



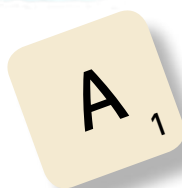
Cahier de vacances



SPÉCIAL SENIORS



À vous de jouer !



ÉDITION ÉTÉ 2020



Une parenthèse confinée

16 mars 2020 : « *Nous sommes en guerre... restez chez vous !* » Le message est solennel et nous sommes sans voix. En un éclair, nous ramassons nos affaires, ordinateurs, téléphones, agendas... il faut faire vite, très vite. Le confinement est là. Notre programmation s'arrête net. Telle Perrette et son pot au lait, il nous faut dire adieu aux sorties, au scrabble, aux cartes, à la gym, aux fleurs, à nos ateliers mémoire, à l'art plastique, aux promenades et à toutes les belles surprises que nous avons concoctées. Un certain Coronavirus, tout minuscule, vient de faire son entrée. Le temps suspend son vol, nous voici enfermés. Place Santos-Dumont, la petite gare aux volets bleus s'endort. Personne ne sait encore que ce sera pour plusieurs mois. Le cœur serré, médusée, l'équipe des Coteaux regagne ses pénates. Une nouvelle mission s'annonce déjà. Pas le temps de s'endormir sur ses lauriers, la crise sanitaire éclate, il nous faut téléphoner. Aux amis des Coteaux, aux personnes suivies ou connues du CCAS et du Clic Gérico et à tous ceux qui nous ont été signalés ou qui se sont manifestés. Solidarité. « *Espace d'animation des Coteaux, bonjour !* » Dans nos salons respectifs, le standard a chauffé. Il nous a fallu expliquer, rassurer, informer, aider, écouter, parler... Comment faire ses courses, se faire livrer, prendre contact avec son médecin, son dentiste, son pharmacien, résoudre un souci informatique ou administratif, éviter

les arnaques... les questions ont fusé. Pour beaucoup, il était bien difficile de se réinventer une vie privée de liberté, souvent loin de sa famille, de ses amis, surtout lorsqu'Internet faisait défaut. Des coups de fil, il y en a eu. Plus de 3 500 en deux mois et demi. Certains, fort heureusement, assez légers, avec des rires et des anecdotes. Beaucoup, plus anxiogènes, avec de nombreux questionnements et un moral dans les chaussettes. D'autres empreints d'une immense tristesse. Certains échanges étaient factuels et courts, d'autres plus profonds. Vous êtes en effet nombreux, amis des Coteaux et seniors Clodoaldiens, à vous être confiés à nous. Un lien fort s'est créé au fil des jours, gardons le précieusement. Nous vous remercions de votre confiance. Émotions. Si l'ennui et le stress se sont souvent installés, si certains d'entre vous ont admis « buller » une partie de la journée, le plus souvent devant la télé, une tornade blanche a également déferlé. À Saint-Cloud, on a trié, jeté, rangé, classé, épousseté... Les cordons bleus et les apprentis « Top chef » ont braisé, rissolé, mijoté, mitonné, pâtissé..., tandis que d'autres ont bricolé ou bien encore bichonné leurs plantations. Certains ont endossé le rôle d'enseignant à distance pour leurs petits-enfants, d'autres ont visité des musées et visionné des opéras sur la toile, dévoré des romans. Des doigts de fée ont même confectionné des masques. Drôle de moment.



Et puis le 11 mai est arrivé.

Déconfinement. Avec mille précautions, l'équipe a retrouvé le chemin de la maison. Mais, on ne va pas se mentir, les Coteaux sans seniors, ce ne sont plus vraiment les Coteaux. Vos rires, vos sourires bienveillants, vos bavardages nous manquent terriblement. Nous savons que vous avez des fourmis dans les jambes, que l'idée de revenir aux Coteaux vous démange, mais il faut à nouveau patienter. Jusqu'au 31 août précise l'arrêté. Le virus est perfide et il faut rester prudent, il faut vous protéger, encore pour un moment. Cet été, c'est de la cellule canicule dont nous nous occuperons. En parallèle, nous resterons joignables, nous vous appellerons et nous préparerons le programme de rentrée, si le Covid le permet.

Place Santos-Dumont, la petite gare aux volets bleus se réveille doucement. Promis nous en prendrons grand soin et nous vous y attendrons.

Ensemble, nous avons traversé cette épreuve ; ensemble, nous repartirons.

Hauts les cœurs, nous y parviendrons !

**Abed, Amandine et Valérie
aux Coteaux !**

Voilà l'été !

À l'Espace d'animation des Coteaux, ouvert à tous les Clodoaldiens de 65 ans et plus, on entretient le corps et l'esprit et surtout... on s'amuse ! On essaie d'oublier un peu les tracasseries du quotidien... Les ateliers et les sorties sont nombreux et variés, il y en a vraiment pour tous les goûts. Comme vous l'aurez compris, durant cette période estivale, Valérie, Abed et Amandine, les animateurs de notre Espace, ne pourront malheureusement pas vous recevoir au sein de la structure crise sanitaire oblige. Mais, pour ne pas perdre le contact et, nous l'espérons, vous divertir un peu, ils vous proposent leur cahier de vacances de l'été. Vous y retrouverez tous les ateliers habituels conçus pour être suivis à distance. N'hésitez pas à le partager avec vos voisins, vos amis, vos enfants, voire vos petits-enfants. Plus on est de fous, plus on rit !

Nous vous souhaitons une bonne lecture, un bon moment de détente, un bel été et espérons vous retrouver quand les conditions le permettront à l'Espace des Coteaux.

*Mireille Guezenec,
conseillère municipale
déléguee aux Seniors*

Sorties, visites de musée, conférences, gymnastique cérébrale

Château de Chantilly, Conservatoire André-Citroën, égouts de Paris, Clouterie Rivierre, Aéroport Charles-de-Gaulle, Opéra Garnier, grottes du Foulon, Ministère de Bercy, Cathédrale de Beauvais, Gerberoy, Exposition Toutankhamon, Exposition Team Lab : au-delà des limites, Deauville, Tamié, Narbonne... amis de l'Espace d'animation des Coteaux, nous sommes de vrais globe-trotters, mais nous n'en n'oublions pas pour autant notre belle ville de Saint-Cloud. Pour cet atelier de gymnastique cérébrale à distance, l'idée nous est venue de créer une grille de mots croisés clodoaldiens. **À partager sans modération !**

VERTICAL

- 1 • Œuvre de Gustave Eiffel reliant Saint-Cloud au bois de Boulogne
- 2 • Ce jardin permet de célébrer le 14 Juillet avec vue
- 3 • Saint-Cloud se partage sa rue avec Suresnes (3 mots)
- 4 • Une touche russe héritée de l'Exposition Universelle de 1967
- 5 • Dès 1937, Marcel pris son envol sur les bords de Seine à Saint-Cloud
- 6 • Champion d'Europe de lutte. Avec lui, mieux valait ne pas toucher au grisbi
- 7 • Le lycée de garçons prit le nom de ce poète belge en 1968
- 8 • Ancienne gare aux volets bleus bien connue des seniors (2 mots)
- 9 • Son premier galop d'essai eu lieu en 1901
- 10 • Les Gueules Cassées ont trouvé refuge dans son Camp dès 1915
- 11 • Il a mis sa patte sur les peintures qui ornent la salle des mariages de l'hôtel de Ville
- 12 • Son parc est l'un des plus anciens lotissements murés de France

