

ENTRE-NOUS

2021

N°32

octobre



“ En octobre, il faut que l'homme vite s'habille quand le mûrier se déshabille. ”


LE CHÂTEAU DES CROZES
E.H.P.A.D

Et si on faisait du sport pour nous préparer à l'été prochain ? A vélo ou à pied ? Paris-Roubaix, Marathon de Paris ou le grand Raid ? C'est à vous choisir !
Ne vous inquiétez pas, nous pourrons prendre quelques douceurs à la fin du mois avec le début de la 26ème édition du salon du chocolat !

Le mot de la Directrice

L'EHPAD de Cuiseaux a été reconstruit. Il est devenu la résidence « les Chemins de Cuisel ».



La résidence les chemins de Cuisel est un EHPAD qui a entamé son « son virage domiciliaire » pour reprendre les termes de Madame Bourguignon, Ministre déléguée chargée de l'autonomie auprès du ministère des solidarités et de la santé, lors d'une déclaration en date du 12 juillet 2021. Nos équipes se nourriront du vécu de nos résidents afin de trouver les chemins qui permettent encore un épanouissement individuel et cela dans un environnement qui n'est pas hospitalier.

La vieillesse n'est pas une maladie, même si parfois, souvent, elle génère des maladies, mais la mission du médico-social c'est avant tout le maintien de l'autonomie dans un environnement serein et adapté, dans un environnement qui s'apparente au domicile.

Et pour illustrer la philosophie de cette nouvelle résidence je citerai une nouvelle fois Madame Bourguignon.

« J'irais même jusqu'à rêver demain que nos EHPAD soient des ouvrages d'art, qu'ils soient beaux, pensés dans leur environnement, qu'on ait envie d'y habiter, d'y séjourner, de s'y balader, d'y inviter sa famille, ses amis, d'y entendre des cris d'enfants qui jouent. »

A la fin de l'année 2021, c'est au tour du Château des Crozes d'envisager sa transformation.

Isabelle Paquelier Bartuel
Directrice de l'E.H.P.A.D

Salon de coiffure :

Depuis quelques semaines, deux nouvelles coiffeuses interviennent sur l'EHPAD. Il s'agit de :

Mme Paris, coiffeuse à Ste Croix. Elle sera présente le mardi matin.

Mme Monnot, coiffeuse à Cuiseaux. Elle sera présente le jeudi après-midi.

N'hésitez pas à vous faire inscrire auprès du personnel pour un rendez-vous.





RENDEZ-VOUS D'ANIMATION

DU LUNDI 4 AU DIMANCHE 10 OCTOBRE 2021

LA SEMAINE BLEUE

SEMAINE NATIONALE POUR LES SENIORS



Lundi 04 octobre

Saint François d'Assise

12h00 : Repas de la semaine bleue en musique en grande salle à manger.

Mardi 05 octobre

Sainte Fleur

Le matin : Visite d'Egon dans les étages avec Fabienne.

15h00 : Loto des gourmandises en grande salle à manger avec Hélène et Fabienne.

16h00 : Dégustation de la tarte au quemeau.

Mercredi 06 octobre

Saint Bruno

12h00 : Sortie au restaurant avec Hélène, Fabienne, Jocelyne, Roselyne et Cécile.

15h30 : Goûter de la semaine bleue.

Jeudi 07 octobre

Saint Serge

14h30 : Visite des poneys des animaux des petits bois avec Sonia, Hélène et Fabienne.

15h30 : Distribution de Corniottes.

Vendredi 08 octobre

Sainte Pélagie

15h00 : Après-midi accordéon avec Monsieur Courville.

15h30 : Dégustation de tarte au sucre.



RENDEZ-VOUS D'ANIMATION



Du 11 au 15 octobre 2021



Lundi 11 octobre

Saint Firmin

Le matin : Distribution des menus de la semaine dans les chambres par Hélène.
15h00 : Dégustation de gaufres du Nord avec Hélène et Véronique.

Mardi 12 octobre

Saint Wilfried

15h00 : Fabrication de la soupe des résidents en grande salle à manger avec Hélène et Fabienne.

Mercredi 13 octobre

Saint Géraud

15h00 : Jeux de société en grande salle à manger avec Fabienne.

