



ANGERS

SENIORS

ANIMATION

69

LIVRET

D'ACTIVITES

Angers seniors animation

Ensemble, tissons des liens

Le service Angers seniors animation du Centre communal d'action sociale vous propose, via son magazine mensuel le Bords de Maine, un programme varié d'activités culturelles, festives, créatives, sportives...

Chaque mois, vous pouvez aussi vous divertir grâce aux livrets d'activités.

Pour recevoir les programmes d'animation, transmettez votre adresse mail ou postale en téléphonant au **02.41.23.13.31**

Pour les inscriptions aux animations, vous pouvez nous appeler, vous déplacer à l'espace welcome ou nous contacter par mail sur l'adresse suivante : espace.welcome@ville.angers.fr

Le lundi de 14h à 16h30

Du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 16h30

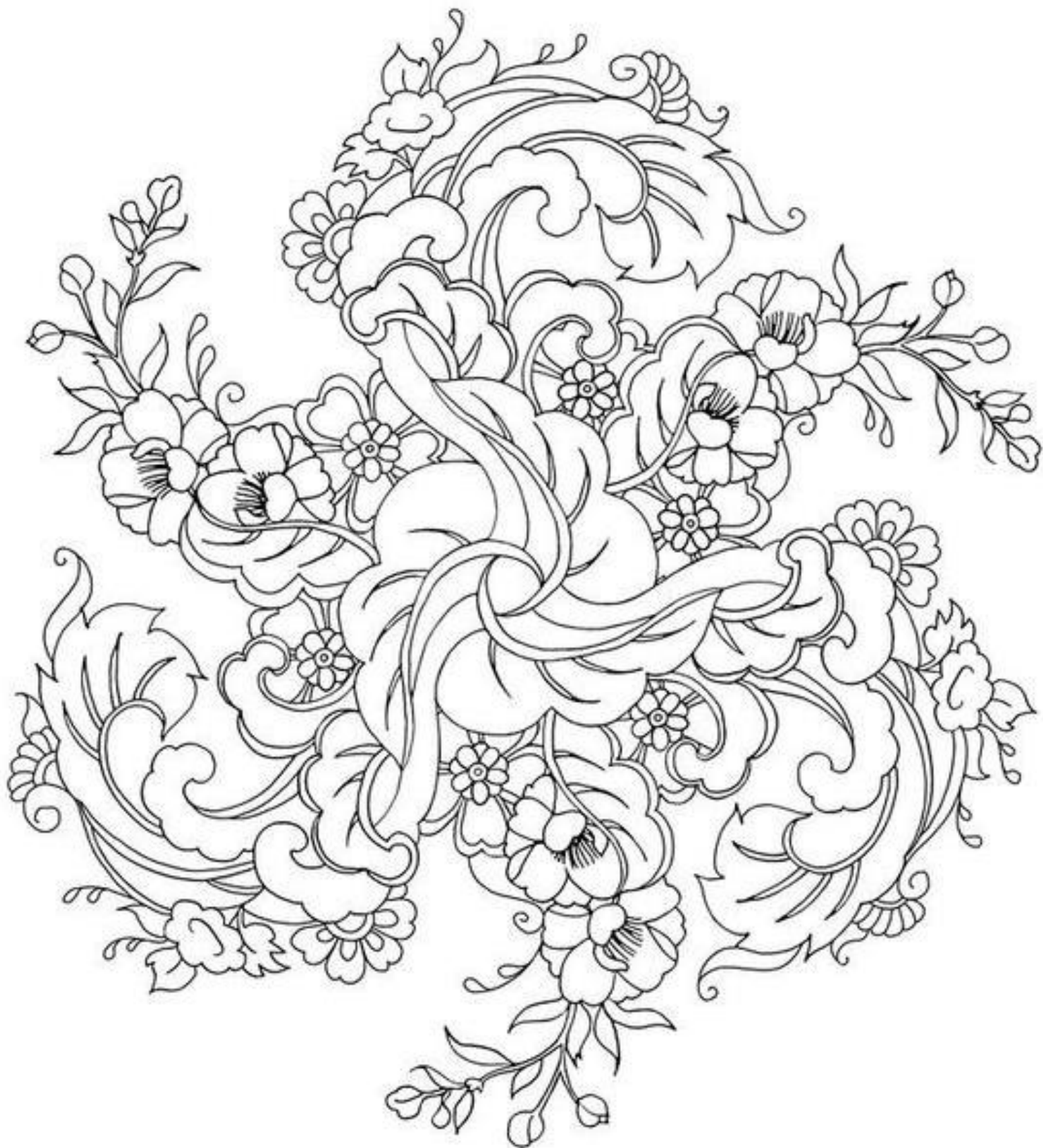
A très bientôt,

L'équipe Angers seniors animation

Sommaire

Mandala.....	p. 5-7
Fubuki.....	p.6
Mots mêlés.....	p. 8
Kakuro.....	p. 9
Les 8 différences.....	p.10
La petite recette.....	p. 11
Les chansons perdues.....	p. 12
Test énigmatique.....	p. 13
Expressions.....	p. 14
Masterword.....	p. 15
4 images 1 mot.....	p. 16
A vos plumes.....	p. 17
Retrouver les paroles.....	p. 18
Solutions.....	p. 19-24

