

LIVRET D'ACTIVITÉS

ÉDITION
23

A N G E R S

E

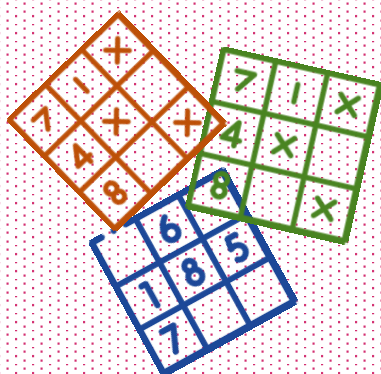
A N I M A T I O N

I

O

R

S



ANGERS VILLE
SOLIDAIRE



Angers seniors animation

Ensemble, tissons des liens

Le Centre communal d'action sociale d'Angers vous propose une offre d'animations permettant de maintenir une vie sociale à travers un panel d'activités culturelles, festives, créatives, sportives...

Les professionnels du service Angers seniors animation se mobilisent aussi pour des échanges de convivialité par téléphone :

du lundi au vendredi

de 9h à 12h30 et de 14h à 17h15

au 02.41.23.13.31 ou au 02.41.23.13.30.

Les livrets d'activités sont également disponibles sur le site Internet de la ville d'Angers à l'adresse suivante : www.angers.fr rubriques : Vivre à Angers/Menu : CCAS/se cultiver et accéder à des loisirs/Angers seniors animation/télécharger le livret de votre choix.

Des programmes d'animation riches et variés sont en cours de préparation. Pour le recevoir, transmettez votre adresse mail ou postale en téléphonant au 02.41.23.13.31.

A très bientôt,

L'équipe Angers seniors animation

Sommaire

Madala.....	p. 4-5
Sudoku.....	p. 6
Le cri des animaux.....	p. 7
Les Mariannes.....	p. 8
QCM.....	p. 9
Saveur régionale.....	p. 10
Proverbes gastronomiques.....	p. 11
Qui suis-je.....	p. 12
Mots mêlés.....	p. 13
4 images 1 mot.....	p. 14
Fubuki.....	p. 15
Jeu du boggle.....	p. 16
Énigmes mathématiques.....	p. 17
Retrouvez les paroles.....	p. 18
Solutions.....	p.19-25

MANDALA



Coloriez au gré de nos envies, le mandala peut vous aider à vous recentrer et à vous apaiser

MANDALA



Coloriez au gré de nos envies, le mandala peut vous aider à vous recentrer et à vous apaiser

SUDOKU

Le but du jeu est de remplir ces cases avec des chiffres allant de 1 à 9 en veillant toujours à ce qu'un même chiffre ne figure qu'une seule fois par colonne, une seule fois par ligne, et une seule fois par carré de neuf.

			3	4	9			
	7		8				9	5
			7			2		3
	6			9	8			4
7			6	2			8	
8		4			6			
2	3				4		7	
			9	5	3			

Grille 1

Grille 2

7	1	9	8				5	
			1	9	7		3	
					5			
		8	9					6
		6	7		1	3		
1					8	4		
			5					
	3		2	1	9			
	2				4	9	7	1

LE CRI DES ANIMAUX

Quel est le cri des animaux ci-dessous?

La vache:

Le dindon:

Le chien:

Le cheval:

Le chat:

Le lion:

Le mouton:

La poule:

Le serpent:

Le cerf:

AIDE A REGARDER SI BESOIN

- Le rugissement,
- Le brame
- L'aboïement
- Le bêlement
- Le hennissement
- Le miaulement
- Le glougloutement.
- La caquètement
- Le sifflement

LES MARIANNES

Connaissez-vous le nom des Mariannes ci-dessous:

- Marianne à la Nef
- Marianne de Beaujard
- Marianne de Luquet
(dite Marianne du 14 juillet)

- Marianne de Béquet
- Marianne de Briat
(dite Marianne du Bicentenaire)
- Marianne de Lamouche



.....
.....



.....
.....



.....
.....



.....
.....



.....
.....



.....
.....