Jeudi 14 octobre

Saint Juste

10h30 à 16h00 : Visite des cuisines de l'EHPAD avec dégustation avec Hélène, Fabienne et Sébastien.

Vendredi 15 octobre

Sainte Thérèse d'Avila

Le matin : Passage de la bibliothèque dans les étages, avec Hélène.
15h00 : Dégustation sucré/salé en grande salle à manger avec Hélène et Fabienne.



RENDEZ-VOUS D'ANIMATION



Du 18 au 22 octobre 2021

Lundi 18 octobre

Saint Luc

Le matin : Distribution des menus de la semaine dans les chambres par Hélène et Fabienne.

15h00 : Loto en grande salle à manger avec Hélène et Fabienne.

Mardi 19 octobre

Saint René

15h00 : Dépouille de maïs et dégustation de fromage fort en grande salle à manger avec Hélène et Fabienne.



Mercredi 20 octobre

Sainte Adeline

15h00 : Atelier bien-être au salon de coiffure du 1^{er} étage avec Fabienne et Christiane.

Jeudi 21 octobre

Sainte Céline

Le matin : Visite d'Egon dans les étages avec Fabienne.

15h00 : Commission des menus en grande salle à manger.

Vendredi 22 octobre

Sainte Elodie

Le matin : Passage de la bibliothèque dans les étages, avec Hélène.

14h30 : Séance cinéma en grande salle à manger avec le cinéma de Louhans.



RENDEZ-VOUS D'ANIMATION



Du 25 au 29 octobre 2021

Lundi 25 octobre

Saint Crépin

Le matin : Distribution des menus de la semaine dans les chambres par Hélène.

15h00 : Danse assise en grande salle à manger avec Hélène.

Mardi 26 octobre

Saint Dimitri

Le matin : Visite d'Egon dans les étages avec Fabienne.

15h00 : Loto en grande salle à manger avec Hélène et Fabienne.

Mercredi 27 octobre

Sainte Emeline

15h00 : Lecture du journal en grande salle à manger avec Fabienne.

Jeudi 28 octobre

Saint Jude

15h00 : Travaux manuels en grande salle à manger avec Hélène.

Vendredi 29 octobre

Sainte Narcisse

Le matin : Passage de la bibliothèque dans les étages, avec Hélène.

15h00 : Vendredi tout est permis !!! En grande salle à manger avec Hélène.



**En salle à manger
à 15h00**

Mardi 05 octobre

Mardi 19 octobre

Mardi 26 octobre



Venez nombreux !!!

Film du mois : Roxane

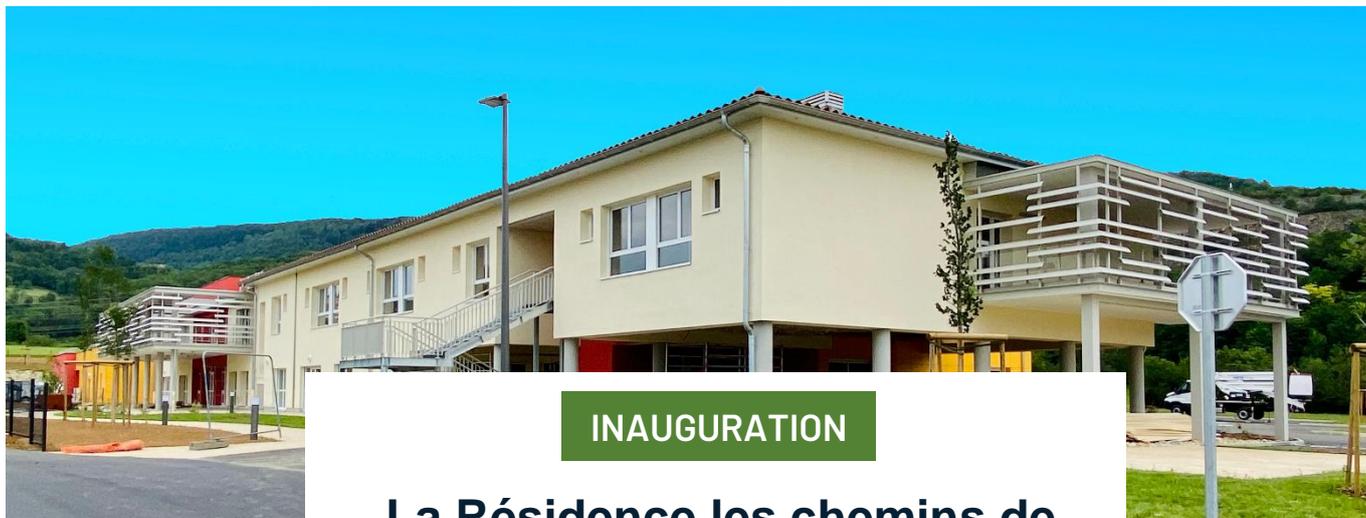
Le vendredi 22 octobre, en grande salle à manger
Projeté par le cinéma Eden de Louhans