13 • Son frère, le Roi Soleil, lui offrit le domaine de Saint-Cloud

14 • Rue d'Orléans, les Ursulines y « tournaient en rond » (Le)

15 • Un chanteur « Mexicain » portant le chapeau de Mireille

HORIZONTAL

16 • Son aller-retour à la Tour Eiffel en 1901 lui valut la reconnaissance de l'Aéro-Club de France basé à Saint-Cloud. Un lycée clodoaldien porte désormais son nom (2 mots)

17 • Ses jeux d'eau attirent en grand nombre les visiteurs

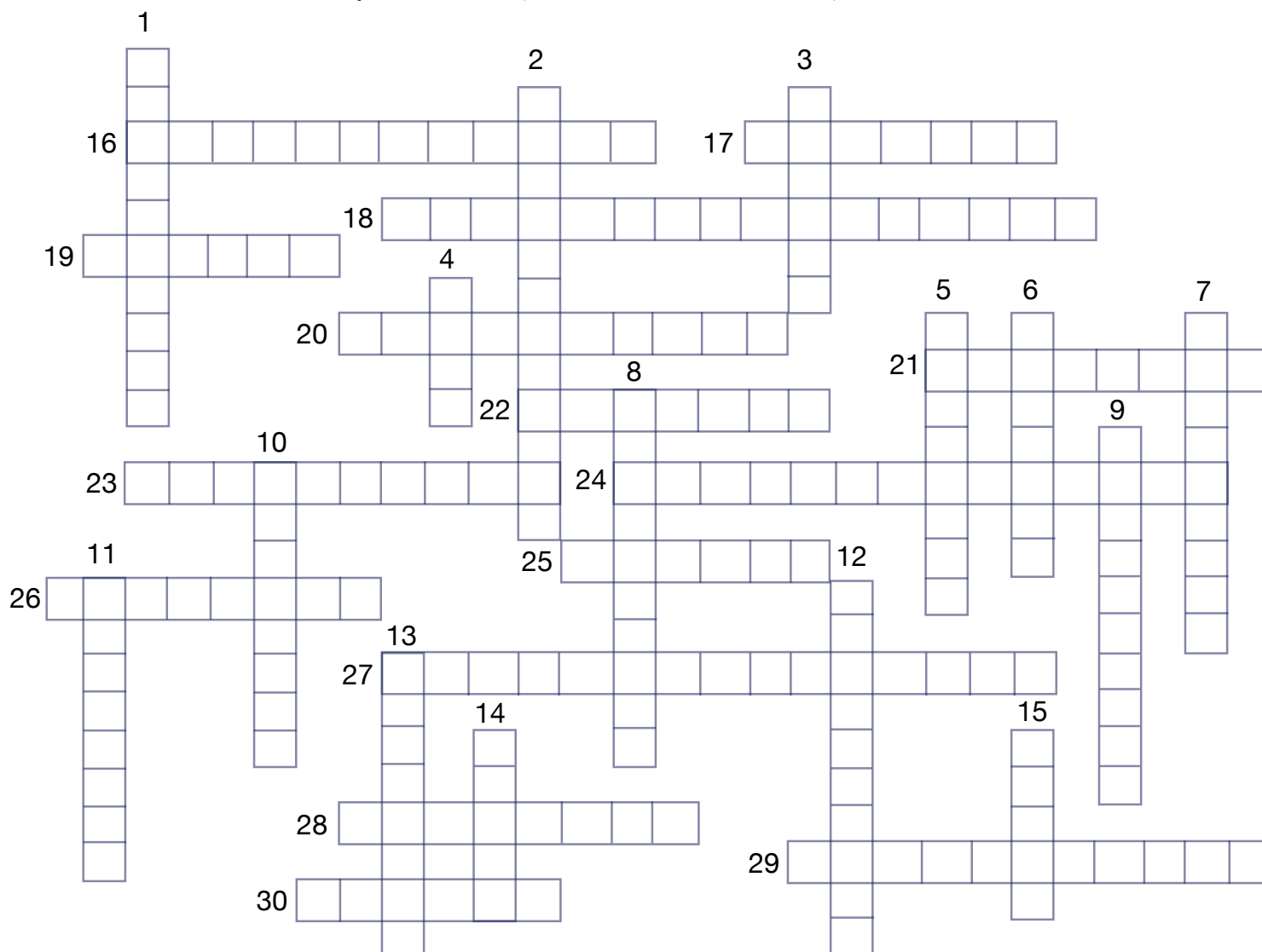
18 • D'abord appelée église Notre-Dame-Auxiliatrice du Val d'or, elle est rebaptisée en 1919 en hommage aux exploits de Santos-Dumont (4 mots)

19 • Sa Fédération Française siège quai Carnot

20 • On y stocke une grande partie de l'eau de l'Ouest Parisien

21 • L'art, la musique, la danse et la littérature se rencontrent dans ce jardin au parfum de noisettes

Du côté de Saint-Cloud



Solutions page 27

22 • Ses bureaux surplombent la Seine et l'autoroute de Normandie

23 • Au temps de la Manufacture, à Saint-Cloud elle était tendre

24 - Église moderne nommée, en hommage à la Vierge Marie, Etoile du Matin dans la litanie des Saints (2 mots)

25 • Compositeur de Faust surnommé le patriarche de Saint-Cloud

26 • Saint tutélaire de la ville

27 • Place Silly, sa chapelle est le seul vestige architectural de l'hospice de Saint-Cloud (2 mots)

28 • Au clair de la lune, ces 3 amis frappent les 3 coups au 6, rue du Mont Valérien

29 • Des têtes d'affiche s'y produisent à la fin de l'été (3 mots)

30 • Cette villa abrite le musée des Avelines



Cette grille a été en grande partie conçue à partir de l'ouvrage *Du Côté de Saint-Cloud*, paru en juin 2017 sous la direction scientifique d'Emmanuelle Le Bail, directrice du musée des Avelines.

L'heure des Jeux !

A₁

Le Scrabble revisité

Nous avons pioché pour vous quelques lettres dans le pochon du Scrabble. Surprise, ce sont L E S C O T E A U X qui sont sorties du sac ! Notez que nous aurions pu vous demander, pour relever ce défi, de retrouver les 616 mots qui se cachent derrière ces lettres, mais comme nous sommes très gentils, nous nous contenterons de la liste suivante. À vous de jouer !

Un mot de **9 LETTRES**

— — — — —

Deux mots de **8 LETTRES**

— — — — —

— — — — —

Huit mots de **7 LETTRES**

— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

Dix mots de **6 LETTRES**

— — — — —

— — — — —

— — — — —



— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

12 mots de **5 LETTRES**

— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

— — — — —

Z₁₀

— — — — —
 — — — — —
 — — — — —
 — — — — —
 — — — — —
 — — — — —
 — — — — —

14 mots de 4 LETTRES

— — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —
 — — — —

15 mots de 3 LETTRES

— — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —

16 mots de 2 LETTRES

— — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —
 — — — — — — — — —



Solutions page 25

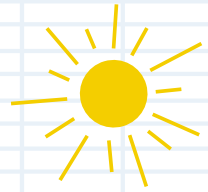


Les cartes en folie

On tape le carton aux Coteaux ! Les lundis et vendredis, belote, tarot, rami... et pourquoi pas bientôt le bridge, occupent les après-midis. L'esprit taquin, nous avons mélangé les cartes et nous vous proposons de nous montrer que vous n'avez pas perdu la main.

Avec combien de cartes joue-t-on à la belote ?