QCM

FINANCES ET CORRESPONDANCES

En quelle année la France est-elle passée du franc à l'euro?

2002 1943 2009

Quel est le premier pays où la Poste ait été établie?

L'Allemagne La France Les Etats unis

Dix euros valent environs:

26 Francs 66 Francs 106 Francs

En quelle année le premier timbre apparu en France?

1868 1898 1900

Qui invente les premiers relais de poste?

Louis XV Charles X Elisabeth 1^{ère}

En quelle année a eu lieu le premier vol postal?

1900 1911 1919

Un euro vaut environ:

1 Franc 6 Francs 50 Francs

Combien de pièce de cents (centimes d'euros) existe-il?

4 6 12

Qui est représenté sur les pièces de 10, 20 et 50 centimes d'euros?

Marianne La semeuse Napoléon

SAVEUR REGIONALE

Quel est la plat traditionnel Sarthois? _____

Ingrédients: Préparation pour 4 personnes

- 700g de blanc de poulet de Loué
- 120g d'arrière de lapin désossé
- 140g de champignons crus préparés
- 100g de jambon
- 1/4 de litre de vin blanc de Jasnière
- 1/4 de litre de fond de veau (ex: bouillon de viande)
- 2 dl de crème
- Huile d'arachide et de noix
- Sel, poivre
- 500 g de choux
- 200 g de carottes préparées

*Temps de préparation: 30 mn,
Temps de cuisson: 45 mn.*

Voici la recette du plat ci-dessus. Les étapes de la recette ont été écrites dans le désordre.

Retrouvez l'ordre correct des étapes pour réaliser cette recette.

- A** Servir aussitôt avec les légumes en côté du plat.
- B** Saler directement sur les légumes, les cuire à la vapeur 10 minutes, dans un couscoussier (à défaut une passoire dans un faitout).
- C** Tailler à l'avance le poulet de Loué et le lapin en aiguillettes, le jambon et les champignons en petits bâtonnets, le choux en lanières et les carottes en julienne (exemple : hachoir électrique).
- D** Sauter 2 ou 3 fois et réserver au chaud. Ensuite déglacer avec le Jasnières. Réduire de 3/4 ; ajouter le fond de veau puis la crème, faire bouillir quelques instants (1 minute), rectifier l'assaisonnement. Remettre la garniture dans le sautoir et donner quelques bouillons pour bien enrober le tout.
- E** Mettre à raidir dans un sautoir les aiguillettes de poulet et de lapin avec l'huile et assaisonner avec l'huile de noix. Ajouter aussitôt les champignons, bien mélanger le tout : mettre le jambon.

PROVERBES GASTRONOMIQUES

"Un dessert sans fromage est une belle à qui il manque _____".

Un caractère Un Œil L'appétit

"_____ commence quand on n'a plus faim". *Alphonse Daudet*

L'envie La sieste La gourmandise

"_____ appartient à ceux qui n'ont pas d'heure fixe pour les repas".

La table Le monde L'appétit

"Cuisiner suppose _____, un esprit généreux et un cœur large". *Paul Gauguin*

Un bon coup de patte De l'envie Une tête légère

"Hâtons-nous de _____ à la tentation, avant qu'elle ne s'éloigne". *Epicure*

Céder Succomber Plier

"Les bons mûrissent, les _____ pourrissent". *Victor Hugo*

Mauvais Méchants Idiots

"La nature, en cuisine comme _____, nous donne rarement le goût de ce qui nous est mauvais." *Charles Baudelaire*

En amitié En amour Au jardin

"L'homme pauvre fait sa cuisine _____." *Proverbe Magyar*

Seul En fonction de la nature Avec de l'eau

"Une bonne cuisine est _____ d'une conscience pure." *Nicolas Toussaint Des Essarts*

L'engrais La voie La preuve

QUI SUIS-JE ?

Né le 14 novembre 1963, je suis un animateur radio et de télévision, acteur et écrivain franco-luxembourgeois, né le 14 novembre 1963 à Lyon.