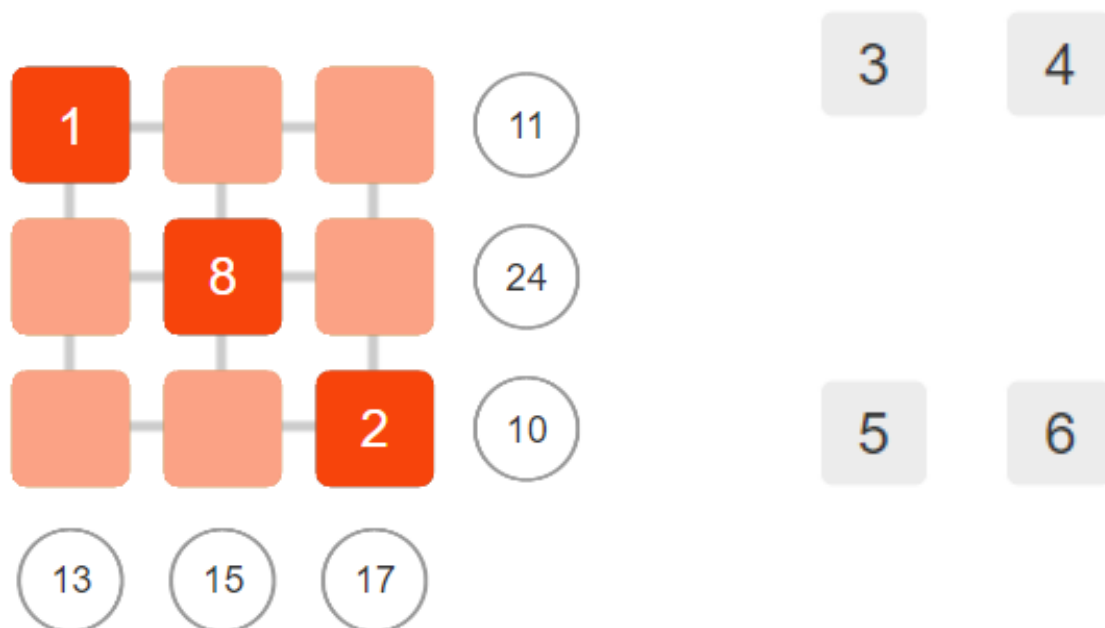
MANDALA



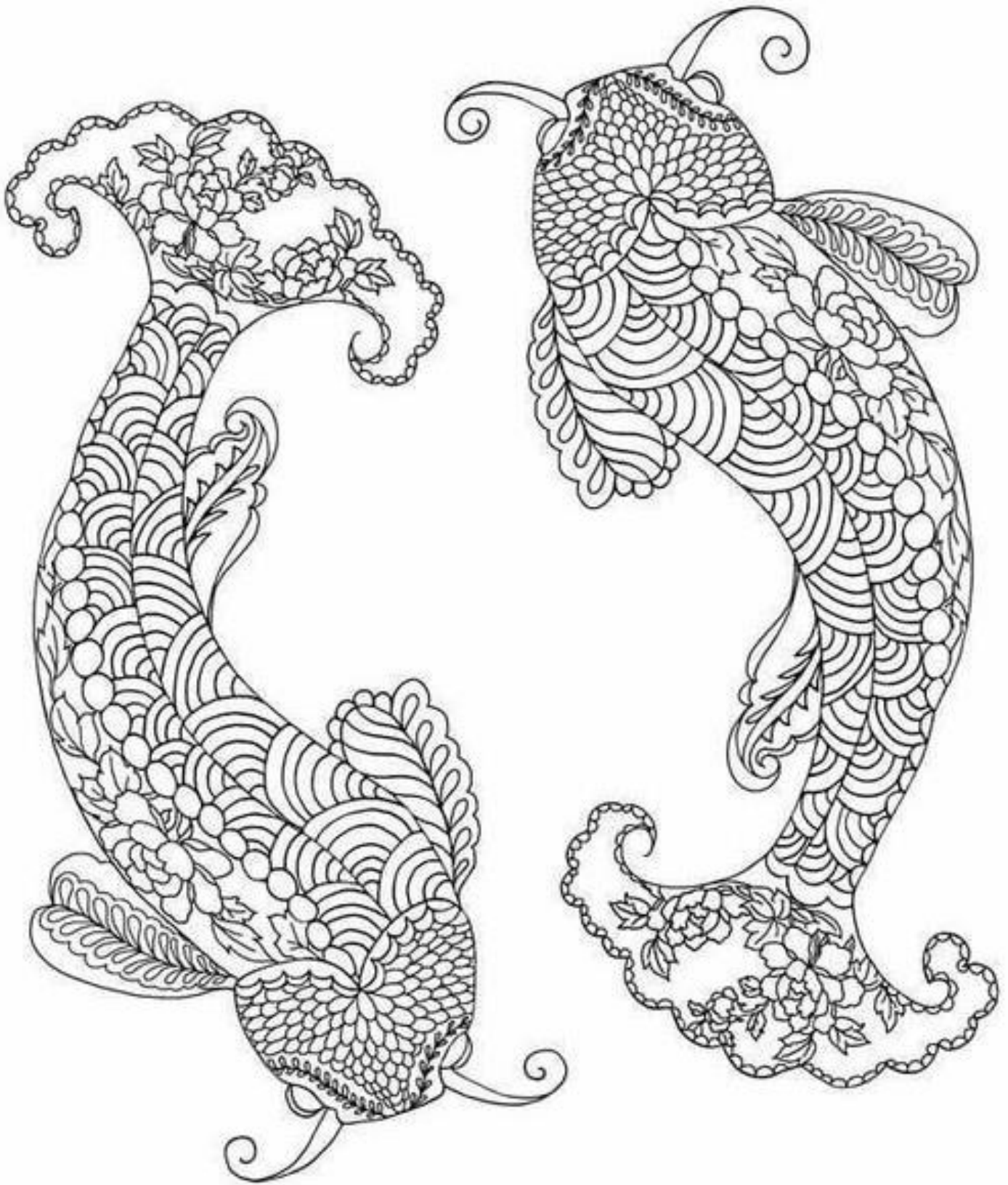
« Ne perds jamais espoir, lorsque le soleil se couche, les étoiles apparaissent. »

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.



MANDALA



« N'acceptez jamais la défaite, vous êtes peut-être à un pas de la réussite. »

Jack E. Addington

MOTS MELES

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

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

ABOIS	ACCABLEES	AGEE	QUASIMODO	RELIEUSE	
AIGUES	ALIZE	ANTAN	REMANIAI	SAGES	SIGMA
APEROS	ARABES	BALAYEURS	SPIRITE	STEAMERS	TABASCO
BATIS	BEAGLE	BEQUILLES	TERTRES	TREPASSES	
BOSS	EOLE	EXCUSABLE	VISITEES	VOLUBILIS	
GUIDE	ISOLA	LOQUE	NULLE		
ONCTUEUX	ORTIE	PROMU			

KAKURO

Le kakuro est un jeu japonais qui reprend le principe des mots-croisés mais avec des chiffres. Vous devez remplir les cases de chiffres afin que la somme de ceux-ci corresponde au nombre inscrit au début de la ligne ou de la colonne.