- ☐ 32 cartes
- ☐ 54 cartes
- ☐ 36 cartes



Au jeu des 7 familles, quelles cartes composent une famille ?

- ☐ Père, mère, frère, sœur, grand-père, grand-mère
- ☐ Grand-père, grand-mère, père, mère, fils, fille
- ☐ Père, mère, fils, fille, oncle, tante

Au jeu du Nain jaune, quelle carte représente le Nain jaune ?

- ☐ Le valet de trèfle
- ☐ Le roi de cœur
- ☐ Le sept de carreau

Quelle est le nom de cette combinaison au Poker ?

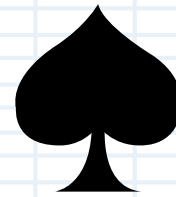
- ☐ Flush royale
- ☐ Quinte à l'as
- ☐ Couleur





**Au tarot, trois cartes surnommées bouts ont un rôle particulier.
Ce sont l'as, le 21 et...**

- ☐ L'excuse
- ☐ Le cavalier
- ☐ Le denier



Dans un jeu traditionnel, comment la dame de cœur se prénomme-t-elle ?

- ☐ Judith
- ☐ Pallas
- ☐ Rachel



**Il s'appelle le Pouilleux, le Puant, le Pissous, le vieux garçon
ou encore le mistigri. De quelle carte s'agit-il ?**

- ☐ Le roi de Pique
- ☐ L'as de Pique
- ☐ Le valet de Pique

Au bridge, quelles sont les couleurs majeures ?

- ☐ Carreau et cœur
- ☐ Pique et cœur
- ☐ Trèfle et carreau

Solutions page 25



Rencontres intergénérationnelles

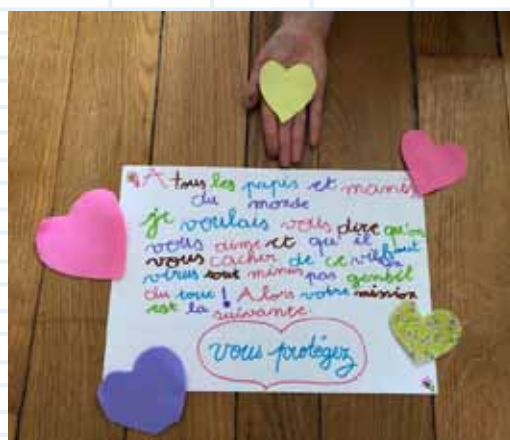


On vous aime !

Les liens entre les générations sont essentiels. Aux Coteaux, nous rencontrons régulièrement les enfants de l'accueil de loisirs Saint-Exupéry (guinguette, street art, improvisation théâtrale, grands jeux...), les CE1 de l'école du Val d'or (souvenirs de Saint-Cloud, l'école d'autrefois...) ou bien encore les plus jeunes de la crèche La Farandole (arts plastiques, carnaval, pique-nique, musique...). À l'occasion de cette période estivale, les enfants voulaient vous adresser une petite pensée !



Nihel, 7 ans.



Lily-Rose, 8 ans.

Safaris photos et atelier d'arts plastiques

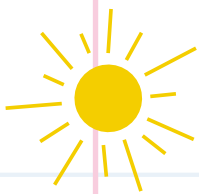


Vues de ma fenêtre

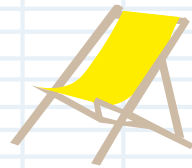
Rendez-vous incontournables de l'été, les safaris photos sont très appréciés. Avec pique-nique et appareils photos, nous arpentons gaiement les rues de la capitale et de sa proche banlieue à la recherche du cliché prometteur. Chaque année, un thème est choisi (animaux, fontaines, floral, street-art, devantures de boutiques anciennes et enseignes, sculptures, bords de l'eau...) et fait l'objet d'une exposition en octobre au cours de notre Semaine Bleue. Voici donc le prochain thème. Pendant le confinement, elle a été, pour beaucoup d'entre nous, la seule ouverture sur le monde extérieur. Notre safari photos de l'été et notre atelier d'arts plastiques lui rendront hommage. « *Vues de ma fenêtre* » en sera l'objet. N'hésitez donc pas à participer et à suivre les instructions d'Abed publiées dans notre atelier cyber. Nous avons hâte de découvrir vos clichés, vos dessins, vos peintures, vos collages... N'hésitez pas à donner un titre à vos œuvres.



Vue de la fenêtre de l'Espace d'animation des Coteaux.



Atelier d'écriture



Confinement

Un soir de mars, le mot confinement est entré dans nos vies. Pour certains, il a été source d'angoisse, de solitude ou d'enfermement ; pour d'autres, il a permis une introspection ou bien encore du temps. Du temps pour soi, et peut-être aussi pour les autres... Fidèle à sa tradition, l'atelier d'écriture vous propose un exercice de création. La consigne est toute simple : écrivez le mot qui vous vient à l'esprit lorsque l'on vous parle du confinement. Et comme cela ne serait pas drôle si nous n'ajoutions pas une petite contrainte... Oubliez plumes, crayons et stylos, c'est avec des petits pois, des haricots secs, des lentilles, des coquillettes, des galets, du fil et une aiguille, des allumettes ou tout autre matériau, qu'il vous faudra immortaliser ce mot. Surprenez-nous !



Certainement le mot le plus utilisé par l'équipe pendant le confinement !

Bon baiser de...

À l'heure des mails, des SMS, des Tweets ou de Facebook, l'usage de la carte postale a quelque peu perdu de sa superbe. Et si nous réhabilitons la belle cartonnée ? Vous trouverez une carte jointe à ce cahier de vacances. Prenez votre plus belle plume et envoyez-nous un petit mot. Ce dernier devra commencer par « Bon baiser de ». À vous d'imaginer la suite ! Cela peut être une carte postale envoyée de Saint-Cloud, de votre lieu de villégiature (si vous avez la chance de voyager), d'un lieu imaginaire ou bien encore d'un lieu que vous appréciez tout particulièrement. Le but est donc de nous envoyer une carte postale de vos « vacances ». Poésie et humour peuvent être au rendez-vous.

*Envoyez cette carte
et faites voyager Saint-Cloud*

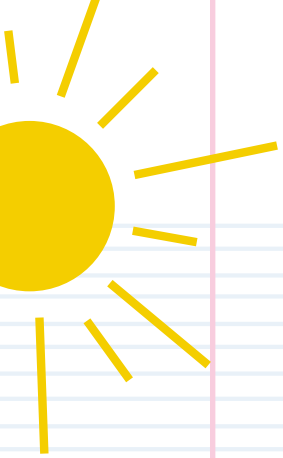


;-)

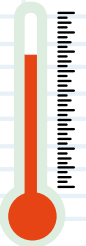
Cette offre est par la Ville de Saint-Cloud
Circulation : services communication / graphisme / Anna de Combaud

*Espace d'animation des Coteaux
Place Santos-Dumont
92210 Saint-Cloud*





Ateliers gym. bien-être et prévention



L'été sera chaud

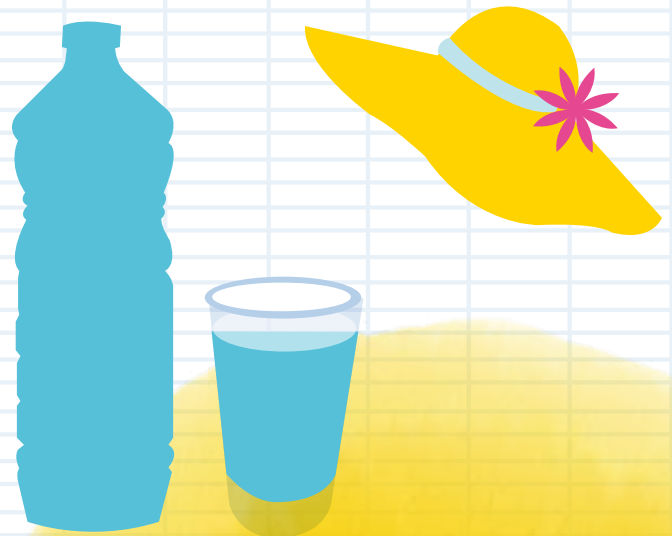
Nous le savons, vous êtes tous de grands sportifs. 20 km à pieds, le matin, 15 km en vélo le midi, une séance de gymnastique l'après-midi et une trentaine de pompes le soir... rien ne vous arrête et nous, nous avons du mal à vous suivre ! Mais alors que l'été approche à grands pas avec son lot de soleil et de chaleur, nous ne pouvons que vous conseiller d'être très prudents.

