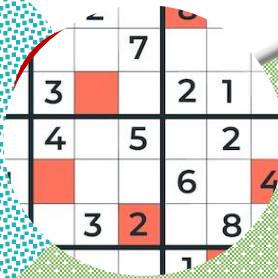


Livret d'activités



74

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. 4-6
Fubuki.....	p. 5
Kakuro.....	p. 7
La fable à trou.....	p. 8
Mots mêlés.....	p. 9
Les 8 différences.....	p. 10
La petite recette.....	p. 11
Trouvez les mots commençant par.....	p. 12
Anagrammes.....	p. 13
Homonymes.....	p. 14
Le bon point de vue.....	p. 15
A vos plumes.....	p. 16
Retrouvez les paroles.....	p. 17
Solutions.....	p. 18-23

MANDALA

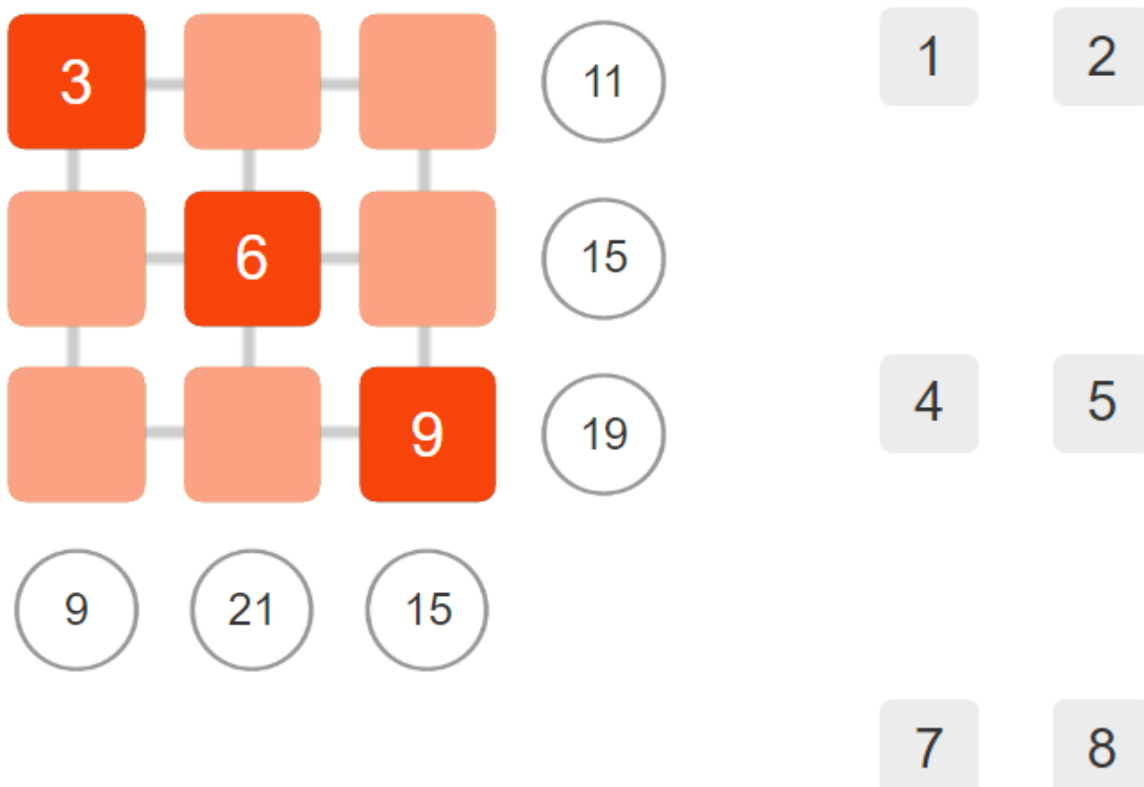
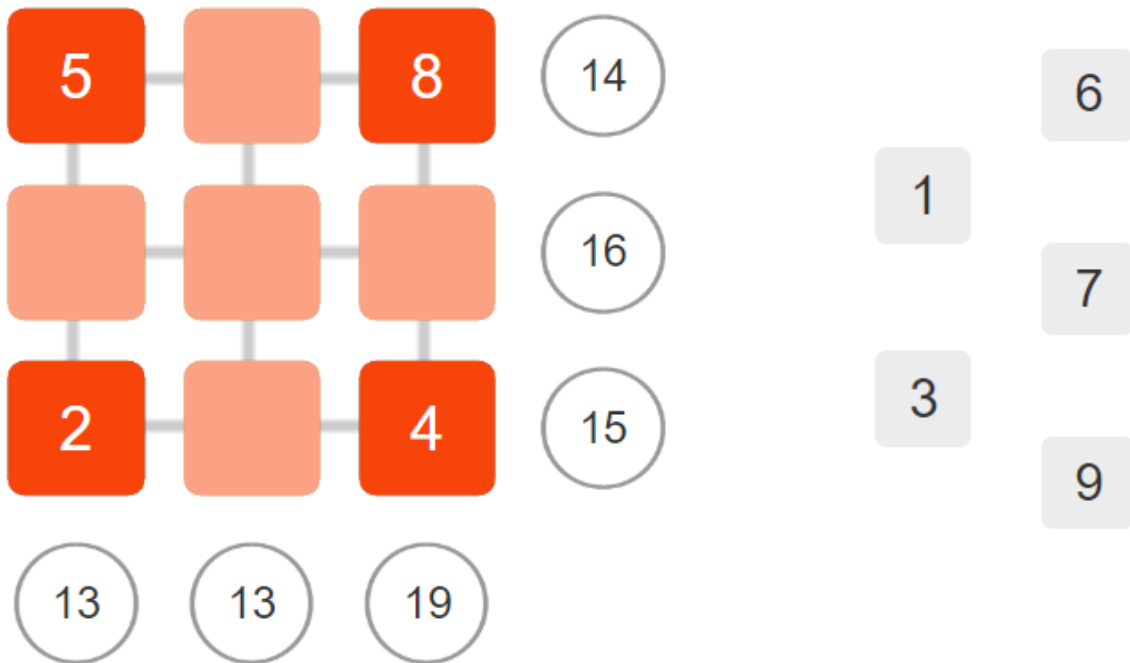


