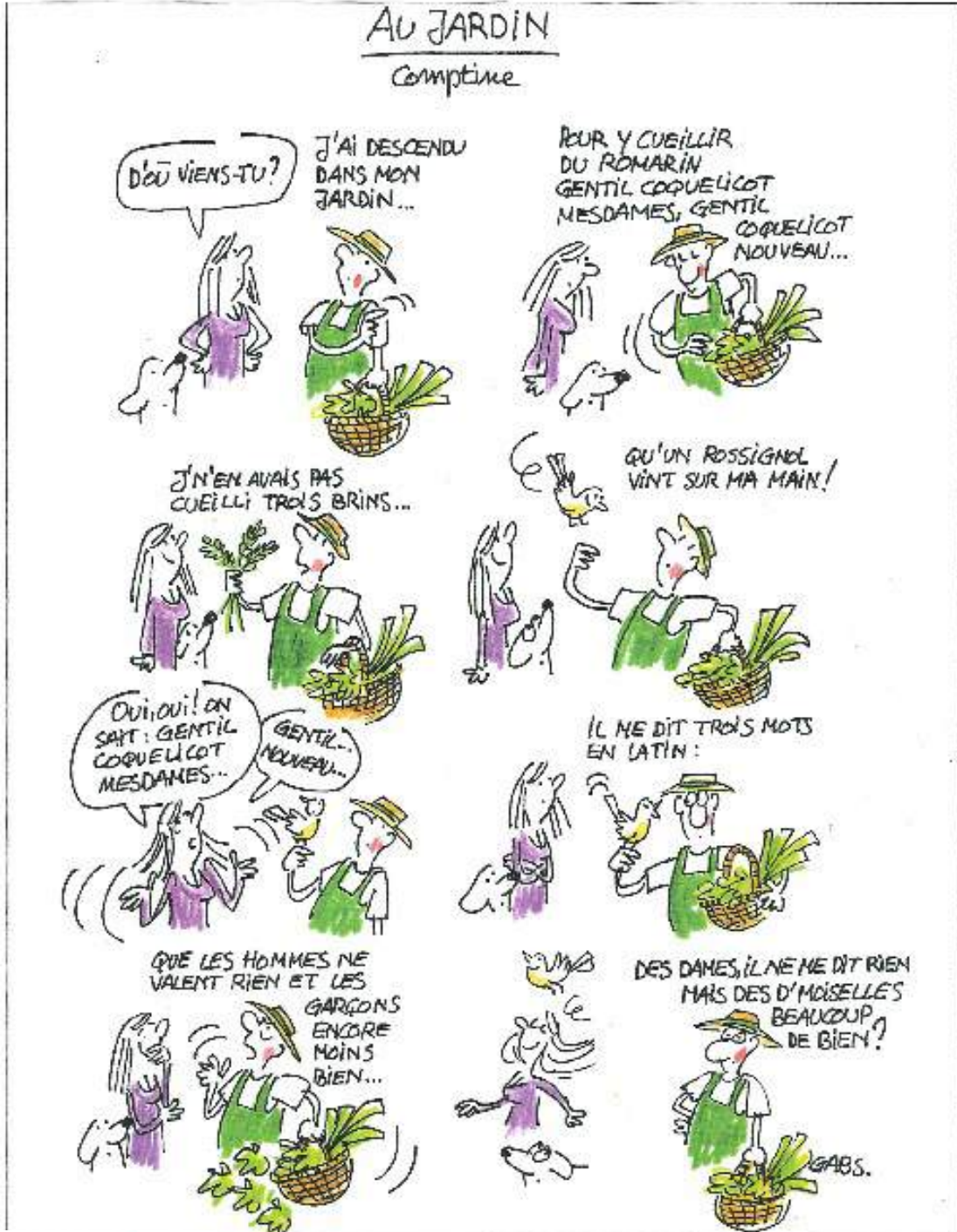




# EXPRESSION



RIEZ, SOURIEZ



Proposé par M.Thérèse POTHIER-ABOUT

**RÉSIDENCE COURAL**





# ON EN A PARLÉ

## LA MUSICOTHÉRAPIE

L'histoire de la musique remonte aux origines de l'homme. Le Petit Larousse explique que la musique c'est « L'art de combiner les sons ».

