



AU PRINTEMPS DE L'AGE

Printemps 2019 - Edition n°7

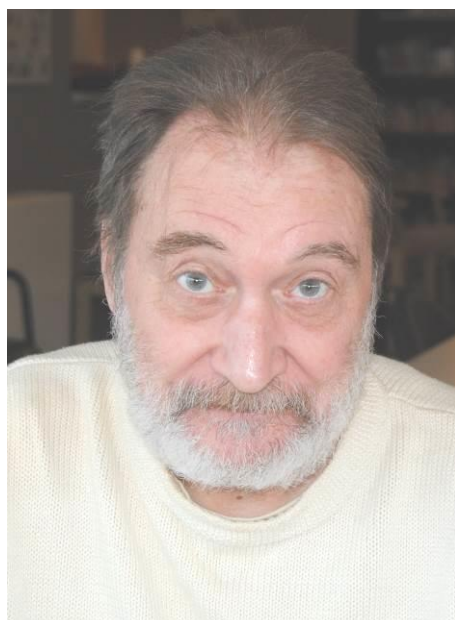
Editorial

*En ce temps de carnaval, nous vous invitons à parcourir la 7^{ème} édition de notre journal.
Il est le témoin du plaisir de nous retrouver autour de nos activités.*

Bienvenue



André GATELIER

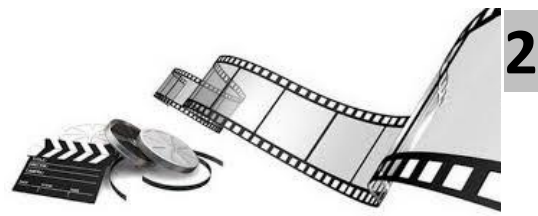


Nelly ANTOINE





Ciné Séniors

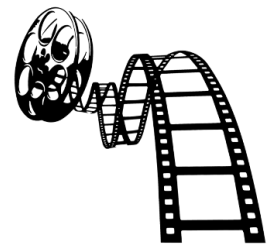


Mademoiselle De Joncquières

Madame de La Pommerage, jeune veuve retirée du monde, cède à la cour du Marquis des Arcis, libertin notoire.

Après quelques années de bonheur sans faille, elle découvre que le Marquis s'est lassé de leur union.

Follement amoureuse et terriblement blessée, elle décide de se venger de lui avec la complicité de sa mère et de Mademoiselle De Joncquières





3

Jardin d'Erlonfouet

Au cœur de la forêt ardennaise, dans une clairière, un jardin entoure la maison et le verger de Léopold Delvaux de Feneffe. Nous avons visité ce havre de paix avec ses parterres de plantes, d'arbustes et de roses.

Monsieur Delvaux fut un vrai gentleman, il nous a reçus avec beaucoup d'élégance et pour terminer la visite, il nous a offert un verre de champagne.



*« C'était sympa,
nous avons été bien
reçus et Monsieur
Delvaux
expliquait bien »*

Jeannine

*« C'était merveilleux et le champagne était délicieux »
Nelly*



*« Pour moi,
c'est l'Eden »
Berthe*





Excursion à Hotton

Rivéo – Plongez dans l'univers mystérieux de la rivière

*« Un petit poisson, un petit oiseau,
s'aimaient d'amour tendre, mais comment
s'y prendre quand on est dans l'eau ?... »*

Juliette Gréco



A Hotton, le musée de Rivéo nous a immergés dans l'univers de la rivière. C'est dans un espace semi-enterré et vitré que l'on a pu observer différents animaux et poissons.

« Les explications étaient captivantes » - Marie-Christine

A l'arrivée du musée, se cachent différents jardins avec des fontaines, jeux d'eau, labyrinthes et sculptures.



« L'aménagement, la décoration et la faune nous ont bien plu » - Berthe

Quel bonheur de pouvoir visiter une chocolaterie !



« Le chocolat est ruine, bonheur, plaisir, amour, extase, fantaisie ... »

En parcourant le musée, nous avons découvert l'histoire de la famille **Defroidmont** et les différentes étapes de fabrication du chocolat : de la fève de cacao à la praline.