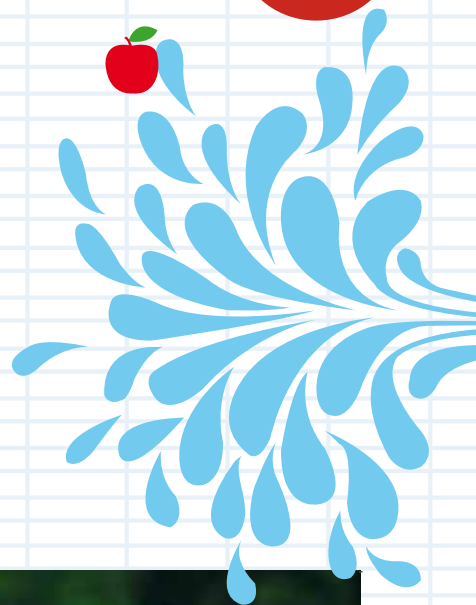
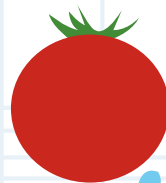
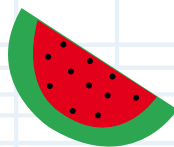
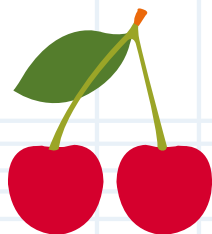
Soyez attentif

Ecoutez les bulletins météo à la radio ou à la télévision en suivant les conseils donnés.

- Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien si vous prenez des médicaments.
- Si vous ressentez un état de faiblesse, des maux de tête, des vertiges ou de la fièvre, contactez votre médecin.
- Ne sortez pas aux heures les plus chaudes, évitez les activités physiques. Si vous devez sortir, marchez à l'ombre, portez un chapeau, emportez une petite bouteille d'eau, faites des haltes dans des lieux climatisés (Monoprix, Franprix, Bureaux de la colline, ...).
- Protégez votre logement de la chaleur : fermez dans la journée fenêtres, volets, stores côté soleil.
- Ouvrez-les la nuit dès qu'il fait plus frais en provoquant des courants d'air. Baissez ou éteignez les lumières électriques.

- Allumez votre climatiseur ou votre ventilateur, à condition d'humidifier vos rideaux ou des linges afin de rafraîchir la température de la pièce.
- Evitez d'utiliser votre ventilateur lorsque vous êtes en présence d'un visiteur, même si vous portez des masques (consigne pour éviter la propagation du COVID 19).





Buvez et nourrissez-vous

- Chaque jour, buvez même sans soif au moins 1,5 litre d'eau (ou toute autre boisson non alcoolisée : thé, tisane, jus de fruit...) préparés dans une bouteille.
- Buvez tout au long de la journée par petites quantités.
- Evitez les boissons trop sucrées ou caféinées.
- Ne consommez pas d'alcool.
- Mangez de préférence des légumes suffisamment salés, des crudités, des fruits, des laitages... sauf en cas de diarrhées.

Rafrâchissez votre corps

- Restez dans les pièces ou lieux les plus frais.
- Humidifiez votre visage et votre corps avec un brumisateur, des linges mouillés.
- Prenez des douches ou des bains provoquant un effet rafraîchissant, plusieurs fois par jour.
- Portez des vêtements légers, clairs, amples, en coton.

Et n'hésitez pas à vous inscrire sur le registre nominatif établi par la cellule canicule du CCAS de la Ville de Saint-Cloud au **01 41 12 89 62** ou **06 63 48 57 02** ou à **canicule@saintcloud.fr**

Prévenir et lutter contre les effets d'une canicule

Notre souci majeur, votre sécurité !

Vous serez cet été à votre domicile et vous souhaitez être contacté par les associations mandatées ou les pouvoirs publics en cas de canicule ?

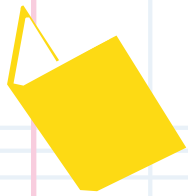
- Vous avez plus de 65 ans
- Vous avez plus de 60 ans et êtes reconnu inapte au travail
- Vous êtes porteur d'un handicap

N'hésitez pas à vous inscrire sur le registre nominatif établi par la cellule canicule de la Ville.

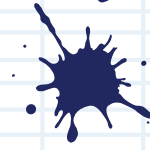
Renseignements : Centre communal d'action sociale, hôtel de ville.
 Lundi au mercredi // 8h45 - 12h15 et 13h45-17h15
 Jeudi // 8h30 - 12h15 et 13h45 - 17h15
 Vendredi // 8h45 - 12h15 et 13h45 - 17h
 Tél. : 01 41 12 89 62 ou au 06 63 48 57 02
 Mail : canicule@saintcloud.fr
 Conseils en cas de canicule : www.sante.gouv.fr/canicule-et-chaleurs-extremes

SAINT-CLOUD
www.saintcloud.fr





Cercle de lecture



Petites tranches poétiques

Tous les deux mois, nous nous réunissons pour parler lecture. C'est un rendez-vous très enrichissant, nous découvrons de nouveaux auteurs, échangeons nos points de vue et partageons nos livres. En nous promenant sur la toile, nous avons découvert d'étranges empilements de livres, et cela nous a donné une petite idée ! Nous vous proposons donc de concocter "un mille-feuilles littéraire" en superposant quelques livres pour créer un message ou un poème avec les titres. N'hésitez pas à participer et à laisser vagabonder votre imagination tout en suivant les instructions d'Abed publiées dans notre rubrique atelier cyber pour l'envoi des photos.