« J'ai appris que le courage n'est pas l'absence de peur, mais la capacité de la vaincre. »

Nelson Mandela

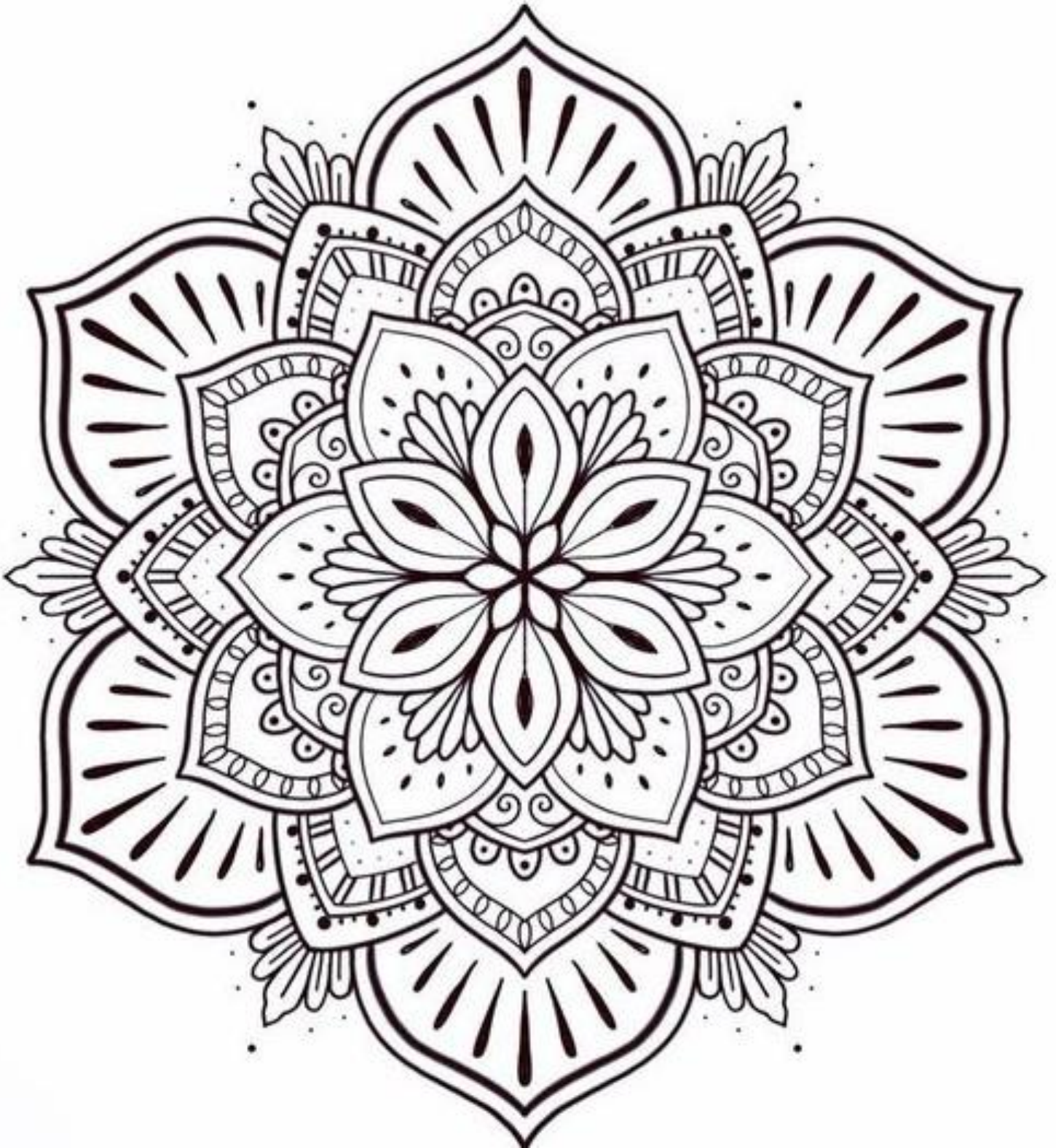
FUBUKI

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.



Solution page 18

MANDALA



« Ne dis pas aux gens tes plans. Montre-leur tes résultats. »

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.

	16	14	33	8	16		
35	9	5				17	8
18		7	9	9	6		
10	5		3	9	3	1	
		16			5	3	
	9	9			17		
15		7		7			
15	1		3	4			
					5		

LA FABLE A TROU

Trouvez les mots manquants dans la Fable de Jean de la Fontaine :

Le Lion et le Rat

Il faut, autant qu'on peut, _____ tout le monde :

On a souvent _____ d'un plus petit que soi.

De cette vérité deux _____ feront foi,

Tant la chose en preuves abonde.

Entre les _____ d'un Lion

Un Rat sortit de _____ assez à l'étourdie.

Le Roi des _____, en cette occasion,

Montra ce qu'il était, et lui donna la _____.

Ce _____ ne fut pas perdu.

Quelqu'un aurait-il jamais cru

Qu'un Lion d'un _____ eût affaire ?

Cependant il advint qu'au sortir des _____

Ce _____ fut pris dans des rets,

Dont ses _____ ne le purent défaire.

Sire Rat _____, et fit tant par ses _____

Qu'une _____ rongée emporta tout l'ouvrage.

Patience et _____ de temps

Font plus que _____ ni que rage.

