L'écho DES GÉNÉRATIONS

Été 2024

Résidence des 104 - Bibliothèque Elsa Triolet - Club Ados

DU CÔTÉ DES 104

Atelier rénovation du jardin

Rencontre - marche intergénérationnelle avec les enfants du centre de loisirs Les 2 Rives

Les Olympiades intergénérationnelles

Un bel échange sportif avec les enfants du centre de loisirs Les 2 Rives, une journée très agréable et appréciée par tout le monde.

Le saviez-vous ?

Le Carrot Cake

Le 3 février on célèbre le National Carrot Cake Day, la fête nationale du gâteau à la carotte aux États-Unis. Les Américains raffolent de cette douceur au point de lui avoir dédié une journée ! Pourtant, le Carrot cake ne fut pas inventé outre-Atlantique, et l'utilisation des légumes en pâtisserie ne date pas d'hier.

Selon les historiens, son invention remonte au Moyen-âge et il avait plutôt l'apparence d'un pudding. À cette époque en Europe, le sucre est une denrée rare et surtout chère. Difficile donc de satisfaire les palais déjà friands et gourmands de desserts. La solution se trouve alors dans les carottes. Naturellement sucrées et douces, on va les utiliser dans les pâtisseries pour se substituer aux autres « édulcorants ». Et hop, le tour est joué ! Les courges et les courgettes seront elles aussi utilisées pour préparer des puddings.

Recette du Carrot Cake

Préparation : 15 min - Cuisson : 30 min

Pour 6 personnes :

- 185 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 185 g de sucre
- 3 œufs
- 135 g de beurre fondu
- 300 g de carotte râpées (3 à 4 grosses carottes)
- Du sucre glace pour la décoration

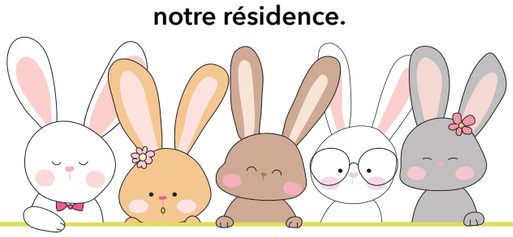
- Mélanger le tout.
- Verser dans un moule beurré.
- Faire cuire au four à 180° (thermostat 6).
- Laisser refroidir puis démouler.
- Saupoudrer de sucre glace.

Bonne dégustation !

Nous remercions Rachid Stambouli de mettre à notre disposition différents jeux extérieurs et équipements qui permettent aux résidents de découvrir des nouveautés et s'amuser autour du sport adapté au troisième âge.

Nouveau résident

Nous sommes heureux d'accueillir parmi nous Monsieur Haoussine. Nous lui souhaitons la bienvenue dans notre résidence.



Charade

Mon 1er est synonyme d'ego

Mon 2nd est un bruit

Mon tout est la récolte des céréales

Réponse : .....

Réponse de la charade de L'Écho des générations n° 7 : RHINOCÉROS

DU CÔTÉ DE LA BIBLIOTHÈQUE

Vos prochains rendez-vous

Séance ciné à la bibliothèque

Le 24 septembre prochain, à 14h30 (sur réservation), la bibliothèque diffusera le film « Une belle course » pour les résidents de la Résidence des 104 :

« Madeleine, 92 ans, appelle un taxi pour rejoindre la maison de retraite où elle doit vivre désormais. Elle demande à Charles, un chauffeur un peu désabusé, de passer par les lieux qui ont compté dans sa vie, pour les revoir une dernière fois. Peu à peu, au détour des rues de Paris, surgit un passé hors du commun qui bouleverse Charles. Il y a des voyages en taxi qui peuvent changer une vie… »

Émotions garanties !

Les dictées

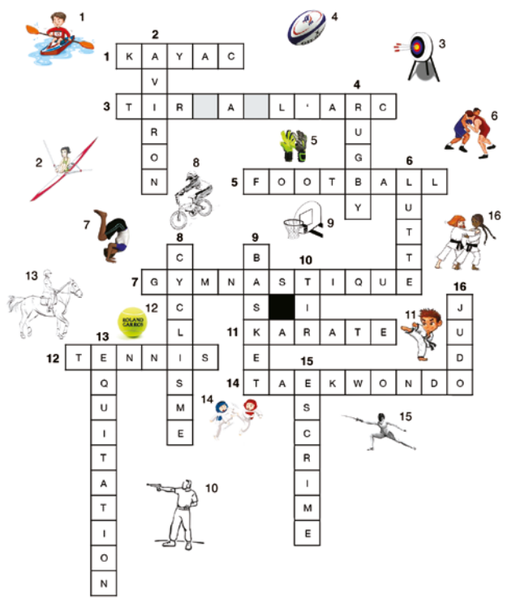
Les prochaines dictées se dérouleront à la Résidence, à 14h30, les :

- 17 septembre
- 15 octobre
- 19 novembre
- 17 décembre

Venez tester votre orthographe dans la bonne humeur !