*Histoire du Poil
Mon chat a mauvais caractère
Mon chat est jaloux
Mon chat est un psychopathe
La Peste
La Porte*



*Propos sur le Bonheur
Alcool
Alcool
Alcool*



*La Voleuse de livres
La Fille qui marchait sur l'eau
Prodigeuses créatures*



*Un avion sans elle
Le Prisonnier du ciel
Discours de la servitude volontaire*



*Oldyssey
L'art de perdre
La mémoire*



*Le propre et le sale
Le Parfum
La Peste*

LUS POUR VOUS

Voici deux livres que nous avons particulièrement appréciés et que nous ne manquerons pas de vous présenter dans un prochain cercle de lecture



L'art de perdre d'Alice Zeniter

L'Algérie dont est originaire sa famille n'a longtemps été pour Naïma qu'une toile de fond sans grand intérêt. Pourtant, dans une société française traversée par les questions identitaires, tout semble vouloir la renvoyer à ses origines. Mais quel lien pourrait-elle avoir avec une histoire familiale qui jamais ne lui a été racontée ? Son grand-père Ali, un montagnard kabyle, est mort avant qu'elle ait pu lui demander pourquoi l'Histoire avait fait de lui un « harki ». Yema, sa grand-mère, pourrait peut-être répondre mais pas dans une langue que Naïma comprenne. Quant à Hamid, son père, arrivé en France à l'été 1962 dans les camps de transit hâtivement mis en place, il ne parle plus de l'Algérie de son enfance. Comment faire ressurgir un pays du silence ? Dans une fresque romanesque puissante et audacieuse, Alice Zeniter raconte le destin, entre la France et l'Algérie, des générations successives d'une famille prisonnière d'un passé tenace. Mais ce livre est aussi un grand roman sur la liberté d'être soi, au-delà des héritages et des injonctions intimes ou sociales.

L'avis de Valérie

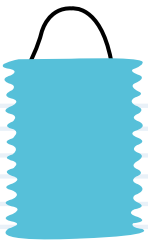
Un roman poignant qui évoque avec émotion et subtilité les destins brisés de l'Histoire algérienne marqués par le déracinement, le lourd poids de l'héritage familial, les silences... C'est un roman puissant servi par une plume élégante. Un vrai coup de cœur.

La chambre des merveilles de Julien Sandrel

Louis a douze ans. Ce matin, alors qu'il veut confier à sa mère, Thelma, qu'il est amoureux pour la première fois, il voit bien qu'elle pense à autre chose, sûrement encore à son travail. Alors il part avec son skate, fâché et déçu, et traverse la rue à toute vitesse. Un camion le percute de plein fouet. Le pronostic est sombre. Dans quatre semaines, s'il n'y a pas d'amélioration, il faudra débrancher le respirateur de Louis. En rentrant de l'hôpital, désespérée, Thelma trouve un carnet sous le matelas de son fils. À l'intérieur, il a répertorié toutes les expériences qu'il aimerait vivre un jour : la liste de ses « merveilles ». Thelma prend une décision : une par une, ces merveilles, elle va les accomplir à sa place. Et les lui raconter. Si Louis entend ses aventures, il verra combien la vie est belle. Peut-être que ça l'aidera à revenir. Mais il n'est pas si facile de vivre les rêves d'un ado, quand on a presque quarante ans...

L'avis d'Amandine

Je dois dire que ce livre est une petite pépite. Toutes sortes de sentiments m'ont envahie : la joie, le bonheur, la tristesse, l'espoir et l'amour. Cette force qu'il faut puiser en nous mais qui est là toujours. Un roman d'une émotion rare, un condensé de sentiments, un rappel de ce qu'est la vie. J'ai adoré...



Bal et karaoké



Attention, mesdames et messieurs
Dans un instant on va commencer
Installez-vous dans votre fauteuil bien gentiment
5, 4, 3, 2, 1, 0, partez, tous les projecteurs vont s'allumer
à vous de danser et de chanter en même temps...



Quelques p'tites intros

Voici les introductions de quelques chansons, à vous de retrouver leurs titres et interprètes.

Intro 1

Ne me dites pas
que ce garçon était fou
Il ne vivait pas comme les autres,
c'est tout
Et pour quelles raisons étranges
Les gens qui n'sont pas comme nous,
ça nous dérange...

.....

.....

Intro 2

Depuis le temps que je patiente
Dans cette chambre noire
J'entends qu'on s'amuse
et qu'on chante
Au bout du couloir...

.....

.....

Intro 3

Terre brûlée au vent
Des landes de pierres
Autour des lacs,
c'est pour les vivants...

.....

.....

Intro 4

Le ciel bleu sur nous peut s'effondrer
Et la terre, peut bien s'écrouler
Peu m'importe si tu m'aimes
Je me fous du monde entier...

.....

.....

Intro 5

Dans son vieux par-dessus râpé
Il s'en allait l'hiver, l'été
Dans le petit matin frileux...

.....

.....



Intro 6

Monsieur le Président
Je vous fais une lettre
Que vous lirez peut-être
Si vous avez le temps...

.....

.....

Intro 7

Comme une pierre que l'on jette dans
l'eau vive d'un ruisseau
Et qui laisse derrière elle des milliers
de ronds dans l'eau
Comme un manège de lune
avec ses chevaux d'étoiles
Comme un anneau de Saturne,
un ballon de carnaval...

.....

.....

Intro 8

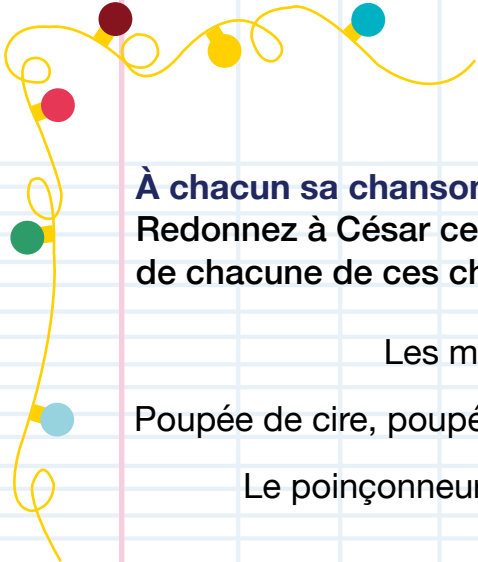
Je ne rêve plus je ne fume plus
Je n'ai même plus d'histoire
Je suis sale sans toi je suis laid
sans toi
Je suis comme un orphelin dans
un dortoir...

.....

.....

Solutions page 25





À chacun sa chanson

Redonnez à César ce qui est à César. Saurez-vous retrouver l'interprète de chacune de ces chansons ?

- | | |
|---------------------------------|--------------------|
| Les mots bleus • | • Serge Gainsbourg |
| Poupée de cire, poupée de son • | • Céline Dion |
| Le poinçonneur des lilas • | • Sylvie Vartan |
| Lily • | • Nino Ferrer |
| Un homme heureux • | • Christophe |
| Si j'avais un marteau • | • Pierre Perret |
| Les Champs-Élysées • | • Joe Dassin |
| Pour que tu m'aimes encore • | • France Gall |
| La Maritza • | • William Sheller |
| Le Sud • | • Claude François |



Des p'tits trous

Quelques paroles se sont égarées. Saurez-vous les retrouver ?

