

SENIOR ACT'U



Edition N°9 ●

● AVRIL 2026



Édito

Dans ce numéro, on revient sur tout ce qui a rythmé la vie du Club-House ces dernières semaines.

Des repas partagés ont accompagné les temps forts du calendrier : de la Chandeleur à la Saint-Valentin, en passant par la fête des grands-mères, la Saint-Patrick et Pâques. Autant d'occasions de se retrouver autour de la table et de partager un moment ensemble.

Côté activités, il y a eu le loto rigolo, les ateliers créatifs et le lancement du club de lecture, chacun avec son ambiance et ses participants. La Journée mondiale de la santé a aussi été l'occasion d'échanger autour du bien-être et de la prévention.

Enfin, la chasse aux œufs intergénérationnelle a réuni petits et grands dans un même jeu, à la recherche des œufs cachés.

Un ensemble de moments variés à retrouver dans ce Senior Act'U.





*Vous ne pouvez
pas plaire à tout
le monde. Vous
n'êtes pas un
pot de nutella.*

Bienvenue dans notre gazette !

À travers ces pages, nous partageons avec vous les moments qui rythment notre quotidien : des instants simples, des activités, des rencontres et surtout beaucoup de bonne humeur.

Nous espérons que cette lecture vous plaira et vous donnera le sourire.

Bonne découverte à toutes et à tous !

L'équipe de votre résidence



Sortie d'équipe chez Sensas Marne-la-Vallée.

Une expérience originale pour dépasser nos peurs à travers des défis guidés par nos cinq sens.

Mimes, dégustations à l'aveugle, épreuves dans le noir... autant d'activités ludiques qui ont renforcé notre cohésion d'équipe.

Un moment fort de partage, de confiance et de collaboration, qui rapproche encore un peu plus les collègues au quotidien.

Départ de Romane

Après une année au sein de la résidence, je quitterai prochainement mes fonctions d'animatrice pour m'orienter vers de nouveaux projets professionnels.

Cette année a été rythmée par de nombreux moments partagés à travers les animations, les échanges et la vie quotidienne de la résidence.

Je remercie les résidents et l'équipe pour leur accueil et leur participation tout au long de cette année.

Je vous souhaite à toutes et à tous une belle continuation.

Romane

LES REPAS

Chandeleur 06/02

Des crêpes faites maison, préparées à la minute par Mohammed, avec sa petite recette secrète à base de farine de petit épeautre et de miel. Autant dire qu'elles ont vite disparu !

Côté animations, on a commencé avec « Fais sauter ta crêpe ». Beaucoup ont essayé de relever le défi... mais aucune crêpe n'a réussi à se retrouver accrochée au plafond !

On a enchaîné avec la crêpe musicale : la crêpe passait de main en main et quand la musique s'arrêtait, le gagnant était désigné.

Bravo à André, qui a remporté la partie et le remboursement de son goûter !





Saint Valentin 13/02

Le 13 février, nous avons célébré la Saint-Valentin autour d'un agréable moment partagé.

Tarte au citron meringuée ou une tarte à la framboise, pour le plaisir de tous les gourmands.

L'animation du jour consistait à retrouver son binôme : chacun avait une image et devait chercher la personne qui possédait la même image.

Une fois les duos formés, les binômes ont gagné un bracelet.



Fête des grands-mères



Le 6 mars, nous avons fêté les grands-mères autour d'un bon repas. Pour mettre l'ambiance, AndretCath étaient là en live avec leur accordéon et leur magnifique voix. Cela a mis tout le monde dans le rythme, et certains n'ont pas pu s'empêcher de danser.

Saint Patrick

Le 20 mars, nous avons fêté la Saint-Patrick dans une ambiance totalement verte, de la déco du sol jusqu'au plafond !

Tout le monde a joué le jeu du dress code et s'est mis au vert pour l'occasion.

Côté goûter, il y en avait pour tous les goûts : gâteau au chocolat ou flan, accompagnés d'une bière ou panaché pour ceux qui voulaient trinquer.



Les photos de cet événement, ainsi que de tous les autres, sont disponibles via le lien envoyé par mail.



Vous pouvez également les retrouver à l'accueil, où vous pourrez les consulter. Elles sont aussi accessibles grâce au QR code situé juste au-dessus.



Goûter de Pâques



Tarte tropézienne ou une framboise-chocolat blanc, accompagnées de crémant.