Passionné par les familles royales et régnautes en Europe, mes émissions consacrées à l'histoire et au patrimoine français ont contribué à partir des années 2000 à me faire figure emblématique du paysage audiovisuel français.

Je suis

.....

Je suis un pianiste, auteur-compositeur-interprète, directeur artistique et arrangeur musical français, né le 28 novembre 1947 à Neuilly-sur-Seine et mort le 2 août 1992 à Ramatuelle dans le Var.

Je me fais connaître en tant que chanteur dès l'époque de Salut les copains dans les années 1960. En 1963, je fais ma première apparition à la télévision en chantant la chanson «Camomille».

En 1982, je crée ma propre maison de disques. Dans les années 80 le succès est au rendez-vous. Je décède d'une crise cardiaque à la suite d'une partie de tennis.

Je suis

.....

MOTS MÊLÉS

Il s'agit de retrouver l'ensemble des mots proposés dans la liste à côté de la grille. Les mots peuvent être inscrits de manière horizontale, verticale ou en diagonale.

R	T	I	T	S	A	N	J	C	R	E	A	N	C	E	R
U	G	R	R	U	I	L	F	O	R	L	E	P	M	E	T
E	N	A	I	L	O	I	U	I	A	U	T	E	C	L	N
T	A	A	M	P	N	C	A	M	Q	I	I	A	D	I	E
C	S	U	B	R	O	I	S	I	I	Z	L	N	A	N	M
A	R	T	A	U	T	T	R	R	I	N	L	L	E	G	O
D	U	R	L	S	S	E	A	E	E	D	I	L	I	U	M
E	P	E	E	N	E	E	R	G	T	V	A	U	B	E	X
R	R	V	R	F	F	T	R	C	E	U	F	E	M	U	R

ABUSER ALENE ALUMINIUM
ASTI AUBE AUTRE CREANCE
CRET DRUMLIN ELINGUE
ENLACER FAILLITE FEERIQUE
FEMUR FESTON GREEN IDEE
JOAILLIER LIANE LICITE
MOMENT ONDEE PUR-SANG

REDACTEUR ROUCOULER
RUINEUX SAUF SCOUT
SMALA SURPLUS TEMPE
TREZIEME TRIMBALER
TRIPOTAGE UTERIN VERS
VESTIAIRE VILAIN

4 IMAGES - 1 MOT

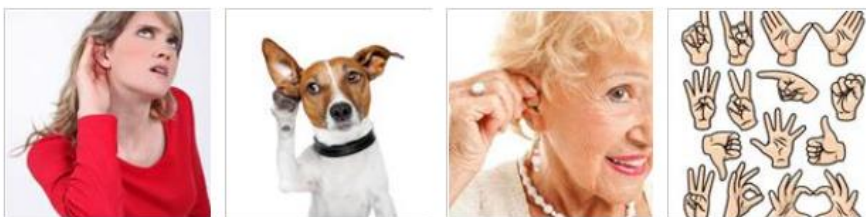
Pouvez-vous deviner quel est le mot commun qui correspond aux 4 photos que vous voyez alignées ?











FUBUKI

Comme pour le sudoku, le fubuki vous demande de placer des chiffres dans des cases. Mais chaque chiffre ne peut apparaître qu'une seule fois, afin que les nombres, en bout de ligne, correspondent à la somme, verticale ou horizontale, des chiffres placés.

1

6			17	1	2
	9		18		
		5	10	3	4
14	21	10		7	8

2

6		7		5	16
	3				17
8		1		2	12
9	4				
		16	16	13	

JEU DU BOGGLE

Dans une limite de temps de 3 minutes, vous devez trouver un maximum de mots en formant des chaînes de lettres contiguës (diagonale possible).



TUA, _____

RUA, _____



ÉNIGMES MATHÉMATIQUES

1) Un jour, un père dit à son fils :

«sais, il fut un temps où j'étais deux fois plus vieux que ta mère. Bien sûr l'année d'après, je n'étais qu'une fois et demi plus vieux qu'elle.

En supposant que le père à 44 ans, quel est l'âge de la mère ?