	8	13			15	29	11
10	6		12	22		9	6
14		8		19	8		
				32			
	8		2	5	9		1
		13	1	3		5	
32	16	6					
		3	5	8	9	12	11
10			27	9	6	7	
		1					
	10	2			11		6

LES 8 DIFFERENCES

Dans la photo ci-dessous, 8 erreurs se sont glissées, lesquelles ?





LA PETITE RECETTE

Roses des sables au chocolat



INGRÉDIENTS : 4 PERSONNES

- 150 g de chocolat à pâtisser (blanc, au lait ou noir en fonction de vos goûts)
- 50 g de céréales corn flakes
- 10 g de beurre demi-sel
- 1 cuillère à soupe de sucre glace



PRÉPARATION (10 minutes) CUISSON (1 minute)

1. Coupez le beurre et le chocolat en petits morceaux. Placez-les dans un bol puis faites-les fondre doucement au micro-ondes.

2.



Incorporez le sucre glace et mélangez la préparation, elle doit être lisse et brillante.

3.

Enrobez les corn flakes du chocolat fondu, veillez à ne pas briser les pétales en remuant délicatement.

4.



Disposez des petits tas sur une plaque tapissée de papier sulfurisé pour former les roses des sables

Réservez au réfrigérateur pendant au moins 2 heures afin que le chocolat durcisse. Puis dégustez cette petite douceur !

LES CHANSONS PERDUES

A vous de retrouver à quels chanteurs appartiennent ces chansons.
Mettez le même numéro lorsque le chanteur est associé au bon titre.

(Exemple 1 – Adamo / 1 – Les filles du bord de mer)

Chanteurs

Titres

Adamo -1--	----- Belle ile en mer Marie Galante
Brigitte Bardot -----	----- Caresses sur l'océan
Calogero -----	----- Elle préfère en mer
Charles Trenet -----	----- Face à la mer
Dalida -----	----- J'ai fais l'amour avec la mer
Désireless -----	----- Là haut sur la montable
François Deguelt -----	----- La maison de la montagne
Henri Salvador -----	----- La mer
Hugues Auffray -----	----- La montagne
Jean Ferrat -----	----- La plage abandonnée
Johnny Hallyday -----	----- La plage aux romantiques
Julien Doré -----	----- L'amour à la plage
Les Choristes -----	----- Le ciel, le soleil et la mer
Luis Mariano -----	----- Le cœur comme une montagne
Marie laforêt -----	----- Les bords de mer
Mireille Mathieu -----	--1- Les filles du bord de mer
Niagara -----	----- Les jolies colonies de vacances
Pascal Danel -----	----- Les vacances au bord de la mer
Philippe Lavil -----	----- L'été indien
Pierre Perret -----	----- L'été sera chaud
Véronique Jannot -----	----- Petit bikini
Joe Dassin -----	----- Quand vient la fin de l'été
Mort Shuman -----	----- Santa Maria de la mer
C Jérôme -----	----- Santiago
Eric Charden -----	----- Sous l'océan
Michel Jonasz -----	----- Un été de porcelaine
Laurent Voulzy -----	----- Voyage voyage

TEST ENIGMATIQUE

Voici une addition extrêmement simple. Cachez l'addition avec votre main, puis découvrez les nombres un par un au fur et à mesure que vous les additionnez dans votre tête :

1000

+

40

+

1000

+

30

+

1000

+

20

+

1000

+

10

Vous avez trouvé 5000 ?
Regardez la solution parce que
ce n'est pas exact !

EXPRESSIONS

Trouvez des expressions contenant les mots indiqués

1. FEU

Employer tous les moyens : -----

Être sûr de soi : -----

Ne s'apercevoir de rien : -----

2. BOUQUET

Le plus spectaculaire d'un évènement : -----

A de l'arôme : -----

3. MECHE

Trahir un secret : -----

Être de connivence avec quelqu'un : -----

4. ÉTINCELLE

Obtenir de brillants résultats : -----

Servir de déclencheur : -----

5. PÉTARD

Action qui n'est pas si spectaculaire : -----

Être en colère : -----

MASTERWORD

Un peu comme le MASTERMIND, avec des lettres à la place des couleurs. Trouvez, en une seule proposition, le MASTERWORD unique à partir des seuls indices fournis dans la grille. Voici la légende pour les lettres déjà placées :

	=	Lettre bien placée.
	=	Lettre mal placée.
	=	Lettre absente.