Faites vos jeux !

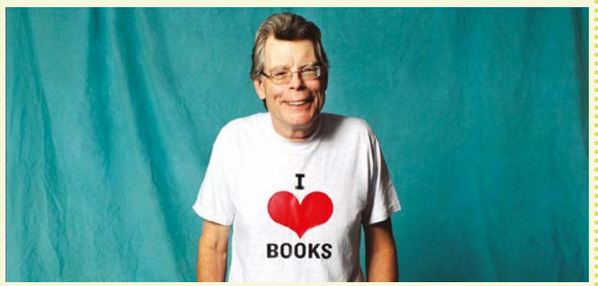
Solutions des mots fléchés en images de l'Écho des générations n°7



Le dicton du mois :

« Quand tout le reste a échoué, laissez tomber et allez à la bibliothèque. »

Stephen King



A lui seul, Stephen King a vendu près de 350 millions d'exemplaires de ses ouvrages, rédigé 54 romans ayant donné naissance à des dizaines d'adaptations au cinéma et à la télévision. Cette carrière lui a valu comme surnom : **le roi de l'horreur.**

Retrouvez les romans de Stephen King à la bibliothèque d'Harfleur !

Tous en bivouac* !

Le 31 mai dernier, les jeunes harfleurais se sont équipés de casques et de gilets jaunes avant d'enfourcher leur vélo pour un week-end nature.

Ils se sont tout d'abord rendus à la Réserve de la Sittelle située sur la commune de Saint-Laurent-de-Brèvedent. Ce lieu est souvent occupé par le club CPN La Sitelle (Connaître et Protéger la Nature) et la Forest Cool (Association d'ateliers de pédagogie par la nature pour les enfants), c'est donc un lieu propice à l'observation et à l'immersion au cœur de la nature.
Après avoir installé leur camp et profité d'un bon repas autour d'un feu, les jeunes ont tenté d'observer les chauves-souris et les pipistrelles, à l'aide d'une Batbox**. Malheureusement, les conditions météorologiques n'étaient pas favorables au vol des chauves-souris ce soir-là.
Une nuit en tente, un petit déjeuner au coin du feu et ce fut le temps de partir observer les oiseaux de la réserve. Équipés de jumelles et de guides nature, les jeunes ont exploré le lieu et ont ainsi pu observer plusieurs espèces d'oiseaux : la sittelle torchepot, le roitelet triple bandeau, la corneille noire, le merle noir, la grive musicienne ou encore le moineau domestique.
Avant de prendre à nouveau la route en direction de la réserve des scouts de la forêt de Montgeon, les jeunes ont rangé le camp afin de ne laisser aucune trace de leur passage.
À leur arrivée, après deux heures de trajet, ils ont préparé leur nouveau camp avant de participer à une séance d'étirements. Ils se sont ensuite lancés dans une partie de cache-cache « en mode camouflage », le but étant de se fondre dans la nature pour ne pas être trouvé.
Après le repas, les filles se sont lancées à la découverte de la réserve où elles ont eu la chance de pouvoir observer un renard adulte qui se baladait. Ensuite, les jeunes ont pu tester à nouveau la Batbox et cette fois-ci ce fut concluant. Ils ont pu observer et entendre les ultrasons émis par les pipistrelles en chasse au-dessus de la mare de la réserve.
La soirée s'est terminée par une balade nocturne à travers la forêt où les jeunes ont pu expérimenter leur sens de l'orientation, surmonter leur peur et développer leurs sens.
À la suite d'une nuit à la belle étoile pour certains et en tente pour d'autres, les jeunes ont rangé le camp une dernière fois avant de faire une offrande à la nature pour la remercier des bons moments passés durant le week-end. C'était le moment de reprendre la route vers le Centre de loisirs Les 2 rives avec des souvenirs plein la tête.

Cache-cache « en mode camouflage »

Offrande à la nature

*Un bivouac est un campement temporaire et minimaliste qui permet à des gens qui pratiques des activités outdoor en itinérance (comme la rando, l'alpinisme, le vélo…) de passer une nuit en pleine nature.
**La Batbox est un appareil qui capte et restitue les ultrasons émis par les chauves-souris, permettant d'identifier les espèces et d'étudier leur comportement.