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.

L	E	E	T	U	T	S	O	R	S	S	T	A	C	E	A
O	B	E	A	U	E	R	E	R	E	O	S	H	L	B	T
N	R	R	R	N	B	H	U	D	G	S	M	A	O	I	P
G	A	O	I	E	C	E	L	F	I	A	C	N	R	L	A
A	B	T	R	A	T	E	R	E	F	I	N	E	O	T	N
P	U	T	V	I	N	R	T	E	T	I	T	I	N	L	S
M	H	A	U	N	G	T	E	R	U	T	E	R	S	E	E
A	R	R	O	E	E	A	E	C	E	S	R	R	A	T	S
C	B	A	C	E	S	V	N	S	I	K	E	E	E	P	E

AARAU	ABONNI	ACES	AHANE	PLOIES	RETRECI	RHUBARBE
AINEE	ASSIETTEE	ATREE		RIANTES	SCENES	SOMNOLE
BERTHA	BRUITEURS			STACE	STRASS	TIRETTES
CAMPAGNOL	COUVRIR			TOREE	TREK	TRUFFIERE
CRAVACHER	FIGES	IDES		TUBEREUSE	VERTICALE	
LETTRE	MUTINES	ORGANISTE				
ORIGAN	PANSES	PARTI				

LES 8 DIFFERENCES

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



LA PETITE RECETTE

Hachis parmentier saumon et fines herbes

INGRÉDIENTS : 4 PERSONNES

- 800g de Pomme de terre
- 4 pavés de saumon (frais)
- 20cl de Lait
- 200g de Fromage ail & fines herbes
- 40g de Chapelure
- Ciboulette



PRÉPARATION (14 minutes) CUISSON (45 minutes)

- 1.** Préchauffez le four à 200°C.
Épluchez et coupez les pommes de terre grossièrement. Sans oublier de saler l'eau, faites-les cuire. Pendant ce temps, ôtez la peau du saumon puis coupez-le en gros cubes. Réservez.
- 2.** Après cuisson, égouttez les pommes de terre puis mettez-les dans un saladier. Salez, poivrez puis ajoutez le lait et le fromage frais aux fines herbes. A l'aide d'un presse-purée ou d'une fourchette, écrasez et obtenez une purée onctueuse.
- 3.** Beurrez votre plat à gratin. Ajoutez les cubes de saumon, salez et poivrez, puis versez la purée par-dessus. Parsemez de chapelure. Enfournerez pendant 30 minutes à 200°C. A la fin de la cuisson n'hésitez pas à parsemer de ciboulette hachée !



TROUVEZ LES MOTS COMMENCANT PAR

Trouvez 15 mots (ou + si vous avez) commençant par BAS :

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____
- 7) _____
- 8) _____
- 9) _____
- 10) _____
- 11) _____
- 12) _____
- 13) _____
- 14) _____
- 15) _____

Autres idées ?

ANAGRAMMES

Formez l'anagramme de chaque pays et de sa lettre supplémentaire pour ainsi trouver un nom, un verbe ou un adjectif. Les noms et adjectifs peuvent alternativement être masculins ou féminins et singuliers ou pluriels ; les verbes peuvent également être ou ne pas être conjugués.

1
S U E D E + M > (Nom)

2
G R E C E + I > (Nom)

3
F R A N C E + I > (Verbe)

4
G U I N E E + N > (Adjectif)

5
P O L O G N E + N > (Nom)

6
A L B A N I E + M > (Adjectif)

7
T U N I S I E + S > (Nom)

8
S O M A L I E + N > (Nom)

9
M A L A I S I E + L > (Verbe)

HOMONYMES

Remplacez dans les phrases le bon c'est / s'est / ses / ces :

- 1) _____ la dernière fois que je le répète !
- 2) Il _____ cassé le bras en tombant.
- 3) Rentre _____ jouets qui traînent.
- 4) Il a enfin sorti _____ chiens.
- 5) Il demande ce que font _____ affaires ici.
- 6) Mais que font _____ affaires ici ?
- 7) Mon frère _____ retrouvé à l'autre bout de la ville.
- 8) _____ à moi ! Ne me le prends pas !
- 9) Toutes _____ histoires ne me regardent pas.
- 10) Si ce ne sont pas _____ affaires, à qui sont-elles ?