Côté animation, place au jeu et aux rires avec une activité originale : « recoller la queue du lapin » ! Le principe était simple... en apparence. Un grand poster de lapin sans queue, des participants munis d'un numéro et d'une queue autocollante... mais avec une difficulté supplémentaire : les yeux bandés ! Celui ou celle qui parvenait à placer la queue au plus près du bon endroit remportait la partie. Spoiler : notre grande gagnante est repartie avec un cadeau.

Pour clôturer ce moment, chacun a participé à la création d'une fresque collective. Mains dans la peinture, couleurs vives et créativité au rendez-vous : dessins abstraits ou plus figuratifs se sont mêlés pour donner naissance à une œuvre unique. Une fois terminée, tous ont pu découvrir avec fierté cette magnifique fresque désormais exposée dans le Club-House.





ACTIVITÉS DIVERSES



Loto du 24 avril

Le 24 avril, notre résidence a organisé un loto pas comme les autres : un vrai loto rigolo, où chaque lot avait son petit effet “poisson d’avril” annoncé... mais pas forcément livré comme prévu !

Imaginez la surprise des participants : un voyage à Tahiti ?... en réalité, c’était un gel douche Tahiti, une tablette qui était simplement une tablette de chocolat, ou encore une soirée branchée qui était en réalité ... une multiprise.

Et ce n’était que le début !

Des cadeaux décalés, surprenants et complètement inattendus ont fait le bonheur de tout le monde.

L’ambiance était au rendez-vous, entre curiosité et excitation à chaque numéro tiré. Chacun guettait son lot avec impatience, sans savoir si la surprise serait douce ou... très très rigolote. Au final, ce loto a transformé un simple jeu en une après-midi pleine de surprises.

On retiendra une chose : à notre loto du mois d’avril, mieux vaut ne jamais prendre les annonces au pied de la lettre...



Atelier créatif de Pâques



À l'occasion de Pâques, un atelier créatif a été proposé autour de la fabrication de petits paniers. L'objectif : créer un joli contenant pour y glisser des décorations... ou, pour les plus gourmands, quelques chocolats.

Avant de passer à la pratique, quelques explications ont été données. À partir d'un simple gobelet et de ficelle, chacun a pu réaliser son panier. Il fallait d'abord découper le gobelet en un nombre impair de tiges, puis faire passer la ficelle devant et derrière chaque tige pour former le tressage.

Une fois la structure terminée, place à la décoration : couleurs, motifs et idées variées ont permis à chacun de repartir avec une création unique.



Chasse aux oeufs



La chasse aux œufs intergénérationnelle a réuni les résidents et les enfants du centre de loisirs du Puits du Gué à Montévrain. Six équipes se sont affrontées dans une course aux œufs sans merci, à la recherche des œufs de couleur, mais surtout du précieux et unique œuf en or qui permettait de voler un œuf à une autre équipe. Une fois tous les œufs retrouvés, les participants se sont retrouvés autour d'un goûter partagé. La rencontre s'est terminée par une remise de récompenses... des œufs en chocolat cette fois, pour le plus grand plaisir de tous.





LES INÉDITS

N'oubliez pas les paroles

Nous avons organisé notre propre version de N'oubliez pas les paroles ! et ça a créé une ambiance de folie.

Le principe est simple : la musique s'arrête et il faut continuer les paroles de la chanson... sans se tromper. Pas toujours facile, mais chacun a pu montrer ses talents et se concentrer pour retrouver la suite des morceaux.

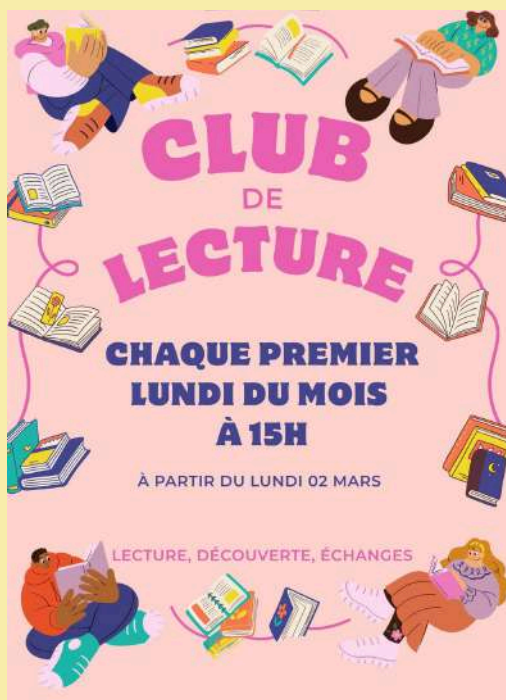
Du classique aux hits récents, tout le monde a pu participer et se challenger, seul ou en équipe. Certains ont surpris par leur mémoire, d'autres se sont laissés porter par la musique.