Ainsi naît la musique, de la nature et des sons que l'homme perçoit, apprivoise et combine.

Les Hébreux, les Égyptiens, les Grecs, les Romains, dans l'antiquité, utilisent la musique dans toutes les occasions, fêtes, cérémonies religieuses, guerres.

Chez les Hébreux, la musique apparaît parmi les traitements. David, dans la Bible, joue de la harpe au roi Saül qui est agité. Depuis l'Antiquité, chez les grecs la musique est associée à la médecine. Pythagore l'utilise pour traiter ses patients de la « maladie de l'âme ». La musique a une valeur éthique et médicale, certaines mélodies, certains rythmes permettent des guérisons dans les traits de caractère et les passions des hommes. Pour Platon et Aristote, la musique a un pouvoir sur l'éducation du citoyen. Elle peut guérir aussi bien le corps que l'âme. On pourrait citer nombre de civilisations qui utilisent la musique à des fins thérapeutiques.

En 1801, le Dr Philippe Pinel, aliéniste français, propose d'utiliser des activités artistiques dont la musique pour aider les patients en psychiatrie.

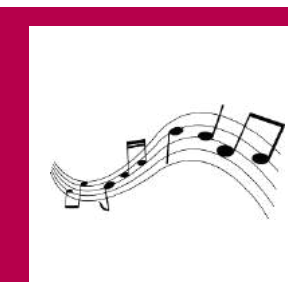
C'est véritablement dans les années 1970 que la musicothérapie se développe en France. La musique est utilisée contre l'anxiété en cabinet dentaire grâce au Dr Maurice Gabai. Des associations se créent. Des courants et des techniques émergent.

### Qu'entend-on par musicothérapie ?

« La musicothérapie est une pratique de soin, d'aide, de soutien ou de rééducation. Il existe différentes techniques de musicothérapie adaptées aux personnes, elle utilise la médiation sonore et/ou musicale afin d'ouvrir ou restaurer la communication et l'expression au sein de la relation dans le registre verbal et/ou non verbal »

Elle rassemble donc à la fois la musique, le son, la voix et le soin.

De nombreuses recherches ont permis de démontrer les effets bénéfiques de la musique .



Elle s'applique dans de nombreux domaines : psychiatrie, neurologie, douleur, pédiatrie, obstétrique, soins palliatifs, ou bien encore dans le domaine éducatif et social. La musique peut être associée à un autre art (peinture, écriture, danse, théâtre etc...)





# ON EN A PARLÉ

## La musique et ses effets sur le cerveau

La musique agit directement sur notre corps. L'écouter nous fait plaisir, nous stimule. Plusieurs études ont observé les effets qu'a la musique sur le cerveau humain. Mais quels sont-ils ? :

### - La musique peut influencer la perception de l'effort et faire oublier l'état de fatigue

- Écouter de la musique fait libérer de la dopamine dans le cerveau : En effet, lorsque nous écoutons une mélodie qui nous plaît, les circuits neuronaux qui entrent en jeu sont ceux qui interviennent dans les mécanismes de motivation et de récompense.

### - La musique peut améliorer le sommeil et la relaxation :

les effets apaisants d'une musique douce instrumentale ou chantée ont été observés à tous les âges de la vie. Selon les résultats d'études cliniques effectuées auprès de personnes âgées, la musicothérapie pourrait faciliter l'endormissement, diminuer le nombre de réveils, améliorer la qualité du sommeil et en augmenter la durée ainsi que l'efficacité.

- la musique procure un état de bien-être et des émotions positives : Les œuvres musicales ont une structure expressive suffisamment puissante pour imposer des états émotionnels. Elles peuvent aussi diminuer l'état d'anxiété, le niveau de stress et améliorer l'humeur.

- la musique procure un état de bien-être et des émotions positives : Les œuvres musicales ont une structure expressive suffisamment puissante pour imposer des états émotionnels. Elles peuvent aussi diminuer l'état d'anxiété, le niveau de stress et améliorer l'humeur.

### La musique d'ambiance aide à la créativité:

- Aide à développer des moyens cognitifs comme l'attention et la mémoire ;

- Facilite le processus pour permettre de venir à bout de difficultés en procurant un environnement créatif propice à l'expression de soi ;



- La musique évoque des souvenirs et des associations. Écouter de la musique dans un état détendu et réceptif stimule les pensées, les images et les sentiments.