« J'ai mangé trop de chocolat tant il était bon ! »



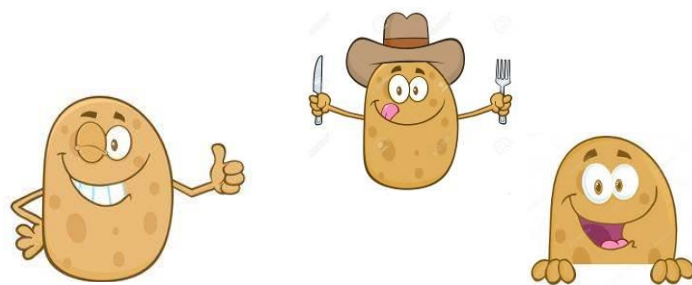
J'ai distribué les pralines dès que je suis rentrée » - Nelly

*Marie-Christine et
Berthe :
« Le chocolat était
bon !!! 😊 😊 😊 »*



« Activités »

RÉCOLTE DES POMMES DE TERRE



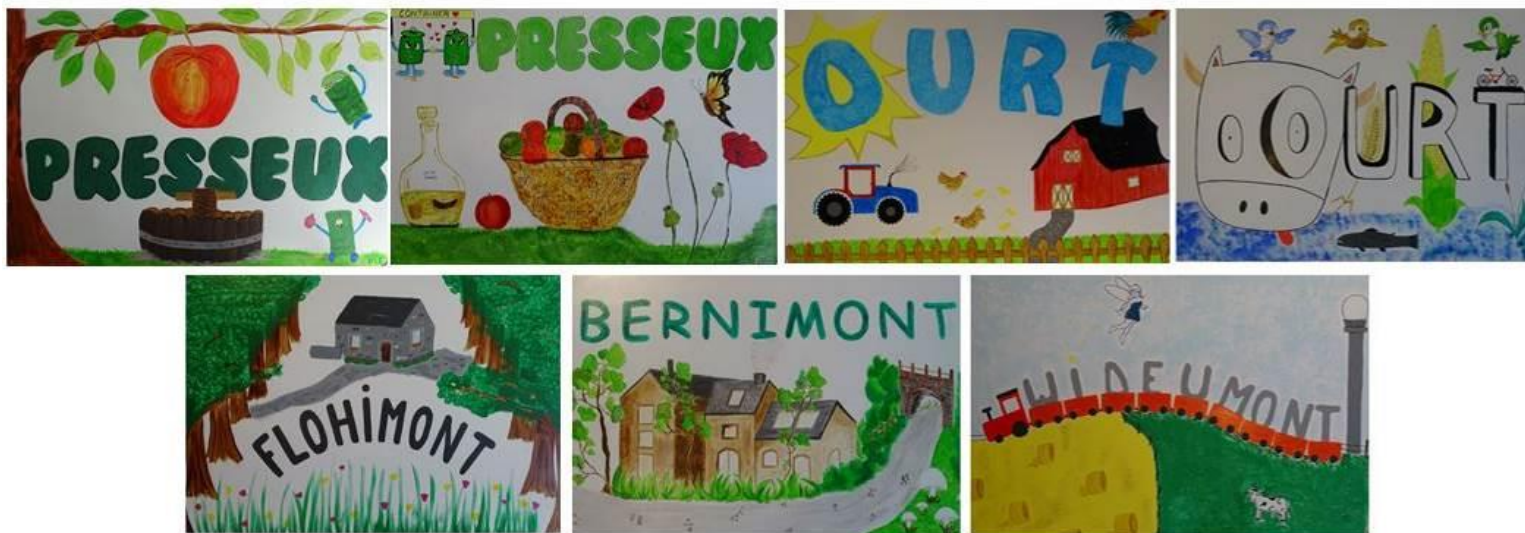
PEINTURE – PORTES DU RAVEL



BALADE PRE-RAVEL

PROJET COMMUN DE LA COMMUNE ET DU C.P.A.S. DE LIBRAMONT-CHEVIGNY

Les portes du Ravel ont été réalisées par les enfants, les Séniors et le personnel des services de la Halte-Accueil, de la Maison Communautaire, de l'Accueil Temps Libre et de Lib'Accueil. Elles sont exposées tout au long du parcours du Pré-Ravel





EN ATTENDANT NOËL – ATELIER D'ART FLORAL



VISITE DU MARCHÉ DE BRINDILLE





DÉCORATIONS DE NOS SAPINS



VISITE DU PÈRE NOËL - CAFÉ ALZHEIMER





REPAS RACLETTE



Joyeux anniversaire, nos vœux les plus sincères ...

Lucie Pierret
80 ans – le 20 août

Monique Lieffring
80 ans – le 16 septembre

Marie-Thérèse Franka
90 ans – le 18 octobre



Excursion à Liège

MATINÉE : VISITE DU MUSÉE DE LA MOBILITÉ

Dans le cadre de la semaine de la mobilité, nous avons exploré un ancien dépôt de tramways, où sont entreposés des calèches, des autobus, des tramways...



« C'était bien expliqué, on voyait l'évolution de la mobilité de 1855 à maintenant » - Marie-Christine

« C'était magnifique, nous avons été voir les machines à vapeur, nous avons un bon instructeur » - René





APRÈS-MIDI : VISITE DE LA GARE DES GUILLEMINS

Une visite guidée était organisée pour l'occasion.
Quelle perle architecturale !



