

Chers Résidents,
Chères Familles, Chers Lecteurs,

C'est la fin de l'hiver, finissons d'hiberner le Printemps est arrivé!

Tout reprend des couleurs! Les fleurs printanières ont de quoi nous ravir et font signe à la chaleur de venir s'installer. Les jours qui rallongent et la douceur de l'air redonnent envie de sortir plus longtemps le bout du nez dehors et de reprendre contact avec la Nature. Il faut dire que le début de l'année a été lui aussi haut en couleur, car nos Résidences de Retraite n'ont pas oublié de fêter Carnaval avec tout le faste nécessaire, images à l'appui....

Pour célébrer l'arrivée de cette nouvelle saison, les Résidents de l'Ehpad ont relevé le défi de participer au Printemps des Poètes. Nous vous laissons découvrir leurs créations collectives qui ne manquent pas d'originalité et d'ardeur.

Voici aussi venu le moment pour nos jardiniers en herbe de renouer avec le plaisir de planter. C'est aussi une saison propice aux balades, car il ne fait pas encore trop chaud.

Donc, il n'y a pas de regret à avoir, nous pouvons refermer la porte sur ces longs mois d'hiver. Toute l'équipe de l'Ehpad sera là pour vous faire profiter pleinement de cette Belle Saison qui s'ouvre à nous!



Très bonne lecture à tous et Bon Printemps!

Georges DESMOTS, Directeur Général Le Comité de Rédaction





Côté Siel Bleu, l'Association a repris du service depuis le mois de mars au grand plaisir des Résidents.

Chaque jeudi, le rendez-vous est fixé à 14H00 pile en salle d'animation de La Sofiéta.

Avant même l'heure dite, les participants sont déjà là, prêts à participer aux activités physiques adaptées sous la conduite d'un professionnel du sport spécifiquement formé de Siel Bleu.





Atelier « équilibre »

pour prévenir notamment les risques de chute ou encore « gym sur chaise », les résidents y découvrent des exercices pour les aider à conserver le plus longtemps possible leur autonomie dans les gestes du quotidien, et à reprendre confiance en soi.

Associant concentration, coordination, respiration, relaxation, c'est un atelier qui procure tout en douceur un bien-être général.







La 20ème édition du Printemps des poètes, vient de débuter. Cette année, les résidents de La Sofiéta se sont lancés un défi : participer à cette manifestation culturelle d'une ampleur nationale.

Tout a commencé en décembre dernier, à l'initiative de la Médiathèque du SIVOM: un projet de correspondances poétiques est né entre les résidents de La Sofiéta et les élèves d'une classe de CP de l'Ecole Marinoni de Beaulieu sur Mer.

Ce sont tout d'abord les résidents qui ont posté aux écoliers une lettre contenant un poème réalisé lors d'un atelier poésie. Les enfants leur ont répondu en leur adressant à leur tour une histoire accompagnée de dessins.

Ces premiers échanges, initiés par la Médiathèque du SIVOM, ont été le point de départ de cette belle aventure, celle de participer au Printemps des Poètes au côté d'élèves de classes maternelles, élémentaires et collège des communes du SIVOM, une façon de créer des liens intergénérationnels autour de la Poésie.

Cette année, le thème retenu est « l'Ardeur », un mot qui a suscité beaucoup d'enthousiasme et a inspiré les Résidents amoureux des mots, à en lire leur création collective remplie de Passion et de Coup de Foudre: Un poème inspiré des quatre saisons de Robert Desnos et une poésie en Acrostiche, que vous pouvez découvrir cidessous.

Les œuvres sont exposées sous la forme d'un mobile créé lui aussi par les résidents lors d'ateliers manuels, histoire de faire danser les mots et leur donner encore plus de vie!

Toutes les œuvres poétiques sont exposées du 27 mars au 12 avril 2108 au Château des Terrasses à Cap d'Ail (visite sur rendez-vous : 04.93.41.99.61). Les Résidents ont déjà prévu une visite le 10 avril prochain. « Courez-y vite » vous aussi et donnez-nous vos impressions.

coup de foudre

Ils sont sortis le soir

Elle, prête à le suivre, dans l'attente d'un baiser

Lui, dans l'espoir d'une étreinte

Ils s'imaginent des jours heureux

Elle, dans l'espérance

Lui, dans la simplicité du moment

Ils s'éblouissent de bonheur

Elle, elle l'a dans son cœur

Lui, il l'a dans sa tête et dans sa peau.

<u>Poème collectif</u>: Jacqueline, Roberte, Pia, Yvonne, Luciane, Paulette, Anna, Régine, Suzanne, Guy, Marie, Denise, Micheline, Yvette, Thérèse, Antoinette, Gilbert, Jean-Luc, Maryse, Juliette, Joséphine, Lucien, Francis, Arlette, Angèle, Anita, Madeleine, Secondine, et Rosa.



Pure comme l'air,

Ardent comme le feu.

Souffle de l'amour,

Source de vie.

Illusion perdue,

Ode à la sagesse.

Nuage de passion.

<u>Poème collectif</u>: Jacqueline, Roberte, Pia, Yvonne, Luciane, Paulette, Anna, Régine, Suzanne, Guy Marie, Denise, Micheline, Yvette, Thérèse, Antoinette, Gilbert, Jean Luc, Maryse, Juliette et Rosa.





27 mars Sofiéta :

10 avril Sofiéta :

12 avril Escalinada

13 avril Escalinada

16 avril Sofiéta :

18 avril Sofiéta

20 avril Escalinada

25 avril Sofiéta :

27 avril Escalinada:

15 mai Escalinada

18 mai Sofiéta

23 mai Escalinada

25 mai Sofiéta



Dates

à RetenIr !

Projection CINEMA par le Club Cinéma de Villefranche-sur-Mer

Sortie à l'exposition « Printemps des Poètes » - Château des Terrasses à Cap d'Ail et rencontre avec les écoliers de la classe de CP de l'Ecole Marinoni à Beaulieu-sur-Mer

être dégustée!

LOTO proposé par l'Association les Grains de Moutarde

Sortie printanière

LOTO

Spectacle 100% Animateurs

Atelier Jardin
Atelier Cuisine







Spectacle musical avec Tony Lombardi pour fêter les anniversaires de

Sortie au Musée Chagall à Nice

Menus de Pâques Joyeuses Pâques





Terrine de Saumor

Dimanche 1 er avril 201

Gigot d'Agneau au Thym Mitonnée de Légumes au Sel de Guérande

Fourme d'Ambert

Charlotte aux Fruits Rouges

Champagne



Jambon sec Italien

Sauté de Pintade aux Morilles Mélange Romanesque

> *** Brie de Meaux

Fondant au Chocolat

Tolidalit ati Chocola

Clairette de Die



Nous recherchons

Après s'être reposé tout l'hiver, l'Atelier Jardin va reprendre de plus belle, et pour ne pas être pris au dépourvu, nous avons besoin de Vous :

Si vous avez chez vous des graines, bulbes, plantes aromatiques, plantes vivaces.... ou encore du petit outillage de jardin que vous n'avez plus besoin, pensez à nous, nous sommes preneurs!

Merci de contacter le service Animation.