Toujours accompagné de sa fidèle poule Roxane, Raymond, petit producteur d'œufs bio en centre Bretagne a un secret bien gardé pour rendre ses poules heureuses : leur déclamer les tirades de Cyrano de Bergerac.

Mais face à la pression et aux prix imbattables des grands concurrents industriels, sa petite exploitation est menacée.

Il va avoir une idée aussi folle qu'incroyable pour tenter de sauver sa ferme, sa famille et son couple : faire le buzz sur Internet.



INAUGURATION

La Résidence les chemins de Cuisel ouvre ses portes

C'est le 1^{er} octobre 2021 que Madame PAQUELIER-BARTUEL, directrice de l'EHPAD, a inaugurée les nouveaux locaux de la maison de retraite de Cuiseaux aujourd'hui devenu la Résidence les chemins de Cuisel !

Cet évènement a eu lieu au 2 rue des champs, nouvel emplacement de l'EHPAD, en présence de représentants de l'Etat et d'élus départementaux. Les invités ont pu découvrir un mini village composé de rues avec des petits commerces pour le coiffeur et les salles d'activités, des studios de 22 m² et une place de village surmontée d'un platane.





Un accueil moderne, décrit comme un accueil digne d'un hôtel qui permettra aux résidents et leur famille d'être accueillis dans un nouveau cadre serein avec un thème nature.



A gauche, un salon privé pour les familles qui sont au nombre de cinq. A droite, la salle de restauration avec des couleurs anglaises et une belle vue sur l'extérieur et la terrasse pour les beaux temps.



Des chambres individuelles lumineuses de 22 m² mettant à disposition un lit médicalisé, d'un fauteuil, d'un téléphone, d'une télévision, d'une commode réfrigérée, d'un bureau, d'étagères et d'une salle de bain privative.



ÉVÈNEMENT

Rendez-vous

28 OCT > 1ER NOV 2021

PARIS, PORTE DE VERSAILLES

Savez-vous comment le Salon du Chocolat est né ? On vous dit tout !

- **1994 – Tout commence par une id-ylle-ée**

Tout commence par une histoire d'amour...

Sylvie Douce dirige une agence événementielle. L'idée de créer un salon autour du chocolat germe dans l'esprit créatif de l'entrepreneuse. Lors d'un dîner en 1994, elle évoque son projet avec son voisin de table, François Jeantet, architecte et critique gastronomique. Ils partagent la même passion : celle du chocolat ! ... « *Ça ne marchera jamais !* », « *Mais quelle idée ?!* », « *Quoi ? Un Salon du Chocolat ?* » ...

- **1995 – La 1^{ère} édition du Salon du Chocolat à Paris**

Malgré l'incompréhension de la profession, le couple décide de se lancer et inaugure la 1^{ère} édition du Salon du Chocolat le 28 octobre 1995 avec 40 exposants pionniers à l'espace Eiffel Branly.

Le succès est immédiat, 40.000 visiteurs sont au rendez-vous : pari réussi !

Aujourd'hui, le Salon du Chocolat de Paris accueille 110 000 visiteurs et 230 exposants venus du monde entier.

- **1998 – Le rêve américain**

En 1998, direction New York ! Là encore, le succès est au rendez-vous. Les grandes émissions télévisées assurent la promotion de l'événement et le public fait la queue sur cinq « blocs », jusqu'à paralyser la circulation de tout un quartier à Manhattan !

- **2000 – Cap sur Tokyo !**

Après les États-Unis, direction l'Asie, une destination peu portée sur les goûts sucrés et qui ne connaît pas encore les secrets du chocolat. Tokyo sera la première ville à succomber à la folie chocolat.