LE BON POINT DE VUE

Notez sous l'image s'il s'agit de la main droite ou de la main gauche.



Barrez les deux intrus pour reconstituer le chapeau.



Notez sous les deux images le nombre de chaussures et de gants.



Chaussures gauches

Chaussures droites

Gants gauches

Gants droits

A VOS PLUMES !

N'hésitez pas à envoyer par mails vos écrits à l'adresse suivante: heloise.poirier@ville.angers.fr ou à les déposer à l'accueil de l'Espace welcome.

Cadeau

Akrine , 02/10/2022

**la vie m'a été donnée
je délecte chaque jour
ce cadeau si précieux
je prends à pleines brassées
tout ce que je peux cueillir
pour ensuite avoir la joie
tout humblement de l'offrir.
Même s'il y a des moments difficiles
il faut s'efforcer de regarder
le subtil de ce qui nous nourrit
Être ensemble pour un mieux être
être ensemble pour le partage
être ensemble pour se faire confiance
la vie c'est tout simplement tout ça !**

RETROUVEZ LES PAROLES

CAPRI C'EST FINI de Hervé Vilard

Nous n'irons plus
Où tu m'as ... "je t'aime"
Nous n'irons plus
Tu viens de
Nous n'irons plus
Ce soir c'est plus la
Nous n'irons plus
Comme les autres

Capri, c'est
Et dire que c'était la de mon
premier
Capri, c'est
Je ne crois pas que j'y un jour
Capri, c'est fini
Et dire que c'était la de mon
premier amour
Capri, c'est
Je ne crois pas que j'y un jour
Capri, c'est fini

Nous n'irons plus
Ce soir c'est plus la
Nous n'irons plus
Comme les autres
Parfois je voudrais
Te , "recommençons"
Mais je perds le
Sachant qu'tu diras ...

Capri, c'est
Et dire que c'était la de mon
premier
Capri, c'est
Je ne crois pas que j'y un jour

Capri, c'est fini
Et dire que c'était la de mon
premier amour
Capri, c'est
Je ne crois pas que j'y

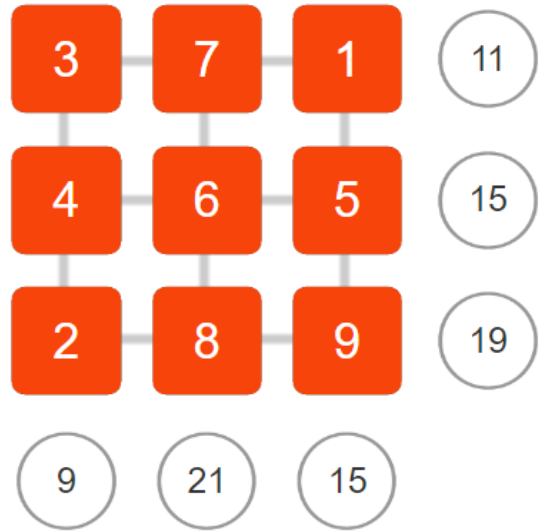
Nous n'irons plus
Mais je me
Du premier rendez-....
Que tu m'avais
Nous n'irons plus
Comme les autres
Nous n'irons plus
Plus jamais, plus

Capri, c'est
Et dire que c'était la de mon
premier
Capri, c'est
Je ne crois pas que j'y un jour

