



La Gazette des Peupliers



Mars



Il s'en passe des choses à la Résidence en MARS

Mardi 2 mars : Les petits déjeuners buffet

Jeudi 11 mars : Verre à la santé de Mr Fraiture qui fête ses 100 ans.

Le jeudi 18 mars : Apéro à la Bulle

Vendredi 19 mars : Apéro au restaurant

Lundi 22 mars : L'habit-âge: Défilé et vente de vêtements

Vendredi 26 mars : Fête des anniversaires

ET en avril ?

On recommence dès le 1er Avril avec les petits déjeuners buffets



ACTIVITES QUOTIDIENNES

Lundi : Activité

Mardi : Temps de recueillement

Mercredi : La p'tite Boutique

Jeudi : Gymnastique et jus de fruits

Vendredi : Activité

Samedi : (1 semaine sur deux) -La p'tite boutique des vêtements

Dimanche : Activité

BIENVENUE A TOUS

Les animatrices vous annoncent les activités du jour sur le temps de midi.

Les activités commencent à 15h.



LE PARCOURS SANTE

LE PARCOURS SANTE EST ACCESSIBLE TOUS LES JOURS

Vélo, exercice de renforcement musculaire, exercices d'étirement, ...

Une fois par semaine, l'ergothérapeute Colombe et la kinésithérapeute Kadija, vous accompagnent pour encore plus d'activité sur le parcours.

Le parcours est accessible à tous. En individuel ou en groupe, venez entretenir votre forme !

N'hésitez pas à
nous
interpeller si
vous avez des
questions !



LES JOURNÉES BIEN-ÊTRE DU MARDI

Nous vous convions chaque mardis à prendre soins de vous lors de la journée bien-être.

Nous vous proposons des soins à la carte :

- Massage/soins des mains
- Massage/soins du visage
- Maquillage
- Epilation
- ...

Avec ou sans rendez-vous.



Michel FUGAIN - Le Printemps

Le printemps est arrivé, sors de ta maison

Le printemps est arrivé, la belle saison

L'amour et la joie sont revenus chez toi

Vive la vie et vive le vent

Vivent les filles en tablier blanc

Vive la vie et vive le vent

Et vive le printemps

Dépêche-toi, dépêche-toi, ne perds pas de temps

Taille ton arbre et sème ton champ

Gagne ton pain blanc

L'hirondelle et la volette

C'est la forêt qui me l'a dit

L'hirondelle et la volette sont échappés d leur nid

Y a le printemps qui te réveille

T'as le bonjour du printemps

Y a le printemps qui te réveille



T'as le bonjour du printemps
Y a le printemps qui t'ensoleille
Oh le coquin de printemps
Y a le printemps qui t'ensoleille
Oh le coquin de printemps
Le printemps nous a donné le joli lilas
Le printemps nous a donné le rire aux éclats
Et plein de bonheur pour nous chauffer le cœur
Vive la vie et vive le vent
Vivent les filles en tablier blanc
Vive la vie et vive le vent
Et vive le printemps
Dépêche-toi, dépêche-toi, ne perds pas de temps
Donne ta sève et donne ton sang
Pour faire un enfant
L'hirondelle et la volette
C'est la forêt qui me l'a dit



L'hirondelle et la volette ont déjà des petits

Y a le printemps qui te réveille

T'as le bonjour du printemps

Y a le printemps qui te réveille

T'as le bonjour du printemps

Y a le printemps qui t'ensoleille

Oh le coquin de printemps

Y a le printemps qui t'ensoleille

Oh le coquin de printemps

Y a le printemps qui te réveille

T'as le bonjour du printemps



Conte pour fêter le printemps

La forêt s'éveille doucement, les oiseaux gazouillent depuis les premières clartés de l'aube, tandis qu'une brise légère et encore un peu froide souffle entre les branches couvertes de bourgeons des grands arbres.

Dans l'abri des trois petites fées, sous le vieux chêne, Elios ouvre les yeux et se précipite à la fenêtre. Un rayon de soleil lui chatouille le bout du nez.

– Il fait beau ! annonce-t-elle, réjouie, à ses sœurs encore endormies.

– Mmmmmm, lui répondent deux voix ensommeillées.

– Allez, allez, levez-vous ! Il est temps ! Profitons du soleil, les houspille Elios.



Elle tire la couverture d'Eréa, et asperge le visage d'Elyne avec quelques gouttes d'eau. Les deux dormeuses baillent, s'étirent puis sortent de leur lit, lentement.

Après un brin de toilette d'un petit morceau de mousse humide, les petites fées déjeunent d'une noisette coupée en trois, de quelques baies séchées et de brins de ciboulette sauvage qu'elles ont cueillis la veille. Puis, Eréa va à la porte qu'elle ouvre toute grande.

– Mais ! s'exclame-t-elle. Il pleut ! Tu nous as menti, accuse-t-elle furibonde.

– Pas du tout ! Je te promets qu'il faisait beau, se défend Elicor d'un ton offusqué.