Réponse : _____

2) A calculer de tête :

$$((1425/6)+(3467 \times 59867)-(9874+43)) \times 0 =$$

Réponse : _____

3) 3 lapins mangent 3 carottes en 3 minutes.

Combien de carottes mangent 6 lapins en 9 minutes ?

Réponse : _____

RETROUVER LES PAROLES

PRENDRE UN ENFANT PAR LA MAIN d'Yves Duteil

Prendre un par la main
Pour l'emmener vers
Pour lui donner la en son pas,
Prendre un enfant pour un ...

Prendre un enfant dans ses
Et pour la fois,
Sécher ses en étouffant de joie,
Prendre un dans ses bras.

..... un enfant par le coeur
Pour ses malheurs,
Tout doucement, sans , sans pudeur,
Prendre un enfant sur son

Prendre un enfant dans ses
Mais la première fois,
..... des larmes en étouffant sa joie,
Prendre un enfant soi

Prendre un enfant par la
Et lui chanter des
Pour qu'il s'endorme à la tom-bée du
Prendre un par l'amour.

Prendre un enfant comme il
Et consoler ses
Vivre sa vie des , puis sou-dain,
.....un enfant par la main
En regardant tout au du chemin,
Prendre un enfant pour le

SOLUTIONS

SUDOKU

Grille 1

5	2	1	3	4	9	8	6	7
4	7	3	8	6	2	1	9	5
9	8	6	7	1	5	2	4	3
3	6	2	5	9	8	7	1	4
1	9	8	4	3	7	6	5	2
7	4	5	6	2	1	3	8	9
8	5	4	2	7	6	9	3	1
2	3	9	1	8	4	5	7	6
6	1	7	9	5	3	4	2	8

Grille 2

7	1	9	8	3	2	6	5	4
5	6	4	1	9	7	8	3	2
3	8	2	4	6	5	1	9	7
2	5	8	9	4	3	7	1	6
9	4	6	7	2	1	3	8	5
1	7	3	6	5	8	4	2	9
8	9	1	5	7	6	2	4	3
4	3	7	2	1	9	5	6	8
6	2	5	3	8	4	9	7	1

LE CRI DES ANIMAUX

La vache = meuglement

Le chien = aboiement

Le chat = miaulement

Le mouton = bêlement

Le serpent = sifflement

Le dindon = glougloutement

Le cheval = hennissement

Le lion = rugissement

La poule = caquètement

Le cerf = brame

LES MARIANNES



Marianne de Briat



Marianne de Luquet



Marianne de Beaujard



Marianne de Lamouche



Marianne de Béquet



Marianne à la Nef

QCM

- 1) En quelle année la France est-elle passée du franc à l'euro ? 2002
- 2) Quel est le premier pays où la Poste ait été établie ? La France
- 3) Dix euros valent environs : 66 Francs
- 4) En quelle année le premier timbre apparu en France ? 1868
- 5) Qui invente les premiers relais de poste ? Louis XV
- 6) En quelle année a eu lieu le premier vol postal ? 1911
- 7) Un euro vaut environ : 6 Francs
- 8) Combien de pièce de cents (centimes d'euros) existe-il? 6
- 9) Qui est représenté sur les pièces de 10, 20 et 50 centimes d'euros? La semeuse

SAVEUR REGIONALE

Nom de la recette: La Marmite Sarthoise

1^{ère} étape = C

2^{ème} étape = B

3^{ème} étape = E

4^{ème} étape = D

5^{ème} étape = A

PROVERBES GASTRONOMIQUES

"Un dessert sans fromage est une belle à qui il manque un oeil".

"La gourmandise commence quand on n'a plus faim". *Alphonse Daudet*

"Le monde appartient à ceux qui n'ont pas d'heure fixe pour les repas".