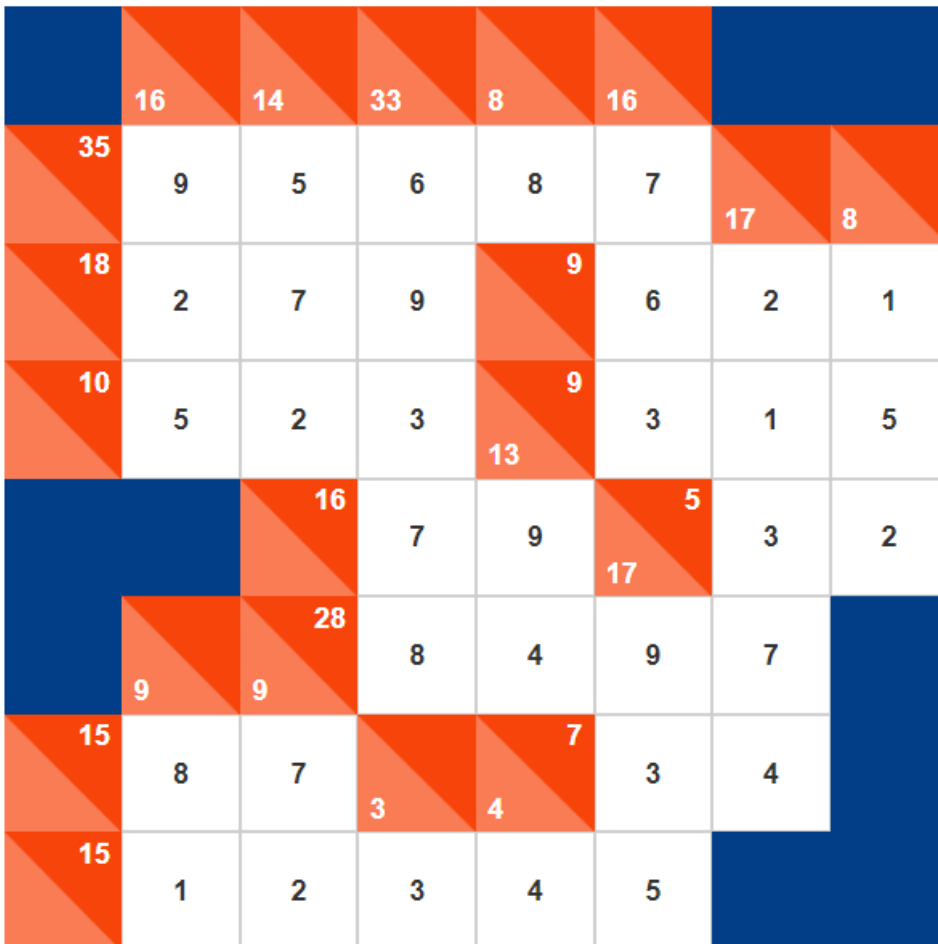
Capri, c'est
Et dire que c'était la de mon
premier
Capri, c'est
Je ne crois pas que j'y un jour
Oh Capri oh c'est
Et dire que c'était la de mon premier
.....
Oh Capri, c'est fini
Je ne crois pas que j'y un jour
Oh Capri oh c'est
Et dire que c'était la de mon premier
.....
Oh Capri, c'est fini