Au final, ce moment était bien plus qu'un jeu : l'occasion de se retrouver, de partager une passion pour la musique et de profiter d'une activité conviviale. Une expérience à reproduire sans hésiter !



PAS D'INSCRIPTION REQUISE

Club de lecture



Nouvelle activité qui fait son arrivée au Club-House : le club de lecture.

Un rendez-vous pensé pour prendre le temps de lire, d'échanger et de découvrir de nouveaux ouvrages.

La première rencontre a eu lieu le lundi 2 mars.

Ce moment a permis de poser les bases du fonctionnement et de choisir ensemble un premier livre:

La femme de ménage de Freida McFadden.

Chacun pourra le lire à son rythme avant de se retrouver pour en discuter, partager ses impressions et confronter les points de vue.

Ces échanges permettront ensuite de sélectionner un nouveau livre, afin de faire vivre le club au fil des envies de chacun.

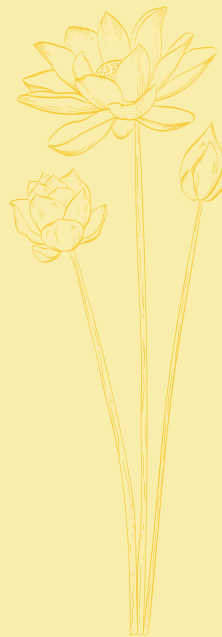
Reiki

Certains d'entre vous ont déjà fait connaissance de Kathy Alves, qui propose désormais des séances de magnétisme et de Reiki tous les mardis matin, de 9h00 à 12h00 sur rendez-vous.

Le Reiki est une pratique d'origine japonaise qui vise à favoriser la détente et le bien-être. Il repose sur l'apposition des mains et cherche à rééquilibrer l'énergie du corps, apaiser les tensions et accompagner la relaxation.

Afin de faire découvrir cette pratique, un café rencontre a été organisé le mardi 17 mars. Ce moment a permis à chacun de poser ses questions, de mieux comprendre le Reiki et même de profiter d'un essai gratuit.

Les séances, d'une durée d'une heure, sont proposées sur réservation au 06 85 59 13 40.



Tous les mardis de 9h00 à 12h00
sur RDV au Club-House

Magnétisme & Reiki

1h00 de séance
50€



KATY ALVES : 06.85.59.13.40

Mel Beauty

ÉSTHÉTICIENNE



ÉPILATIONS

MANUCURE

EXTENSION DE CILS

RÉHAUSSEMENT DE CILS

ÉPILATIONS

BEAUTÉ DES PIEDS

SOINS DU VISAGE & DU

CORPS

TEINTURE

MAQUILLAGE



TÉLÉPHONE POUR RENDEZ VOUS :
06.03.19.71.27

Mélanie est présente au Club-House les lundis et jeudis, sur rendez-vous.

Elle propose de belles prestations pour prendre soin de soi : mains, pieds, soins du visage, massages, épilations ou encore maquillage... il y en a pour tous les goûts.

Pour réserver : 06 03 19 71 27.

Elena est présente au Club-House plusieurs jours par semaine.

Le jeudi, profitez de son offre spéciale -10 %.

Elle propose différents soins : réflexologie, soin Aqua Phyt's, soins anti-âge (Aromalliance et Global Panacée Dermophyt's), soin Sublim Eyes (anti-poches, anti-cernes, hydratant) et guasha visage drainant.

Rendez-vous au 06 66 85 03 32.