– Mentreuse, je suis sûre que tu l’as dit exprès pour nous obliger à nous lever !

Elyne secoue la tête, résignée. Ses deux sœurs aiment bien se chamailler. Soudain, la terre tremble dans le nid des petites fées, une racine se soulève et renverse les deux adversaires sur le derrière.

– Ca suffit là-dedans, un peu de silence ! Je n’entends même plus ma sève monter.

Elyne rit sous cape, le vieux chêne qui les abrite aime sa tranquillité.

– Inutile de vous disputer pour si peu. Nous sommes en mars, explique l’ancêtre branchu, ce sont des giboulées. Cela ne va pas durer. Le soleil était là ce matin, comme l’a annoncé Elijor, maintenant il pleut, et d’ici dix minutes il fera beau à nouveau.



Toute honteuse, Eréa s'approche d'Elior.

– Excuse-moi, tu avais raison.

– Pas de problème, répond celle-ci avec un sourire heureux.

Elyne prend la parole à son tour :

– Vieux chêne, tu écoutes ta sève monter ?
répète-t-elle d'un ton intrigué.

– Oui, c'est le printemps tu sais. Tu as remarqué que désormais notre bébé soleil est un jeune homme fort et vigoureux. La journée dure à présent exactement aussi longtemps que la nuit. C'est le signe pour nous les arbres qu'il est temps de sortir du sommeil de l'hiver. Notre sève, qui s'était cachée dans les racines pour s'abriter du froid remonte dans le tronc et fait



sortir nos bourgeons. Colle ton oreille contre mon tronc et si vous restez silencieuses, tu l'entendras.

Les trois petites fées obéissent à ce conseil. Dans le tronc rugueux, elles entendent comme un bruit à la fois tout proche et lointain de rivière qui coule.

– Allez petites fées. Le soleil brille maintenant. Sortez vite admirer les bourgeons de la forêt.

Elles ne se font pas prier et volettent à l'extérieur. L'air est encore frais, mais le soleil réchauffe leur visage.

Le jour est plein de chants d'oiseaux. Leur amie, demoiselle rouge-gorge est affairée à écouter les roucoules d'un jeune demoiseau au poitrail

flamboyant. Haut dans le ciel, un cri rauque retentit.

Elles lèvent la tête et aperçoivent une troupe de grues cendrées volant en V dans la direction du nord.



Elyne propose :

– Tous nos amis oiseaux sont trop occupés à construire leurs nids pour jouer avec nous. Et si nous allions voir notre amie Doucie la brebis et son petit Béniel ?

Ses sœurs acceptent avec enthousiasme et elles se mettent en route pour la petite ferme de l'orée de la forêt.

Elles trouvent leur amie à la douce toison en train de paitre dans un pré parsemé de jonquilles. Les corolles jaunes se balancent doucement dans la brise matinale. Des bourdonnements empressés s'élèvent de tous côtés.

Soudain, Elijor laisse échapper un hoquètement de surprise.



– Que, que, que... Que se passe-t-il ? demande-t-elle en désignant une touffe de fleurs.

Les autres s'approchent.

– Regardez, les jonquilles se déplacent !

Doucie se met à rire, et un gloussement de joie s'ajoute à son rire. Une poule aux plumes rousses qu'une bosse du terrain leur dissimulait apparaît alors.

– Ma chère dit-elle d'un ton amusé à Elior, mes petits ne sont pas des jonquilles, ce sont des poussins.

Elior éclate de rire à son tour devant sa méprise et s'approche des petites boules de duvet jaune pour les caresser du bout des doigts. Les poussins se pressent autour d'elle en pépiant.



Elyne la regarde en souriant. En relevant la tête, elle distingue une silhouette féminine entre les arbres de la forêt, qui semble danser.

Petit-Or se met alors à caqueter :

– Venez ici mes petits, venez, nous allons à la fête du Printemps chez Dame Islada.

– Mais oui, s'exclame alors Eréa, Dame Islada nous avait aussi invitées. Faisons route ensemble. Mais avant, je vais tresser quelques unes de ces jonquilles et m'en faire une couronne.

Leur front orné de fleurs printanières, les petites fées partent avec la brebis, la poule et leurs petits. En chemin, lapins, oiseaux, lutins se joignent à elles, et c'est en cortège qu'ils arrivent à la clairière d'Islada. L'herbe verte est parsemée de couleurs. Le doux rose



d'une primevère voisine avec le jaune d'une petite
ficaire. Les têtes aux reflets bleus d'une iris sauvage
et d'une petite pervenche se penchent l'une vers
l'autre et semblent deviser paisiblement. Les arbres
sont parés de bourgeons.

A leur arrivée, les lutins allument un grand feu avec
du bois mort et tous se mettent à danser et chanter
autour.

Tout à coup, Elyne entrevoit la silhouette féminine
qu'elle avait déjà vu Elle s'éclipse discrètement et part
à sa rencontre.

