

La gazette du Château

Numéro 4 - Mars 2021

"Le temps de lire, comme le temps d'aimer, dilate le temps de vivre"

Daniel Pennac, *Comme un roman*

Toute l'équipe du CSC Château est heureuse de vous présenter le nouveau numéro de la gazette du Château. Celle-ci a quelque peu hiberné ces deux derniers mois.

Elle revient vers vous avec de nouvelles rubriques et de nouvelles propositions.

Nous envisageons d'en réaliser une chaque mois.

N'hésitez pas à nous donner votre avis sur son contenu et surtout à participer à celui-ci.

Bonne lecture !

Quoi de neuf ?

Venez marcher !

C'est bien connu : pour préserver l'autonomie et la santé, l'activité physique est essentielle. En cette période hivernale où le repli sur soi nous guette, rien de mieux que de partager quelques kilomètres à pied pour rester en forme physiquement et moralement.

Avec **Denis**, éducateur sportif de l'UFOLEP, nous vous proposons une sortie marche

d'1h à 1h30 chaque jeudi après-midi, uniquement lorsque les conditions météorologiques le permettent.

L'animatrice Elisabeth appelle les participant·e·s quelques jours avant pour dire si la sortie est maintenue.

Une première sortie a eu lieu jeudi 4 février. On en parle dans le blog du CSC : www.cscchateau.fr



Informations pratiques

- RV au CSC Château à 14h le jeudi
- Participation : 1,50 €
- Pensez à apporter une bouteille d'eau !

Une nouvelle animatrice au CSC



Depuis le 1^{er} février, Elisabeth Chabot a rejoint l'équipe du CSC Château. Elle remplace pour quelques mois Olivier Roy et sera particulièrement en charge des animations en direction des seniors. Elisabeth contribuera également aux différentes actions développées au CSC.

Bonheur de lire

Aurore

Beau est Le monde malgré
la nuit
secrète ta propre lumière
intense
Malgré l'opacité
du silence
Il y aura toujours
éphémère

cette chance
de se nourrir d'espérance
Ni la démence ni le sang
avec leur laideur et leurs
tranes
n'éteindront le chant
de l'oiseau
au soleil levant.

Kamal Zerdoumi, 2018

Jeu de mémoire

Plongez dans vos souvenirs

Il n'y a que vous qui connaissez les réponses. Elles sont gravées dans votre mémoire épisodique, celle que l'on utilise pour se souvenir du passé et prévoir le futur.

Lisez les questions qui suivent et plongez dans vos souvenirs.

- 1/** Quel est le dernier film que vous avez vu ?
- 2/** Où étiez-vous le 11 septembre 2001 ?
- 3/** Quel était le menu de votre dernier réveillon de Noël ?
- 4/** Quels vêtements portiez-vous avant-hier ?

Verrines aux pommes caramélisées

Infos pratiques

- Temps de préparation : 30 min
- Temps de cuisson : 15-20 min / Mise au frais : 1h
- Coût : abordable

Ingrédients

- 8 pommes
- 40 g de beurre
- 80 g de sucre
- 200 g de mascarpone
- 400 g de fromage blanc
- 2 cuillères à soupe de sucre glace
- Vanille ou cannelle
- Quelques biscuits (galette bretonne ou spéculos)



Étapes

1. Dans une poêle, faire fondre le beurre et les pommes épluchées et coupées en dés
2. Les saupoudrer de sucre et de vanille ou cannelle
3. Faire dorer à feu doux pendant 15-20 mn
4. Une fois les pommes caramélisées, les laisser reposer au frais
5. Pendant ce temps, préparer la crème : fouetter le mascarpone avec le fromage blanc et le sucre glace
6. Disposer les pommes refroidies dans des verrines ou des verres, ajouter la crème sur le dessus et saupoudrer d'un biscuit émietté (galette bretonne, spéculos, crêpe dentelle...)
7. Réserver au frais pendant 1 heure avant dégustation.

Appel à participation

Nous sommes sûres que vous avez toutes et tous des talents mais aussi des passions. Aussi, nous vous invitons à les partager avec les lecteurs et les lectrices. Vous écrivez de la poésie ? Envoyez-nous vos poèmes ! Vous cuisinez les recettes proposées dans cette gazette ? Envoyez-nous une photo de votre prochaine réalisation ! Vous aimez lire ? Partagez un de vos coups de cœur !

Vous pouvez nous adresser vos textes ou photos par courrier électronique : cscchateau@mairie-reze.fr ou venir les déposer à l'accueil du CSC.

Pendant ce temps au CSC



Accompagnement éducatif
"Et si on sème"



Les participant·e·s du cours de
français à visée professionnelle.
Une formation de 4 mois.



Atelier peinture



Atelier Montessori



Accompagnement
éducatif



Distribution solidaire



Bus santé

HOMMAGE

Henri Violain, qui avait rejoint les ateliers Liens Croisés l'année dernière, nous a quitté·e·s en cette fin d'année 2020, dans l'intimité de son appartement, comme il le souhaitait.

Nous partageons la peine de sa famille, et nous gardons le souvenir d'un homme chaleureux, éternel optimiste.

Le CSC est fermé pour ses activités de loisirs en collectif, mais les directives gouvernementales nous ont autorisé·e·s à conserver des actions en petit comité pour l'accompagnement scolaire des enfants, pour les familles avec de jeunes enfants, l'aide aux démarches administratives, les formations en Français. Nous attendons les nouvelles directives gouvernementales pour savoir si nous pouvons ré-ouvrir d'autres activités.



Centre Socioculturel du Château
11 place Jean Perrin - 44 400 Rezé
02 51 70 75 70 - cscchateau@mairie-reze.fr

Retrouvez toute notre actualité sur notre site Internet et Facebook.