"Cuisiner suppose une tête légère , un esprit généreux et un cœur large". *Paul Gauguin*

"Hâtons-nous de succomber à la tentation, avant qu'elle ne s'éloigne". *Epicure*

"Les bons mûrissent, les mauvais pourrissent". *Victor Hugo*

"La nature, en cuisine comme en amour, nous donne rarement le goût de ce qui nous est mauvais." *Charles Baudelaire*

"L'homme pauvre fait sa cuisine avec de l'eau". *Proverbe Magyar*

"Une bonne cuisine est l'engrais d'une conscience pure." *Nicolas Toussaint Des Essarts*

QUI SUIS-JE ?

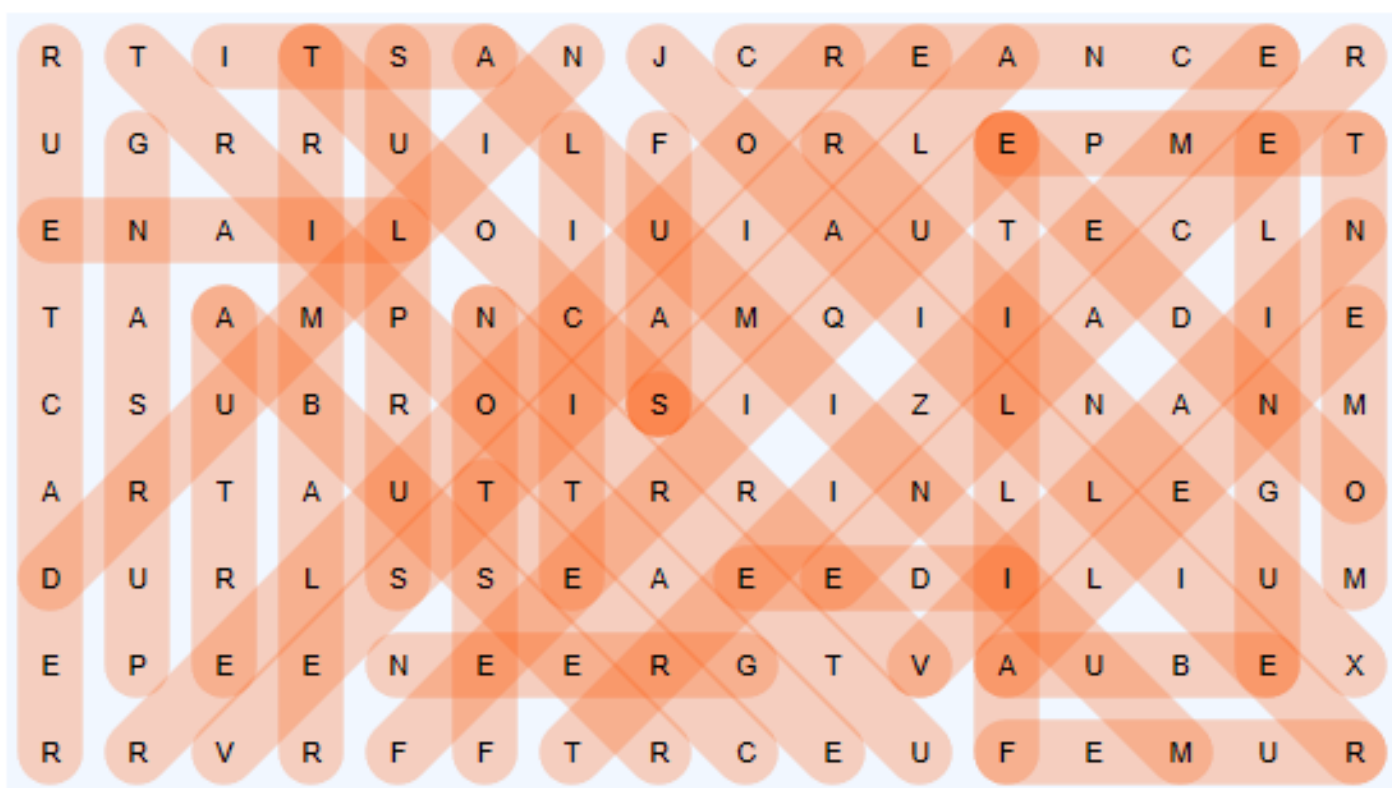
Stéphane Bern

Animateur de radio et de télévision et écrivain franco-luxembourgeois

Michel Berger

Chanteur, pianiste et compositeur français

MOTS MÊLÉS



4 IMAGES – 1 MOT

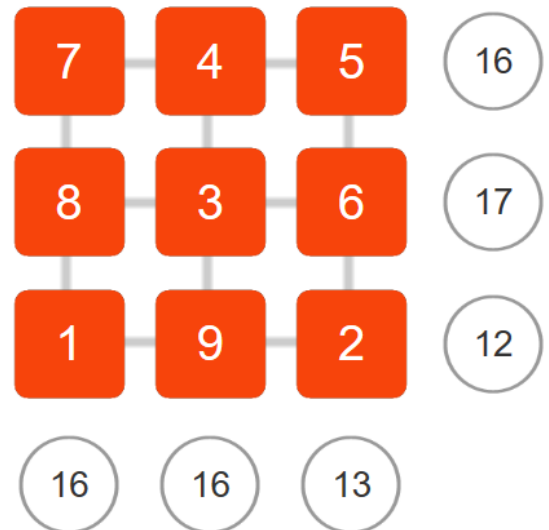
REINE
ZESTE
UNION
MARIN
SOURD

FUBUKI

1



2



JEU DU BOGGLE

ANE / NAITRA / ART / AURA / AURAI / AURAIT / ETAI / ETAIN / ÉTAIT /
ETAT / HAIE / HAINE / HATAI / HATE / JAIN / JAR / JEAN / NET / NATTE /
NIT / RAI / RATATINE / TAIT / TAJINE / TATA / TATI / THE / TITAN / TIEN /
TITANE / TRAIN / TRAIT / TRAITE / TRAINE / URANITE / VAINE / VIT /
VITE / YEN / YETI (etc.)

AOUT / APOTRE / APTE / AURONT / AUTRE / AUTO / ENROUA / ETAI /
ETAU / HATE / HAUTE / HONTE / HUENT / NET / NOUA / NOUER / OPTA
/ OPTE / ORNE / OUTRE / PATTE / PATURON / PORTAI / PORTE /
PORTEUR / PRETAI / PUENT / ROUTE / RUER / TENTA / TER / TORT /
TUER / UNE / URNE / CAUTRE / VOTAI / VOTER (etc.)