# ON EN A PARLÉ

La musicothérapie a toute sa place en institution qui accueille des personnes âgées dépendantes, elle pose un autre regard sur la vieillesse dans la façon d'aborder le soin afin d'apporter un mieux-être à la personne.

La musicothérapie est également utilisée pour aider les personnes dépendantes psychiques, atteintes de démence ou de la maladie d'Alzheimer. Elle agit sur certains symptômes psycho-comportementaux liés à la démence.

Comme le souligne Oliver Sacks neuropsychiatre Britannique :

*« pour eux, la musique n'est pas un luxe, mais une nécessité, et elle a le pouvoir à nul autre pareil de les rendre à eux-mêmes et à autrui, pendant quelques instants au moins. »*<sup>1</sup>

<sup>1</sup> : Oliver Sacks Musicophilia, : la musique, le cerveau et nous , édit. Du Seuil, 2009

Oliver Saks était Professeur à l'Université de Columbia USA. Médecin consultant dans de nombreux hôpitaux new-yorkais, il a écrit plusieurs ouvrages sur différents cas cliniques qu'il a rencontrés au cours de sa carrière. Il est célèbre mondialement par ses ouvrages sur les études du comportement d'individus ayant subi des troubles aux lobes de leur cerveau.

#### Sources :

<https://www.polycliniquedeloreille.com/conseils-sante/musique-effets-cerveau>

Oliver Sacks Musicophilia, : la musique, le cerveau et nous , édit. Du Seuil, 2009

**Magali BONNET**  
ANIMATRICE  
MUSICOTHÉRAPEUTE



# SOUVENONS-NOUS

Par Magali BONNET Animatrice

## LES COURALIES ET COURAL EN FÊTE



### FÊTE DE L'ÉTÉ

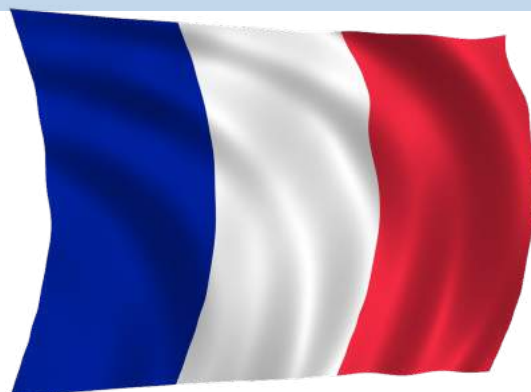
Le 18 juin animée par le groupe Dhers

# SOUVENONS-NOUS

## LES COURALIES ET COURAL EN FÊTE suite



Fête du 14 juillet dans le jardin aux Couralies animée par Irina violoncelliste



Repas festif du 14 juillet à Coural animé par la chanteuse Marielle et Cie





# SOUVENONS-NOUS

Par Magali BONNET Animatrice

## LES COURALIES EN FÊTE



## LA FÊTE DES JARDINS LE 27 SEPTEMBRE 2021

**Ambiance musicale avec Irina violoncelliste  
Découverte de la réalité virtuelle avec la société UPSIDE**



# SOUVENONS-NOUS

## LES LOTOS COURALIES ET COURAL



**JUILLET  
AUX COURALIES**



**AOUT  
A COURAL**



# SOUVENONS-NOUS

## ATELIERS DU PROJET JARDIN

avec Magali, Rafaella , Yokin, Christine et Iman

fabrication de jardinières , de suspensions en macramé, mangeoire pour les oiseaux et plantations.



# > SOUVENONS-NOUS



**Fabrication d'un carillon , d'un abreuvoir et du grand hôtel à insectes par Franck Responsable entretien**



# SOUVENONS-NOUS

## LES COURALIES ET COURAL



### LA RÉALITÉ VIRTUELLE

Chaque lundi de septembre à fin décembre avec la société UPSIDE



### CONFÉRENCES

7 juillet

L'île de Pâques

10 aout

Le camouflage animal

Commentées par

Mr Ghiysen de

l'association VSART

(volontariat et soutien par l'art)