E-ZEN

REFLEXOLOGIE - FACIALISTE

Tous les jeudis -10%



SOINS VISAGE

- Soin Aqua Phyt's
1h 57€ au lieu de 62€
- Soin Anti Age Aromalliance
1h15 59€ au lieu de 65€
- Soin Anti Age Globl Panacée
Dermophyt's
1h30 85€ au lieu de 95€
- Soin Sublim Eyes Anti Pôches
Anti Cernes Hydratant
45mn 40€ au lieu de 45€
- Soin Guasha Visage Drainant
1h 54€ au lieu de 60€

- Massage Dos 30 mn 30€
- Massage Bras/nuque:Tête 40 mn 35€
- massage personnalisée 30mn 35€



Sur rendez vous ELENA Tél 06.66.85.03.32

Journée mondiale de la santé



À l'occasion de la Journée mondiale de la santé, le collectif des lunetiers de Chanteloup-en-Brie sont venus à la résidence. Ils ont pris le temps de se présenter et d'échanger autour de leur métier, avant de proposer des tests de vue gratuits. Chacun pouvait ainsi vérifier sa vision et poser des questions sur le confort visuel et les équipements adaptés. Un moment utile, apprécié, qui a permis de sensibiliser à l'importance du suivi de la vue au quotidien.



Les expos-ventes à venir



Ne manquez pas nos prochaines expos-ventes !



MERCREDI 20 MAI
EXPO-VENTE



MAQUILLAGE & PRÊT À PORTER

RETROUVEZ ADELINE & RAPHAËL &
VERONIQUE

À PARTIR DE
15H00 AU CLUB-HOUSE

Maquillage, Vêtements et Aquarelle

Confitures et Lunettes



JEUDI 04 JUIN
EXPO-VENTE



LUNETTES & CONFITURES

RETROUVEZ ADELINE & SOPHIE

À PARTIR DE
15H00 AU CLUB-HOUSE



VENDREDI 12 JUIN
EXPO-VENTE



BIJOUX & VÊTEMENTS

RETROUVEZ MAGALIE, GINA & HÉLÈNE

À PARTIR DE
15H00 AU CLUB-HOUSE

Vêtements et Bijoux

À VENIR...

Ne manquez pas les événements à venir...

01

Repas fête des mères

Ne manquez pas notre repas spécial Fête des Mères !
Vendredi 29 mai à 12h00
Venez partager un repas à l'occasion de la fête des mères.
Anniversaires surprises au rendez-vous !

02

Atelier bracelets et kermesse avec les enfants du centre de loisirs du puits du gué

Mercredi 3 juin dès 15h00
Les enfants vous donnent rendez-vous pour un atelier création de bracelets.
Mercredi 24 juin
Venez profiter d'une kermesse intergénérationnelle !
Jeux et gourmandises pour tous.

03

Goûter Fête de la musique

Vendredi 19 juin
À l'occasion de la fête de la musique, nous vous invitons à partager un goûter.
Une danseuse sera présente pour animer cet après-midi et vous faire profiter.
Et bien sûr, de la musique pour se déhancher jusqu'à la fin de la journée !

04

Miss & Mister Jardin

Miss / Mister Jardin 2026
Dès le lundi 18 mai, inscrivez-vous pour tenter de devenir la ou le Miss / Mister Jardin de cette année !
Le passage du jury aura lieu du lundi 20 au mardi 21 juillet
La remise des prix se tiendra le vendredi 31 juillet
À vos inscriptions ! Inscription au Club-House

05

Les mercredis intergénérationnels de juillet

Rendez-vous en juillet !
Tous les mercredis du mois de juillet, participez à des rencontres intergénérationnelles avec les enfants du Puits du Gué.
Au programme : cinéma, karaoké, jeux et ateliers créatifs.

CLICHÉS SOUVENIRS...





RÉSIDENCE
SeniorAct'
Acteur de votre vie

JEUX

3				6	2			
							9	2
2		7			9			
9				3	5			
		6		9	8		2	1
5								4
	6	4						7
						8		
					3			

Printemps

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

abeille	bourgeon	cerf-volant	couleur
eclosion	equinoxe	fleur	herbe
migration	oiseau	oisillon	papillon
pluie	printemps	vert	

SOLUTIONS

3	4	9	1	6	2	7	8	5
6	5	1	3	8	7	4	9	2
2	8	7	5	4	9	1	6	3
9	1	2	4	3	5	6	7	8
4	3	6	7	9	8	5	2	1
5	7	8	2	1	6	9	3	4
8	6	4	9	2	1	3	5	7
7	2	3	6	5	4	8	1	9
1	9	5	8	7	3	2	4	6