Elle se trouve alors face à une jeune femme au teint
éblouissant, aux yeux brillants et dont le sourire
irradie de vie et de douceur.

– Bonjour Elyne, chantonne la jeune femme.



– Bonjour...

– Je suis la déesse du printemps, Ostara. J'allais me joindre à votre fête. Veux-tu bien marcher avec moi jusqu'à la clairière.

Emue, Elyne chemine aux côtés de la jeune femme qui avance de son pas dansant.

Lorsqu'elles pénètrent dans la clairière, tous les animaux, mus par un mystérieux instinct, reconnaissent la déesse et viennent sauter de joie autour d'elle. Ils l'entraînent dans une immense farandole au son de la musique des lutins.

Puis, lorsque le calme est revenu, Ostara prend la parole :

– Mes amis, le printemps est là, et je suis de retour. La chaude lumière du soleil m'a éveillée, j'arpente



notre terre mère pour semer à tous horizons les graines que contient mon panier. Comme vous m'êtes très chers, j'ai envie de vous remettre à tous une poignée de graines afin que vous m'assistiez dans cette tâche. Cette idée vous plaît-elle ?

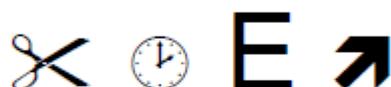
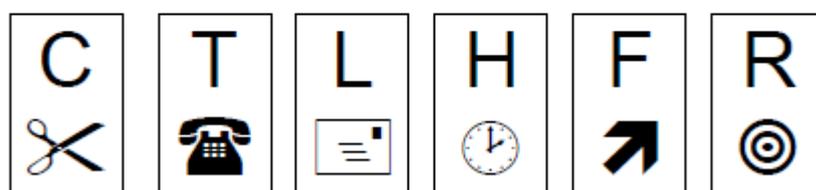
Tous bondissent de joie et acclament Ostara. Ils forment un grand cercle et la déesse s'avance vers chacun pour lui remettre des graines. Son panier semble infini tellement elle en sort.

Puis la musique et la danse reprennent de plus belle, et la fête se prolonge jusqu'à la nuit.



Code secret

Grâce au code consonnes,
retrouvez la signification de ces mots.



✂️ 📄 E 🎯 ✂️

➔ A ✂️ 🕒 E 🎯

➔ | ✂️ 🕒 📞 🎯 E

📄 U ✂️ 🎯 A 📞 | ➔

🕒 A 🎯 ✂️ E 📄 E 🎯

📞 A 📄 O ✂️ 🕒 E 🎯

🎯 E ➔ 📄 E ✂️ 🕒 | 📞

✂️ 🕒 O U - ➔ 📄 E U 🎯



Solution

- ✂ O ☰ COL
- 🕒 I E 🎯 HIER
- ✂ 🕒 E ↗ CHEF
- ↗ 🎯 E ☰ E FRELE
- ☎ A ✂ 🕒 E TACHE
- ✂ ☰ E 🎯 ✂ CLERC
- ↗ A ✂ 🕒 E 🎯 FACHER
- ↗ I ✂ 🕒 ☎ 🎯 E FICHTRE
- ☰ U ✂ 🎯 A ☎ I ↗ LUCRATIF
- 🕒 A 🎯 ✂ E ☰ E 🎯 HARCELER
- ☎ A ☰ O ✂ 🕒 E 🎯 TALOCHER
- 🎯 E ↗ ☰ E ✂ 🕒 I ☎ REFLECHIT
- ✂ 🕒 O U - ↗ ☰ E U 🎯 CHOU-FLEUR



La bonne définition

Que signifient ces mots ?

Vadrouille : promenade sans but précis
ou passe d'une chose à une autre

Merlin : partie pleine d'un parapet ou forte masse pour fendre du bois

Jambose : fruit du jambosier ou petite pièce de charpente

Doucette : d'une couleur fade ou plante potagère à petites feuilles

Gonflement : augmentation exagérée ou musculation culturiste

Salière : marais salant ou creux en arrière de la clavicule



Pilet : gros pieu de bois à pointe ferrée ou canard sauvage

Kouglof : pâté brioché et farci de la cuisine russe ou brioche alsacienne aux raisins secs

Nonnette : petit pain d'épice rond ou femme de chambre de comédie

Houppette : petite bêche de jardinier ou petite touffe de cheveux dressée sur la tête

Frimousse : visage plaisant d'un enfant ou doux frémissement

Solution

Vadrouille : promenade sans but précis / Merlin : forte masse pour fendre du bois / Jambose : fruit du jambosier / Doucette : plante potagère à petites feuilles / Gonflement : augmentation exagérée / Salière : creux en arrière de la clavicule / Pilet : canard sauvage / Kouglof : brioche alsacienne aux raisins secs / Nonnette : petit pain d'épice rond / Houppette : petite touffe de cheveux dressée sur la tête / Frimousse : visage plaisant d'un enfant.

Illustration par [logos]