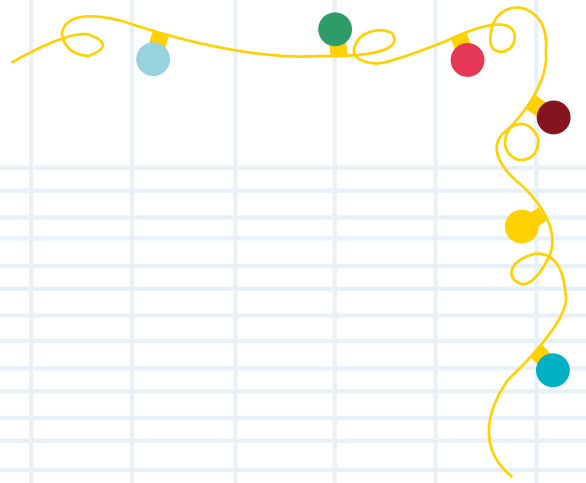
Nathalie, Gilbert Bécaud

La place était
Devant moi Nathalie
Il avait un joli, mon guide
Nathalie
La place était blanche
La faisait un tapis
Et je par ce froid dimanche
Nathalie

La Bohème, Charles Aznavour

Je vous d'un
Que les moins de ans
Ne peuvent pas
Montmartre en ce temps-là

Solutions pages 25-26



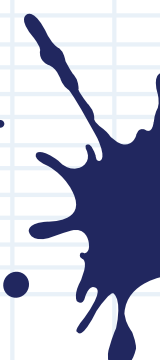
Accrochait ses
Jusque sous nos
Et si l'humble garni
Qui nous servait de
Ne payait pas de mine
C'est là qu'on s'est
Moi qui criait
Et toi qui posais

Les copains d'abord, Georges Brassens

Non, ce n'était pas le
De la Méduse, ce
Qu'on se le dise au des ports
Dise au des ports
Il naviguait en père
Sur la grand-mare des
Et s'app'lait les Copains d'abord
Les Copains d'abord

La vie en rose, Edith Piaf

Des yeux qui font les miens
Un rire qui se perd sur sa
Voilà le sans retouches
De l' auquel j'appartiens
Quand il me prend dans ses
Il me parle tout
Je vois la vie en rose
Il me dit des d'amour
Des mots de tous les
Et ça me fait quelque chose
Il est entré dans mon
Une de bonheur
Dont je connais la
C'est lui pour moi, moi pour lui dans la
Il me l'a dit, l'a juré pour la vie



Alors, on danse ?

Habituellement c'est aux Heures Claires que nous nous déhanchons dans la bonne humeur. D'après les définitions suivantes, saurez-vous retrouver le nom des danses ?

Danse de bal musette, à trois temps, assez rapide. Chez Fréhel, elle est bleue. Chez Sardou, elle évoque Broadway.

Danse originaire d'Argentine, sur un rythme assez lent à deux temps. Chez Tino Rossi, il est le plus beau du Monde.

Danse à trois temps, où chaque couple tourne sur lui-même tout en se déplaçant. Elle est à mille temps chez Jacques Brel.

Danse d'origine cubaine caractérisée par un déhanchement latéral alterné. Elle est dans l'air chez Alain Souchon.

Danse lente à pas glissés, où les partenaires se tiennent enlacés. C'est le dernier chez Joe Dassin.

Musique afro-cubaine au rythme marqué qui ne manque pas de piquant. Elle est associée au démon du Grand Orchestre du Splendid.

Danse d'origine américaine, caractérisée par un mouvement rapide de rotation des jambes et du bassin. Chez Les Chats Sauvages, il se dansait à Saint-Tropez.



ATELIER D'ART FLORAL Affectueuses pensées

Habituellement, c'est sous la houlette de Jacques Castagné, meilleur ouvrier de France, que les participants de l'atelier composent des merveilles florales. Dans l'attente de reprendre, voici quelques affectueuses pensées.



Thé ciné et spectacles aux 3 Pierrots

Fidèles aux 3 Pierrots pour nos rendez-vous Thé-ciné, les opéras live et les spectacles, amis des Coteaux nous apprécions la diversité culturelle. En attendant de retrouver avec grand plaisir ce lieu emblématique de notre ville, thé au jasmin, à la menthe, aux fruits rouges ou à la bergamote, c'est au choix. Installez-vous confortablement, la séance va commencer. Bienvenue au quiz-ciné.

1) Quel film de Jean Vigo, sorti en 1933 a été tourné à Saint-Cloud ?

- a) Zéro de conduite
- b) Zazie dans le métro
- c) La Guerre des boutons
- d) Le Grand chemin

2) Comment s'appelle la vache qui accompagne Fernandel dans *La vache et le prisonnier* d'Henri Verneuil (1959)

- a) Blanche
- b) Rose
- c) Marguerite
- d) Aubépine

3) Qui joue le rôle de Rhett Butler face à Vivian Leigh dans *Autant en emporte le vent* ?

- a) Robert Mitchum
- b) Humphrey Bogart
- c) Clark Gable
- d) Burt Lancaster

4) Qui a dirigé Isabelle Adjani dans *La reine Margot* en 1994 ?

- a) José Dayan
- b) Patrice Chéreau
- c) Jean-Paul Rappeneau
- d) Robert Hossein

5) Qui interprète Esmeralda face à Anthony Quinn dans *Notre-Dame-De-Paris* de Jean Delanoy (1956) ?

- a) Sofia Loren
- b) Gina Lollobrigida
- c) Claudia Cardinale
- d) Danielle Darrieux

6) Quel personnage célèbre Gérard Depardieu n'a-t-il pas incarné à l'écran ?

- a) Christophe Colomb
- b) Rodin
- c) Danton
- d) Robespierre



7) Quel acteur incarne Moïse dans *Les Dix commandements* de Cécile B. de Mille (1956) ?

- a) Richard Burton
- b) Charlton Heston
- c) Grégory Peck
- d) Peter O'Toole

8) Qui interprète Gaston Dominici à l'écran en 1975 ?

- a) Serge Reggiani
- b) Lino Ventura
- c) Charles Vanel
- d) Jean Gabin

Solutions page 26

9) Dans quel film, Jean-Paul Belmondo, entraîneur de boxe doit-il se rendre aux jeux olympiques de Berlin en 1936 ?

- a) Le Magnifique
- b) Le Professionnel
- c) L'As des as
- d) Le Guignolo

10) Quel bâtiment de Saint-Cloud a été transformé en casino lors du tournage du film de Jean-Paul Rappeneau, *Tout feu tout flamme*, en 1982 ?

- a) Le pavillon de Breteuil
- b) La villa Brunet
- c) La villa Hemsy
- d) La villa des Tourneroches

11) Quelle chanteuse française a immortalisé les paroles « Da ba da ba da, ba da ba da ba » dans *Un homme et une Femme* de Claude Lelouch en 1966 ?

- a) Line Renaud
- b) Nicoletta
- c) Nana Mouskouri
- d) Nicole Croisille

12) Un pardessus, une pipe, un chapeau, quel est le personnage fétiche de Jacques Tati ?

- a) Maigret
- b) Clouseau
- c) Hulot
- d) Holmes

13) Dans quel film de Gérard Oury, Louis de Funès n'apparaît-il pas ?

- a) La Grande vadrouille
- b) Le Cerveau
- c) Le Corniaud
- d) La Folie des grandeurs

14) Quel acteur danse et chante sous la pluie dans une célèbre comédie musicale de 1951 ?

- a) Fred Astaire
- b) Gene Kelly
- c) Jean-Pierre Cassel
- d) Franck Sinatra

15) Par quoi Cary Grant est-il poursuivi dans le film d'Hitchcock *La Mort aux trousses* ?

- a) Une moto
- b) Un taureau enragé
- c) Un side-car
- d) Un avion

16) Quel couple a marqué *Les Choses de la vie* de Claude Sautet en 1969 ?

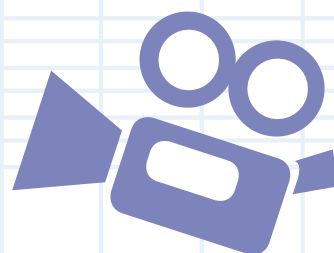
- a) Alain Delon et Romy Schneider
- b) Philippe Noiret et Annie Girardot
- c) Michel Piccoli et Romy Schneider
- d) Jean-Louis Trintignant et Brigitte Bardot

17) Quel est le premier long métrage de l'histoire du dessin-animé (1937) ?