LE COMPTE EST BON

- 1) **La mère a 43 ans.** Quand la mère avait 2 ans, sa femme avait 1 an. L'année suivante, le père avait 3 ans et elle 2. Si l'on respecte la proposition de l'énoncé, c'est le seul cas possible.
- 2) **La réponse est 0.** Il ne sert à rien de faire le calcul en entier, car multiplier par 0, donne le résultat de 0.
- 3) **Ils mangent 18 carottes.** On peut déduire qu'un lapin mange 1 carotte en 3 minutes. Donc 6 lapins mangent 6 carottes en 3 minutes. Avec 3 fois plus de temps, ils en mangent donc $3 \times 6 = 18$ carottes

RETROUVEZ LES PAROLES

Prendre un enfant par la main Pour l'emmener vers demain,
Pour lui donner la confiance en son pas, Prendre un enfant
pour un roi.

Prendre un enfant dans ses bras Et pour la première fois,
Sécher ses larmes en étouffant de joie, Prendre un enfant
dans ses bras.

Prendre un enfant par le coeur Pour soulager ses malheurs,
Tout doucement, sans parler, sans pudeur, Prendre un
enfant sur son coeur

Prendre un enfant dans ses bras Mais pour la première fois,
Verser des larmes en étouffant sa joie, Prendre un enfant
contre soi

Prendre un enfant par la main Et lui chanter des refrains
Pour qu'il s'endorme à la tom-bée du jour, Prendre un
enfant par l'amour.

Prendre un enfant comme il vient Et consoler ses chagrins,
Vivre sa vie des années, puis soudain, Prendre un enfant par
la main En regardant tout au bout du chemin, Prendre un
enfant pour le sien.