1

	T	O	M	B	E	A	U	X
	T	I	R	E	R	I	E	Z
⇒	T							

2

	E	N	J	A	I	L	L	E	R	A	I	S
	E	M	P	O	U	R	P	R	A	M	E	S
⇒	E		P					E				

4 IMAGES 1 MOT

Pouvez-vous deviner quel est le mot commun de 7 lettres qui correspond aux 4 photos que vous voyez alignées ?

1



2



3



4



5



6



A VOS PLUMES !

Voici le début d'une longue série de textes et poèmes. Si, vous aussi, vous avez envie de partager vos pensées, de façon anonyme ou non, n'hésitez pas à envoyer par mail vos écrits à l'adresse suivante : heloise.poirier@ville.angers.fr ou à les déposer à l'accueil de l'Espace Welcome.

Qui suis je ?

Libre et aimante
heureuse et folle
j'ai rencontré celle qui m'aimait
elle n'est pas toujours très chouette
elle n'est pas celle que vous pensez
son visage a de multiples facettes
son histoire un drôle de passé
Qui donc est-elle cette princesse ?
Vous qui voulez bien m'écouter
Qui donc est-elle cette comtesse ?
Qui chaque jour me fait rêver..
Qui donc est-elle cette déesse ?
Qui m'enrichit sans répit..
Mais pourquoi ni avez vous donc pas pensé ?
Elle est tout simplement la VIE
et OUI.

Akrine, Août 84

RETROUVER LES PAROLES

COMME UN BOOMERANG de Serge Gainsbourg

Je sens des et des bangs
Agiter mon cœur
L'amour comme un
Me revient des jours
A pleurer les dingues
D'un que je t'avais donné

J'ai sur le de la langue
Ton prénom presque
Tordu comme un
Mon esprit l'a
De ma mémoire, car la
Et ton m'ont épuisé

Je sens des et des bangs
Agiter mon cœur
L'amour comme un
Me revient des jours
A s'aimer comme des
Comme fous à lier.

Sache que ce exsangue
Pourrait un s'arrêter
Si, comme un
Tu ne reviens pas me
Peu à ... je me dégingue
Victime de ta

Je sens des et des bangs
Agiter mon cœur
L'amour comme un
Me revient des jours
A t'aimer une dingue
Prête pour ... à me damner

Toi qui fait partie du ...
De mes passés
Prends garde à ce
Il pourrait te faire
Toutes ces de cinglés
Que tu m'as fait

Je sens des et des bangs
Agiter mon cœur
L'amour comme un
Me revient des jours
C'est une histoire de
Une histoire à pleurer