En 2002, le Salon du Chocolat signe un partenariat historique avec la chaîne de magasins Isetan et se développe alors dans plusieurs grandes villes japonaises.

- **Dès 2005 – La conquête internationale**

Le Salon partira ensuite à la conquête des plus grandes métropoles françaises et internationales.

Pékin, Moscou, Shanghai, Le Caire, Salvador de Bahia, Lima, Séoul, Hong Kong, Bologne, Cologne, Zurich, Monaco, Bruxelles, Londres, Marseille, Cannes, Lyon, Toulouse, Bordeaux, Lille, Nantes,

Le Salon du Chocolat c'est **237 salons** depuis sa création et une quinzaine d'événements chaque année sur quatre continents.

Aujourd'hui, le salon du chocolat c'est des défilés tout en chocolat, des concours entre chocolatiers, des dégustations pour le grand plaisir des papilles, des fabrications de sculptures en direct, des rencontres avec les plus grands chocolatiers français et du monde !

Mais d'ailleurs... qui sont ces grands chocolatiers ?

Robert Linxe | 1929 -2014

Pionnier de l'exploration du goût dans l'art du chocolat fin, le « Sorcier de la Ganache » a réinventé la ganache au chocolat et a redoré l'image de ce produit de luxe et de la chocolaterie française. C'est 1977 qu'il décide d'offrir au chocolat une boutique et un atelier sur mesure, rue du Faubourg Saint-Honoré. Pour cet orfèvre de la fève, rien n'est trop beau pour « réhabiliter le chocolat dans toute sa noblesse ». Aujourd'hui, sa « Maison du chocolat » ne compte pas moins de 41 boutiques dans 7 pays différents.



Patrick Roger



Ce chocolatier, Meilleur Ouvrier de France 2000, est autant fantasque que terriblement talentueux. Nous, on succombe pour ses sculptures en chocolat de près de 80 kilos. Sculpteur de chocolat oui, mais sculpteur de goûts également !

Le comble ? Il a 5 boutiques à Paris et dans la région parisienne pour satisfaire les gourmands que nous sommes : Saint-Sulpice, Madeleine, St Germain, Victor Hugo, Rennes, Faubourg Saint-Honoré.

Pierre Hermé



Parler du chocolat sans parler de Pierre Hermé serait comme parler de cuisine sans parler d'Alain Ducasse. Cette année, le virtuose de la Pâtisserie nous a concocté de véritables œuvres d'art à croquer ! On ne sait plus où donner de la tête et ça tombe bien, le week-end de Pâques arrive.

Rendez-vous au choix au 1^{er} 2^{ème} 4^{ème} 6^{ème} 8^{ème} 9^{ème} 15^{ème} 16^{ème} arrondissement, Pierre a pensé à tout le monde et tant mieux !

Gilles Cresno



Le très sérieux *Guide des croqueurs de chocolat* classe ce jeune prodige parmi les douze meilleurs chocolatiers de France. Le truc qui nous fait craquer : les ganaches aux fruits, légères et intenses sont exclusivement composées de purées de fruits et de chocolat.

On valide et on fonce à Reuil-Malmaison en dévorer !

Frédéric Bau



Lauréat à la finale du concours du Meilleur Apprenti de France en 1983, il travaille au côté de Pierre Hermé, et celui-ci devient son maître. Il crée « **L'École Valrhona** », la dirige et la fait grandir à travers le monde pendant plus de 20 ans. Avec son équipe, il invente « **Les Essentiels** », recueil de recettes et de techniques pâtisseries et chocolatières.

En 2012 il crée le chocolat blond dulcey, il explique lors du salon du chocolat, que sa création vient d'un oubli. En effet, il a oublié son chocolat à l'étuve pendant 15 heures lors d'une démonstration à Tokyo.

Amaury Guichon



Amaury Guichon est une étoile montante de la pâtisserie et de la chocolaterie française. Installé à Las Vegas, il dévoile régulièrement sur son compte Instagram des créations exceptionnelles, certaines réalisées à base de chocolat. Mais pour aboutir à ce résultat, il ne laisse rien au hasard, sa minutie se rapproche au plus près possible à la perfection.