SOLUTIONS

FUBUKI



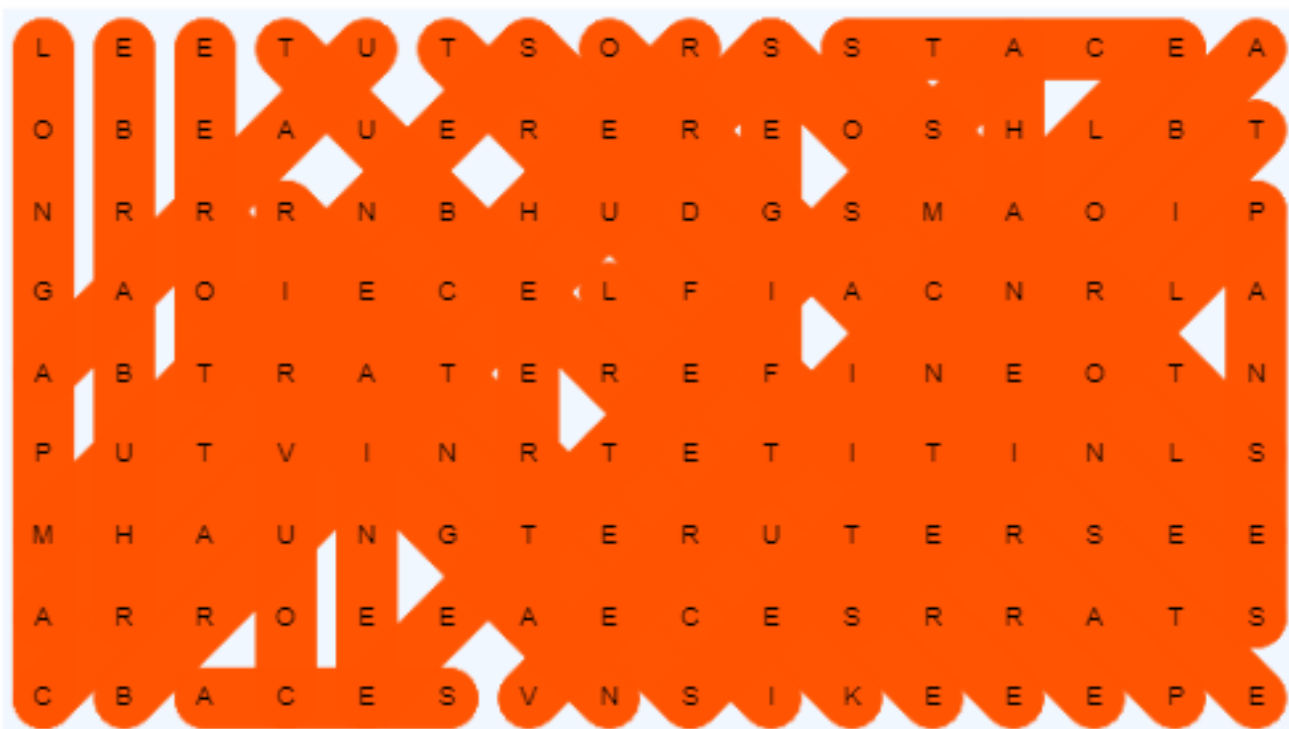
KAKURO



LA FABLE A TROU

Il faut, autant qu'on peut, obliger tout le monde :
On a souvent besoin d'un plus petit que soi.
De cette vérité deux Fables feront foi,
Tant la chose en preuves abonde.
Entre les pattes d'un Lion
Un Rat sortit de terre assez à l'étourdie.
Le Roi des animaux, en cette occasion,
Montra ce qu'il était, et lui donna la vie.
Ce bienfait ne fut pas perdu.
Quelqu'un aurait-il jamais cru
Qu'un Lion d'un Rat eût affaire ?
Cependant il advint qu'au sortir des forêts
Ce Lion fut pris dans des rets,
Dont ses rugissements ne le purent défaire.
Sire Rat accourut, et fit tant par ses dents
Qu'une maille rongée emporta tout l'ouvrage.
Patience et longueur de temps
Font plus que force ni que rage.

MOTS MELES



LES 8 DIFFERENCES



TROUVER LES MOTS COMMENCANT PAR ...

- 1) BASE
- 2) BASIC
- 3) BASIL
- 4) BASSE
- 5) BASTA
- 6) BASANÉ
- 7) BASKET
- 8) BASQUE
- 9) BASSIN
- 10) BASTON
- 11) BASAUX
- 12) BASCULE
- 13) BASIQUE
- 14) BASSINE
- 15) BASIPODE

Autres idées ? BASSIN, BAS-VENTRES, BAS, BASKETTEUSES, BASTILLONNER, BAS-DE-CHAUSSES, BASSE-COUR etc.