- a) Blanche-Neige et les 7 nains
- b) Cendrillon
- c) La Belle au bois dormant
- d) La Belle et la Bête

18) Comment la maman de Toulouse, Marie et Berlioz se prénomme-t-elle dans *Les Aristochats* ?

- a) Princesse
- b) Duchesse
- c) Altesse
- d) Comtesse





Atelier cyber



Tout au long de l'année Abed est là pour vous aider et vous guider dans les méandres de l'informatique. Pour cet atelier virtuel, Abed vous donne quelques conseils pour vous aider à participer aux différentes rubriques de ce cahier de vacances. Surtout, pas de panique, si vous ne parvenez pas à utiliser votre boîte mail ou si vous n'êtes pas équipé, vous nous apporterez vos portables et cartes mémoire d'appareils photos lorsque nous nous retrouverons. Et pour ceux qui n'ont pas la possibilité de photographier, n'hésitez pas à écrire vos textes ou à dessiner sur du papier. Vous pouvez si vous le souhaitez nous les envoyer par courrier postal à Espace d'animation des Coteaux, Place Santos Dumont, 92210 Saint-Cloud.

Comment envoyer ses photos ?

Depuis mon mobile smartphone

Tout d'abord, vous devez disposer d'une connexion 4G ou Wi-Fi.

1 Allez dans le menu de votre mobile, appareil photo, photographiez. Rendez-vous ensuite dans « Album » qui se situe parmi vos applications. Fichier.

2 Puis, dans la sous-rubrique « Images », choisissez la photo que vous souhaitez envoyer et appuyez sur partager.

3 Choisissez « Messagerie », votre photo se chargera alors directement dans une nouvelle page. Choisissez le contact soit le numéro de téléphone **06 61 02 59 97** ou de préférence l'adresse e-mail :

animation-seniors@saintcloud.fr
Merci de bien noter votre nom et prénom et si vous le désirez un petit mot. Une fois terminé, tapez sur la touche envoyer.

4 Et voilà, nous pourrons ainsi admirer vos œuvres.

Depuis mon appareil photo numérique

Tout d'abord, vous devez disposer d'un ordinateur ou d'une tablette, d'une connexion câble internet ou Wi-Fi. Pour sauvegarder vos photos sur votre ordinateur ou votre tablette, vous devez :

1 Copier toutes vos images en reliant votre appareil photo à votre PC via un câble USB ou en retirant la carte mémoire de votre appareil photos et la glisser dans votre ordinateur.

2 Si une fenêtre d'exécution automatique s'ouvre, cliquez simplement sur Importer des images. Toutes vos photos seront importées.

3 Sinon, allez dans Poste de travail ou Ordinateur

-sélectionnez votre appareil photo

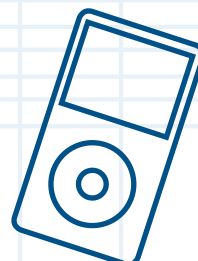
- explorez les dossiers pour trouver celui contenant vos photos (il peut se nommer « photo », « camera » mais aussi « DCIM » selon l'appareil photo.

4 Copiez les images sur l'ordinateur.

Pour envoyer vos photos par e-mail, vous devrez ouvrir votre boîte mail, aller sur écrire, indiquer l'adresse de votre correspondant

animation-seniors@saintcloud.fr, indiquer l'objet de l'envoi (par exemple Vues de ma fenêtre), écrire si vous le souhaitez un texte et surtout ne pas oublier de mentionner vos nom et prénom.

Pour télécharger la pièce jointe, allez dans Parcourir, Valider et Envoyer lorsque le téléchargement sera fini.



Anniversaires

1, 2, 3 soufflez !

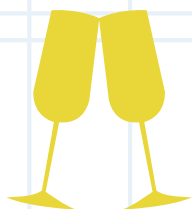
Souffler ses bougies entre amis est une tradition aux Coteaux. Pour fêter les anniversaires des mois de mars, avril, mai, juin, juillet et août, Amandine vous a concocté le plus beau des gâteaux. Elle partage avec vous sa recette ! Joyeux anniversaire à tous !

Recette du Financier aux framboises

Liste des ingrédients : 90 g de poudre d'amande, 150 g de sucre glace, ½ gousse de vanille, 60 g de farine, 4 blancs d'œuf, 100 g de beurre, 125 g de framboises fraîches, 1 pincée de sel. Préchauffez le four à 200°C thermostat 6 à 7.

Dans une casserole, réalisez un beurre noisette. Réservez dans un bol. Dans un saladier, mélangez la farine, la poudre d'amande, le sucre glace, le sel fin et le contenu d'une demi gousse de vanille. Creusez un puit et ajoutez les blancs d'œuf un à un. Mélangez bien en partant de l'intérieur vers l'extérieur. Ajoutez le beurre noisette. Transvasez dans un moule au préalablement beurré si besoin et ajoutez les framboises. Baissez le four à 180°C thermostat 6 et enfournez le gâteau pendant 15-20 minutes. Démoulez et dégustez légèrement tiède.

Petit conseil : rajoutez une boule de glace vanille pour plus de gourmandise...



Comment nous rejoindre ?

Si ce cahier de vacances vous a séduits, si vous êtes Clodoaldienne ou Clodoaldien de 65 ans et plus, si vous avez envie de rejoindre les amis de l'Espace Animation des Coteaux et participer à nos nombreuses activités, n'hésitez pas à nous contacter au **01 46 89 64 86** ou par mail à **animation-seniors@saintcloud.fr**. Notre structure est fermée jusqu'au 31 août, mais nous sommes joignables tout l'été. L'inscription est gratuite. Aux Coteaux, nous vous proposons des activités tout au long de l'année, et vous disposez. Totale liberté. Espace d'animation des Coteaux Place Santos-Dumont 92210 Saint-Cloud



Les Solutions

Jeux/scrabble quelques exemples

p. 6/7

9 lettres : Ecoulates / **8 lettres :**

Coutelas, exécutas, cloutées,
écotaxes / **7 lettres :** Actuels, écoutes,
clouées, exaltés, exaucés, exactes,
exclues, lactées / **6 lettres :** Locaux,
excuse, astuce, secoue, saluée,
lacets, coulas, celtes, éclore, écluse /

5 lettres : Luxes, seaux, solex, sauce,
scout, culte, école, cause, casée,
secte, lotus, ouate / **4 lettres :** Ceux,
eaux, saxo, taux, toux, clos, alto, saut,
élus, talc, auto, taxe, août, lots /

3 lettres : Ace, cas, ces, sac, écu,
sec, toc, sel, ose, été, lue, col, cet, clé,
est / **2 lettres :** Oc, ex, au, es, et, le,
ou, sa, tu, us, ça, as, eu, os, su, ta...