Voici quelques-unes de ses créations entièrement réalisées en chocolat :



Les astuces de Grands-Mères pour un bon nettoyage efficace des lunettes



Nettoyer ses lunettes et les garder propres plus longtemps

Vos lunettes sont toujours sales, les traces de doigts ont du mal à partir : dans un petit récipient, mélangez du vinaigre blanc avec de l'eau (en parts égales) et nettoyez les ou vaporisez avec ce mélange.

Les laver sous le robinet avec de l'eau tiède et un peu de savon liquide ou de liquide vaisselle. On peut frotter un peu avec les doigts pour bien faire partir les traces de gras. Rincez et séchez avec un chiffon propre qui ne peluche pas, un mouchoir en coton ou même du papier toilettes, (attention, pas de sopalin car celui-ci produit à la longue de fines rayures sur les verres).

- Pour avoir les lunettes bien propres, utilisez de l'alcool à 90°.
- Vous pouvez également aller voir votre opticien. Celui-ci possède une machine spéciale à ultrasons qui nettoiera vos lunettes en profondeur.

Arrêter de perdre tout le temps ses lunettes

"Où sont mes lunettes ??" et c'est la dixième fois de la journée..., ça vous rappelle quelqu'un ? Vous ne savez jamais où vous avez posé vos lunettes? Rassurez-vous, c'est classique chez les presbytes qui n'utilisent leurs lunettes qu'occasionnellement.

Vous avez bien sûr la solution du cordon lunettes, le moyen le plus sûr de ne plus les égarer mais vous trouvez peut-être que ça fait un peu vieux...

Définissez une nouvelle habitude si possible ludique : dès que vous posez vos lunettes quelque part, pensez à une phrase qui vous fait sourire (et qui dédramatise) : par exemple dès que vous ôtez et posez vos lunettes, dites saperlipopette, ceci vous aidera à prendre conscience de votre geste et vous vous souviendrez beaucoup plus facilement de l'endroit où vous les avez posé !

Enlever les reflets sur les verres de lunettes

Pour que les verres de vos lunettes ne présentent plus de reflets, nettoyez-les délicatement avec un chiffon propre humidifié avec du vinaigre blanc. La vodka ou le gin sont également très efficaces.

Prévenir la buée sur les verres de lunettes

En prévention de la buée, passez un doigt sur une savonnette et passez-le très légèrement sur les deux faces de chaque verre. Essayez ensuite avec un chiffon propre. Ceci empêchera la buée de se déposer, au moins pendant quelques jours. Si la buée s'est installée, frottez les verres avec de l'alcool à 90°.

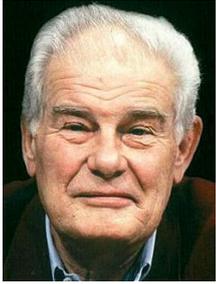
Empêcher les branches de lunettes de se dévisser

Déposez une petite goutte de vernis à ongle transparent sur la tête de la vis, celle-ci ne se desserrera plus et tiendra au moins le temps d'un petit réajustement chez votre opticien.



Ils sont nés en septembre...

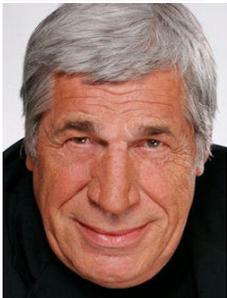
01 octobre : Jean Amadou



Jean Amadou est un humoriste, journaliste et écrivain français, né le 1^{er} octobre 1929 à Lons-le-Saunier (Jura) et mort le 23 octobre 2011 à Neuilly-sur-Seine (Hauts-de-Seine).

Chroniqueur radio, pamphlétaire, parfois acteur et de son propre aveu « cabot », il est également connu pour sa grande taille (1,93 m), occasion de jeux de mots pour les chansonniers des Deux-Ânes qui le qualifiaient de « Maître 93 ».

01 octobre : Jean-Pierre Castaldi



Jean-Pierre Castaldi, né le 1^{er} octobre 1944 à Grenoble, est un acteur et animateur de télévision français.

03 octobre : Louis Aragon



Louis Aragon est un poète, romancier et journaliste français, né probablement le 3 octobre 1897 à Paris, où il est mort le 24 décembre 1982.

03 octobre : Jean Lefebvre

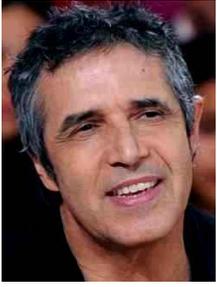


Jean Lefebvre, né le 3 octobre 1919 à Valenciennes, département du Nord, et mort le 9 juillet 2004 à Marrakech, au Maroc, est un acteur français.