*« Grandiose ! Très beau ! » -
Mathilde, René, ...*

*« C'est une gare moderne, nous avons eu un bon
guide » - Yolande*




COMMENT SE RELEVER SEUL D'UNE CHUTE ?

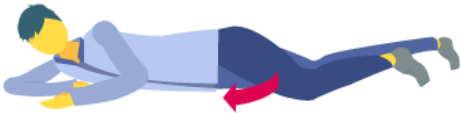
Après une chute, rester par terre en attendant les secours n'a rien d'agréable.


C'est pourtant ce qui arrive à bon nombre de personnes qui ne savent pas se relever toutes seules...

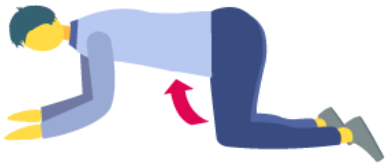
Madame Donatienne Jacquiez est venue nous présenter une démonstration pour pouvoir se relever sans aide.


Tout d'abord, il est important de ne pas essayer de se relever immédiatement. Il faut en effet vérifier s'il n'y a pas de cassures ! Ensuite, faire des mouvements lentement et par étapes... enfin, se relever de la manière suivante :

- 

1 Pliez votre genou et ramenez votre bras du côté opposé pour vous pencher
- 

2 Ramenez le genou du côté opposé pour être en appui latéral
- 

3 Ramenez vos jambes vers l'intérieur du corps (position du chevalier)
- 

4 À l'aide des genoux et des coudes, mettez-vous à quatre pattes
- 

5 Déplacez-vous vers un appui et relevez-vous doucement



Conseils pour éviter les chutes :

- Adopter des comportements sûrs
- Aménager son environnement :
 - Éliminer les obstacles
 - Prévoir des points d'appui
 - Éliminer les risques de glissade
 - Éclairer les endroits sombres



« C'était une information très intéressante » - Nelly

Commémoration 1^{ère} Guerre Mondiale

LE COQUELICOT : SYMBOLE DE COMMÉMORATION DE LA 1^{ÈRE} GUERRE MONDIALE (MOINA MICHAËL)

2018, célébration des 100 ans de la fin de la première guerre mondiale.

Pour l'occasion, nous avons visité l'exposition :
« 14-18 : Libramont-Chevigny et le Centre Ardenne dans la Grande Guerre ».





Bon nombre de photos témoignent du terrible conflit dans notre région.



Nous nous sommes également rendus à la bibliothèque afin de visionner une autre exposition « 14-18, les femmes dans la Grande Guerre », en hommage à toutes les femmes qui se sont battues pour la liberté.



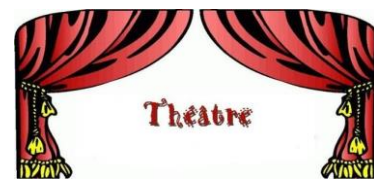
« Les femmes étaient dévouées, elles travaillaient comme des esclaves » - Berthe, Monique, Marie-Christine, Marie-Thérèse

*« Nous avons visionné la vie d'Edith Cavell » -
Jeannine et Aubin*

*« Les femmes étaient courageuses ! »
- Mathilde*

« C'est poignant de voir ces femmes » - Nelly

Théâtre – Les Charlots de Freux



*« Impeccable! »
Yolande et
Mathilde*

*« Hilarant !!! »
Marie-Christine*

Comme chaque année, la maison communautaire accompagnée des 3 x 20 de la commune se sont rendus au théâtre à Freux.

Cette année, la pièce s'intitulait :

« Recherche femme désespérément »

« C'était magnifique » - Nelly, Jean

Nous avons pu retrouver une équipe en plein délire, avec une Jacqueline au plus haut de sa forme !

*« Ça fait du bien de se détendre ☺ »
Marie-Thérèse et
Jeannine*



Une douce pensée



Jeanne COLLARD
07 juillet 2018



«Joueuse de Whist acharnée »

Marcel NOËSON
19 août 2018



« Douceur et discrétion »

Albert MIGNON
06 octobre 2018



« Le sourire au quotidien »

Andrée Bastin
15 octobre 2018



« Douce attentionnée »

Jacqueline Théâtre
11 octobre 2018



« Sacrée personnalité »

Victor Renoy
12 novembre 2018



« Blagueur »

Lucie Pierret
30 décembre 2018



« Farceuse »



Modalités d'inscription pour l'accueil des séniors
à la maison communautaire :

Madame Eliane PIRON



061/51.01.32



061/24.08.19



cpas@libramont.be

<http://cpas.libramontchevigny.be>