Jeux/Les cartes en folie p. 8/9

32 cartes/ Grand-père, grand-mère,
père, mère, fils, fille/ Le sept de
carreau/ Quinte à l'as/ L'excuse/
Judith/ Le valet de Pique/ Pique et
cœur

Bal et karaoké/P'tites intros p. 16/17

Intro 1 Il jouait du piano debout,
France Gall/ **Intro 2** La Corrida,
Francis Cabrel/ **Intro 3** Les lacs du
Connemara, Michel Sardou / **Intro 4**
L'hymne à l'amour, Edith Piaf/
Intro 5 Mon vieux, Daniel Guichard/

Intro 6 Le déserteur, Boris Vian/

Intro 7 Les moulins de mon cœur,
Michel Legrand/ **Intro 8** Je suis
malade, Serge Lama

Bal et karaoké / à chacun sa chanson p. 18

Les mots bleus de Christophe / Lily de
Pierre Perret / Un homme heureux de
William Sheller / Si j'avais un marteau
de Claude François / Les Champs-
Elysées de Joe Dassin / Poupée de
cire, poupée de son de France Gall
/ Le poinçonneur des lilas de Serge
Gainsbourg / Pour que tu m'aimes
encore de Céline Dion / La Maritza de
Sylvie Vartan / Le Sud de Nino Ferrer

Bal et Karaoké / Des p'tits trous p. 18/19

Nathalie, Gilbert Bécaud

La place **Rouge** était **vide**

Devant moi **marchait** Nathalie

Il avait un joli **nom**, mon guide

Nathalie

La place **Rouge** était blanche

La **neige** faisait un tapis

Et je **suivais** par ce froid dimanche

Nathalie



La Bohème, Charles Aznavour

Je vous **parle** d'un **temps**
Que les moins de **vingt** ans
Ne peuvent pas **connaître**
Montmartre en ce temps-là
Accrochait ses **lilas**
Jusque sous nos **fenêtres**
Et si l'humble garni
Qui nous servait de **nid**
Ne payait pas de mine
C'est là qu'on s'est **connu**
Moi qui criait **famine**
Et toi qui posais **nue**

Les copains d'abord, Georges Brassens

Non, ce n'était pas le **radeau**
De la Méduse, ce **bateau**
Qu'on se le dise au **fond** des ports
Dise au **fond** des ports
Il naviguait en pèr' **peinard**
Sur la grand-mare des **canards**
Et s'app'lait les Copains d'abord
Les Copains d'abord

La Vie en rose, Edith Piaf

Des yeux qui font **baïsser** les miens
Un rire qui se perd sur sa **bouche**
Voilà le portrait sans retouches
De l'**homme** auquel j'appartiens
Quand il me prend dans ses **bras**
Il me parle tout **bas**
Je vois la vie en rose
Il me dit des **mots** d'amour
Des mots de tous les **jours**
Et ça me fait quelque chose
Il est entré dans mon **cœur**
Une **part** de bonheur
Dont je connais la **cause**
C'est lui pour moi, moi pour lui dans la **vie**
Il me l'a dit, l'a juré pour la vie

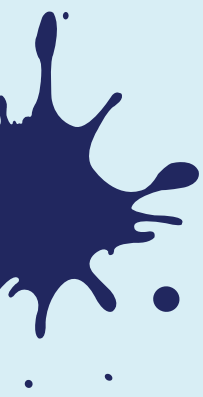
Bal et Karaoké/Alors on danse ?

p. 20

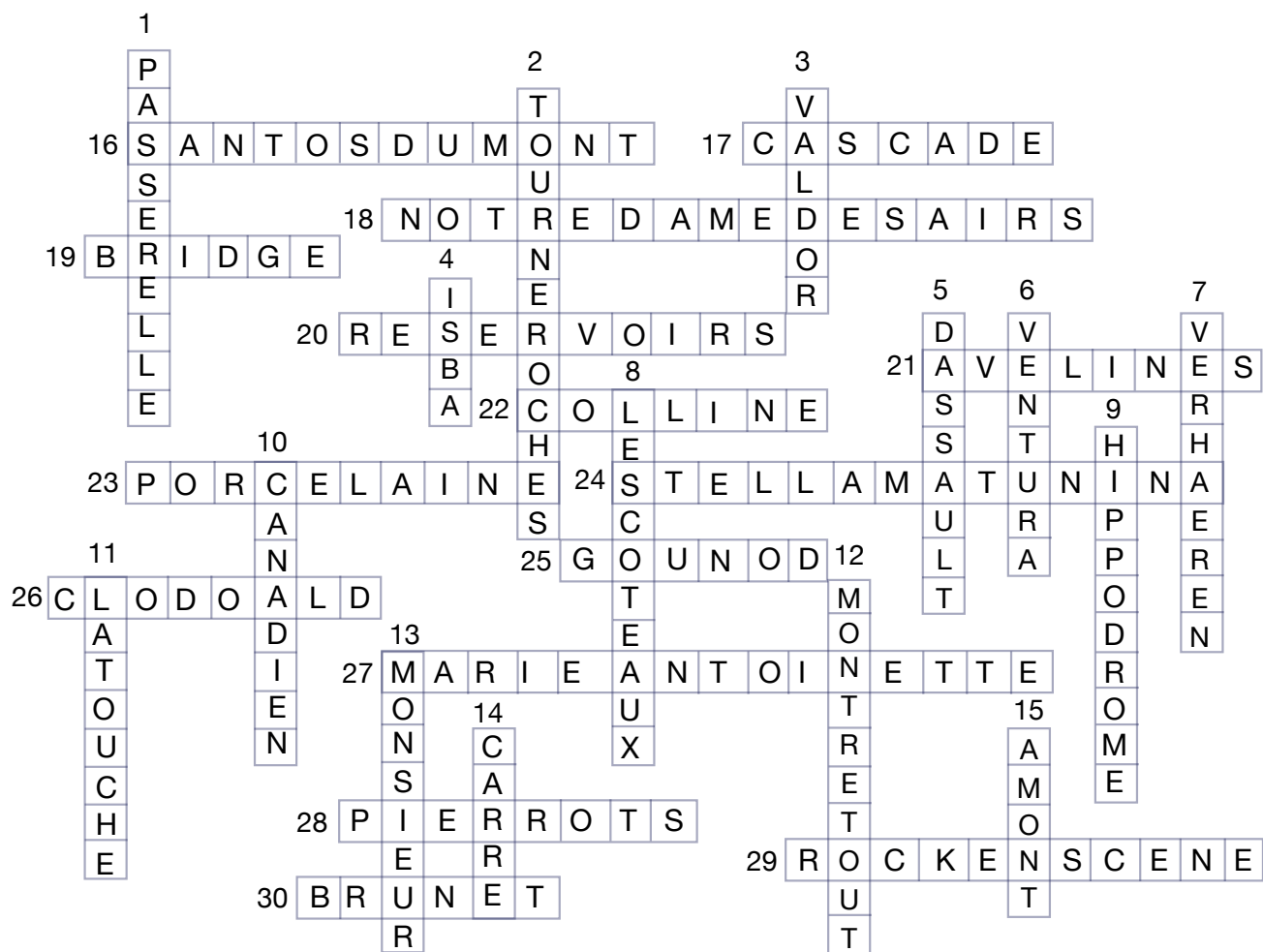
La java / Le tango / La valse /
La rumba / Le Slow / La salsa /Le twist

Thé ciné et spectacles aux 3 Pierrots/ Quiz ciné p. 21/22

1 Zéro de conduite / 2 Marguerite /
3 Clark Gable / 4 Patrice Chéreau /
5 Gina Lollobrigida / 6 Robespierre
/7 Charlton Heston / 8 Jean Gabin
/ 9 L'As des as / 10 La villa Brunet /
11 Nicole Croisille / 12 Hulot / 13 Le
Cerveau / 14 Gene Kelly / 15 un avion
/ 16 Michel Piccoli et Romy Schneider
/ 17 Blanche-Neige et les 7 nains /
18 Duchesse.



**Sorties, visites de musée, conférences,
gymnastique cérébrale / Du côté de
Saint-Cloud p. 4**



À très bientôt ...