Association La chouette compagnie des livres  
chaque jeudi



# SOUVENONS-NOUS

## LES SORTIES



**PALAVAS LES FLOTS**

**PLAGE ET BISTROT**

**Les 22 et 29 juin**





# SOUVENONS-NOUS

## LES SORTIES

### Croisière en Camargue au départ d'Aigues Mortes



### Marché de Noël Esplanade de Montpellier



# SOUVENONS-NOUS

Voyage à Carcassonne  
du 30 septembre au 1er octobre







# SOUVENONS-NOUS

## La préparation de Noël





# SOUVENONS-NOUS



**Petit marché de Noël dans nos murs avec l'association artisans du monde qui propose des produits issus du commerce équitable**





# SOUVENONS-NOUS

## Gouter de Noël





# SOUVENONS-NOUS



## Loto de Noël 24 décembre 2021



Merci à Marie-Sonia, Hajar et Audrey de l'équipe hôtelière ainsi qu'à Iman psychomotricienne et Raffaella en service civique pour leur aide précieuse durant cet évènement.



## Mémoire

### TROUS DE MÉMOIRE

Usez attentivement cet extrait de la chanson *Sous le ciel de Paris* de Juliette Gréco, puis cachez-le.

Sous le ciel de Paris  
 S'envola une chanson  
 Hum hum  
 Elle est née d'aujourd'hui  
 Dans le cœur d'un garçon  
 Sous le ciel de Paris  
 Marchent des amoureux  
 Hum hum  
 Leur bonheur se construit  
 Sur un air fait pour eux  
 Sous le pont de Bercy  
 Un philosophe assis  
 Deux musiciens quelques badauds  
 Puis les gens par milliers



... et restituez les mots manquants.

Sous le ..... de Paris  
 S'envole une .....  
 Hum hum  
 Elle est ..... d'aujourd'hui  
 Dans le cœur d'un .....  
 Sous le ciel de .....  
 ..... des amoureux  
 Hum hum  
 Leur bonheur .....  
 Sur un air fait pour eux  
 Sous le pont de Bercy  
 Un ..... assis  
 Deux musiciens quelques .....  
 Puis les gens .....

Facile à : Jean Dujon / Hubert Giraud

- Si vous avez trouvé :
- au moins 7 mots, vous avez une excellente mémoire ;
  - au moins 4 mots, recommencez, vous allez y arriver ;
  - moins de 2 mots, prenez plus de temps pour mémoriser l'extrait et recommencez tranquillement.

### CADEAUX PERDUS

Observez ces étiquettes de cadeaux pendant 30 secondes, puis cachez-les.



Écrivez le nom et le prénom de chaque personne en vous aidant des lieux de résidence.

Colmar :

Metz :

Strasbourg :

### TOUR D'AIGUILLES

Observez ces horloges pendant 30 secondes, puis cachez-les.



Redessinez de mémoire les aiguilles manquantes sur chaque horloge.



## Mémoire

### UN DE TROP

Observez cette table de fête pendant 30 secondes, puis cachez-la.



Qu'est-ce qui a été ajouté ?



### LISTE DES COURSES

Observez ces cinq produits pendant 30 secondes, puis cachez-les.



Pouvez-vous écrire la liste des courses en vous aidant de l'initiale de chaque produit ?

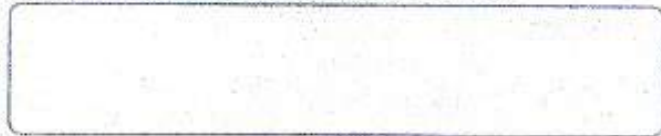
B \_\_\_\_\_  
 S \_\_\_\_\_  
 C \_\_\_\_\_  
 G \_\_\_\_\_  
 C \_\_\_\_\_

### DESSINER DE MÉMOIRE

Observez ces quatre pains d'épice pendant 30 secondes, puis cachez-les.



Redessinez les pains d'épice dans le bon ordre.



### FIGURES MANQUANTES

Observez cette chaîne pendant 30 secondes, puis cachez-la.



Reproduisez de mémoire les trois formes manquantes dans la chaîne ci-dessous.



### LA BONNE PLACE

Observez cet étal de marché pendant 30 secondes, puis cachez-le.



Inscrivez au bon endroit le numéro de chaque fruit ou légume enlevé de l'étal précédent.



# La Vie Couralienne

*Vous souhaitez une bonne année 2022*

Merci aux personnes qui ont participé à la rédaction  
et à l'élaboration de ce journal.