ANAGRAMME

1	▶	M	E	D	U	S	E												
2	▶	C	I	E	R	G	E												
3	▶	F	I	A	N	C	E	R											
4	▶	I	N	G	E	N	U	E											
5	▶	P	L	O	N	G	E	O	N										
6	▶	M	A	N	I	A	B	L	E										
7	▶	S	I	N	U	S	I	T	E										
8	▶	M	O	N	I	A	L	E	S										
9	▶	E	M	A	I	L	L	A	I	S									

HOMONYMES

- 1) **C'est** la dernière fois que je le répète !
- 2) Il **s'est** cassé le bras en tombant.
- 3) Rentre **ces** jouets qui traînent.
- 4) Il a enfin sorti **ses** chiens.
- 5) Il demande ce que font **ses** affaires ici.
- 6) Mais que font **ces** affaires ici ?
- 7) Mon frère **s'est** retrouvé à l'autre bout de la ville.
- 8) **C'est** à moi ! Ne me le prends pas !
- 9) Toutes **ces** histoires ne me regardent pas.
- 10) Si ce ne sont pas **ses** affaires, à qui sont-elles ?

LE BON POINT DE VUE



Droite



Gauche



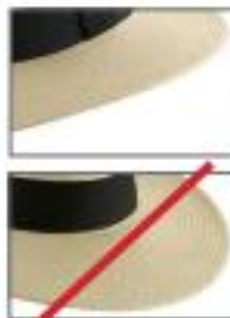
Droite



Droite



Gauche



4 Chaussures gauches

4 Chaussures droites



4 Gants gauches

2 Gants droits

RETROUVEZ LES PAROLES

Nous n'irons plus jamais
Où tu m'as dit "je t'aime"
Nous n'irons plus jamais
Tu viens de décider
Nous n'irons plus jamais
Ce soir c'est plus la peine
Nous n'irons plus jamais
Comme les autres années

Capri, c'est fini
Et dire que c'était la ville de mon
premier amour
Capri, c'est fini
Je ne crois pas que j'y retournerai un
jour
Capri, c'est fini
Et dire que c'était la ville de mon
premier amour
Capri, c'est fini
Je ne crois pas que j'y retournerai un
jour

Nous n'irons plus jamais
Où tu m'as dit je t'aime
Nous n'irons plus jamais
Comme les autres années
Parfois je voudrais bien
Te dire, "recommençons"
Mais je perds le courage
Sachant qu'tu diras non

Capri, c'est fini
Et dire que c'était la ville de mon
premier amour
Capri, c'est fini
Je ne crois pas que j'y retournerai un
jour

Capri, c'est fini
Et dire que c'était la ville de mon
premier amour
Capri, c'est fini
Je ne crois pas que j'y retournerai un
jour

Nous n'irons plus jamais
Mais je me souviendrai
Du premier rendez-vous
Que tu m'avais donné
Nous n'irons plus jamais
Comme les autres années
Nous n'irons plus jamais
Plus jamais, plus jamais

Capri, c'est fini
Et dire que c'était la ville de mon
premier amour
Capri, c'est fini
Je ne crois pas que j'y retournerai un
jour

Capri, oh c'est fini
Et dire que c'était la ville de mon
premier amour
Capri, oh c'est fini
Je ne crois pas que j'y retournerai un
jour
Oh Capri oh c'est fini
Et dire que c'était la ville de mon
premier amour
Oh Capri, c'est fini
Je ne crois pas que j'y retournerai un
jour
Oh Capri oh c'est fini
Et dire que c'était la ville de mon
premier amour
Capri, c'est fini

L'équipe du service
Angers seniors
animations vous
souhaite une très
belle année