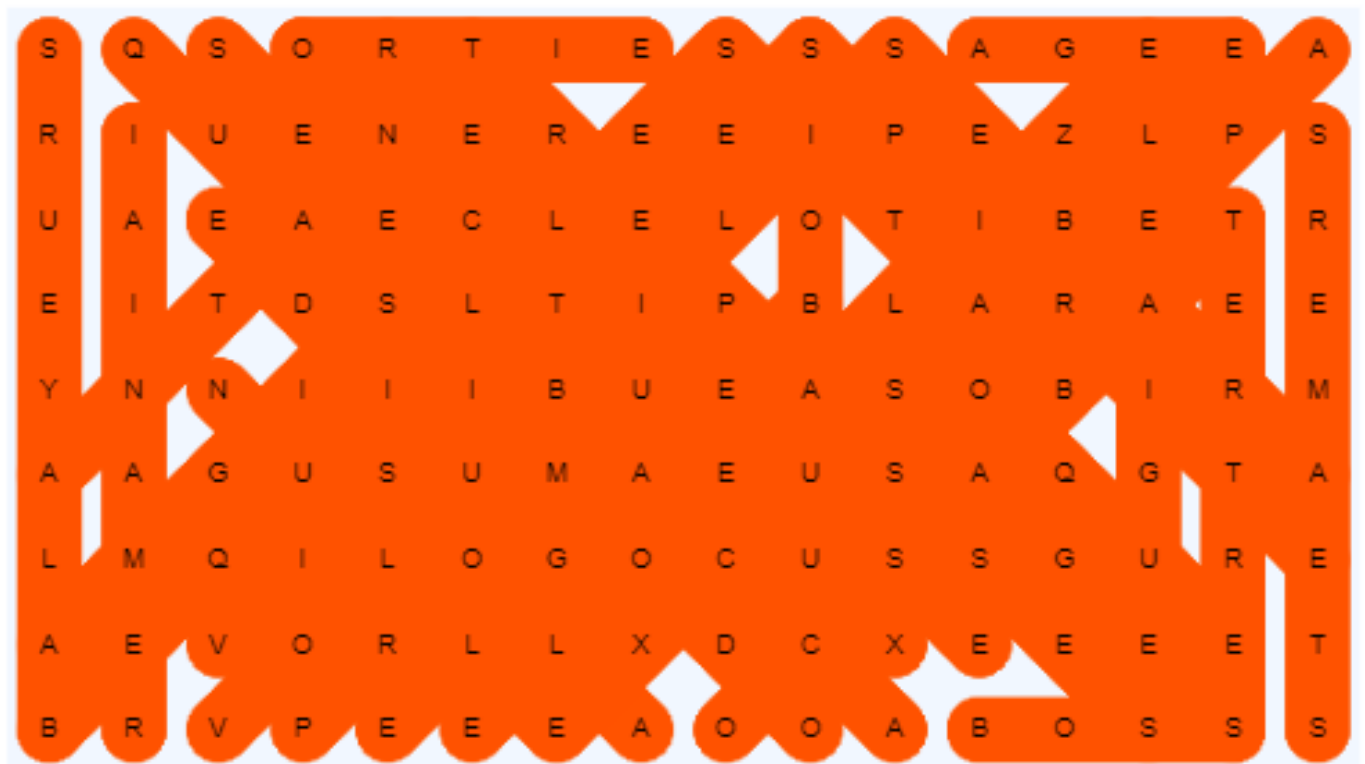
Ma vacille et tangué
Elle est prête à
Sous les coups de
De flash-back
Et si un jour je me
C'est à toi que je le

SOLUTIONS

FUBUKI



MOTS MELÉS



KAKURO

	8	13			15	29	11
10	6	4		22	7	9	6
			12				
14	2	8	4	19	8	7	4
				32			
	8	1	2	5	9	8	1
					19		
		13	1	3	4	5	
16	6						
32	7	3	5	8	9		
						12	11
10	9	1					
			27	9	6	7	5
			1				
	10	2	1	7	11	5	6

LES 8 DIFFERENCES



LES CHANSONS PERDUES

L'été indien / Joe Dassin

Un été de porcelaine / Mort Shuman

L'été sera chaud / Eric Charden

Quand vient la fin de l'été / C Jérôme

Les vacances au bord de la mer / Michel Jonasz

Belle île en mer Marie Galante / Laurent Voulzy

Santiago / Hugues Auffray

La mer / Charles Trenet

Caresses sur l'océan / Les Choristes

Elle préfère en mer / Philippe Lavil

Santa Maria de la mer / Mireille Mathieu

Les bords de mer / Julien Doré

Le ciel, le soleil et la mer / François Deguelt

L'amour à la plage / Niagara

La plage aux romantiques / Pascal Danel

Les filles du bord de mer / Adamo

Face à la mer / Calogero

J'ai fait l'amour avec la mer / Véronique Jeannot

Sous l'océan / Henri Salvador

Voyage voyage / Désireless

Le cœur comme une montagne / Johnny Hallyday

Petit bikini / Dalida

La plage Abandonnée / Brigitte Bardot

Là haut sur la montagne / Marie la Forêt

La montagne / Jean Ferrat

La maison de la montagne / Luis Mariano

TEST ENIGMATIQUE

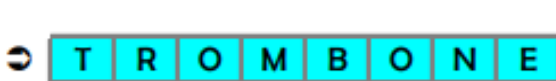
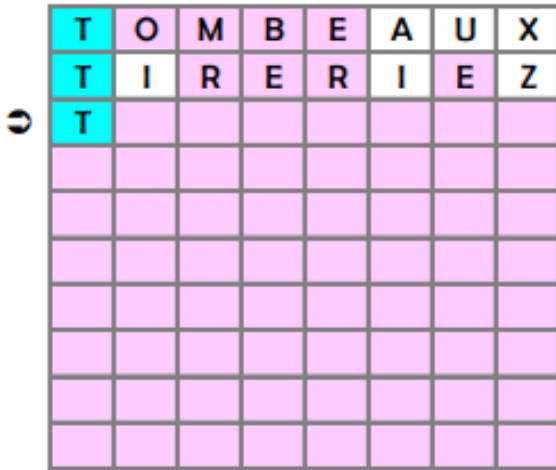
La bonne réponse est bien sûr 4100. Dans l'addition ci-dessus, une fois trouvé le nombre 4090, le cerveau s'attend à ce que la réponse soit un nombre tout rond. Nous atteignons donc 5000 tout naturellement sans faire attention.

EXPRESSIONS

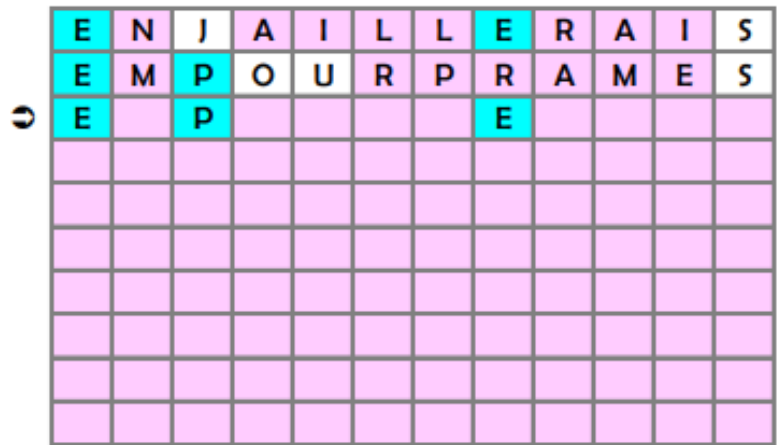
- | | |
|--------------|--|
| 1. FEU | Faire feu de tout bois / y mettre sa main au feu / n'y voir que du feu |
| 2. BOUQUET | Le bouquet final / avoir du bouquet |
| 3. MECHE | Vendre la mèche / être de mèche |
| 4. ÉTINCELLE | Faire des étincelles / l'étincelle qui met le feu au poudres |
| 5. PÉTARD | Un pétard mouillé / être en pétard |

MASTERWORD

1



2



4 IMAGES 1 MOT

- | | |
|---|---------|
| 1 | PLANETE |
| 2 | GRATTER |
| 3 | CUISINE |
| 4 | IRLANDE |
| 5 | AGRUMES |
| 6 | PUNAISE |

RETROUVER LES PAROLES

Je sens des boums et des bangs
Agiter mon cœur blessé
L'amour comme un boomerang
Me revient des jours passés
A pleurer les larmes dingues
D'un corps que je t'avais donné

J'ai sur le bout de la langue
Ton prénom presque effacé
Tordu comme un boomerang
Mon esprit l'a rejeté
De ma mémoire, car la bringue
Et ton amour m'ont épuisé

Je sens des boums et des bangs
Agiter mon cœur blessé
L'amour comme un boomerang
Me revient des jours passés
A s'aimer comme des dingues
Comme deux fous à lier.

Sache que ce cœur exsangue
Pourrait un jour s'arrêter
Si, comme un boomerang
Tu ne reviens pas me chercher
Peu à peu je me dégingue
Victime de ta cruauté

Je sens des boums et des bang
Agiter mon cœur blessé
L'amour comme un boomerang
Me revient des jours passés
A t'aimer comme une dingue
Prête pour toi à me damner

Toi qui fait partie du gang
De mes séducteurs passés
Prends garde à ce boomerang
Il pourrait te faire payer
Toutes ces tortures de cinglés
Que tu m'as fait endurer.

Je sens des boums et des bangs
Agiter mon cœur blessé
L'amour comme un boomerang
Me revient des jours passés
C'est une histoire de dingue
Une histoire bête à pleurer

Ma raison vacille et tangué
Elle est prête à chavirer
Sous les coups de boomerangs
De flash-back enchaînés
Et si un jour je me flingue
C'est à toi que je le devrais