Il est connu pour ses rôles comiques dans des films de Georges Lautner (particulièrement *Les Tontons flingueurs*), pour la série du *Gendarme* ou celle de *La Septième Compagnie*. Il a aussi tourné dans un bon nombre de comédies sans prétention, totalisant plus de cent vingt films.

Il fut également, sur les scènes parisiennes, la vedette de nombreuses pièces de boulevard.

04 octobre : Julien Clerc



Paul-Alain Leclerc, dit **Julien Clerc**, est un chanteur français né le 4 octobre 1947 à Paris 19^e.

05 octobre : Marie Lafôret



Marie Laforêt, née le 5 octobre 1939 à Soulac-sur-Mer (Gironde) et morte le 2 novembre 2019 à Genolier (Suisse), est une chanteuse, compositrice et actrice française, naturalisée suisse.

05 octobre : Sophie Favier



Sophie Favier, née le 5 octobre 1963 à Lyon (Rhône) sur le plateau de la Croix-Rousse, est une animatrice de la télévision française, qui a également été actrice et chanteuse.

06 octobre : Roland Garros



Roland Garros est un aviateur français, lieutenant pilote lors de la Première Guerre mondiale, né le 6 octobre 1888 à Saint-Denis de La Réunion et mort dans un combat aérien le 5 octobre 1918 à Saint-Morel (Ardennes). Il a reçu son brevet de pilotage à l'aérodrome de Cholet en Maine-et-Loire.

Sa célébrité est d'abord venue de ses exploits sportifs en avion, et surtout de la toute première traversée de la mer Méditerranée, qu'il effectue le 23 septembre 1913 à bord d'un monoplane.

Aujourd'hui, son nom reste associé au tournoi des Internationaux de France de tennis, car il se déroule dans le stade qui porte son nom depuis sa construction en 1928.

09 octobre : France Gall



France Gall, nom de scène d'**Isabelle Geneviève Marie Anne Gall**, née le 9 octobre 1947 dans le 12^e arrondissement de Paris, et décédée le 7 janvier 2018 à Neuilly-sur-Seine (Hauts-de-Seine), est une chanteuse française.

13 octobre : Nana Mouskouri



Nana Mouskouri, née Ioáanna Moúskhouri le 13 octobre 1934 à La Canée (Crète), est une chanteuse et femme politique grecque

13 octobre : Christophe



Christophe, nom de scène de **Daniel Bevilacqua**, né le 13 octobre 1945 à Juvisy-sur-Orge et mort le 16 avril 2020 à Brest, est un auteur-compositeur, chanteur et occasionnellement comédien français.

16 octobre : Pascal Sevran



Jean-Claude Jouhaud, dit **Pascal Sevran**, est un animateur, producteur de télévision, parolier, chanteur et écrivain français, né le 16 octobre 1945 à Paris 12^e et mort le 9 mai 2008 à l'hôpital du Cluzeau à Limoges.

17 octobre : Sœur Sourire



Sœur Sourire, nom de scène de Jeanne-Paule Marie Deckers (dite Jeanine), en religion sœur Luc-Gabriel, est une religieuse et chanteuse belge née le 17 octobre 1933 à Bruxelles et morte à Wavre le 29 mars 1985.

18 octobre : Sylvie Joly



Sylvie Joly, née le 28 octobre 1934 à Paris 17^e et morte le 4 septembre 2015 à Paris 7^e, est une actrice et humoriste française.

18 octobre : Jacques Higelin



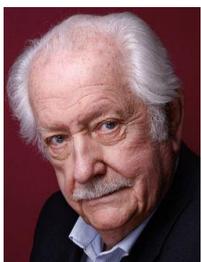
Jacques Higelin est un auteur-compositeur-interprète et comédien français, né le 18 octobre 1940 à Brou-sur-Chantereine (Seine-et-Marne) et mort le 6 avril 2018 à Nogent-sur-Marne (Val-de-Marne).

19 octobre : Thierry Beccaro



Thierry Beccaro, né le 19 octobre 1956 à Saint-Mandé, est un acteur et animateur audiovisuel français. Il est principalement connu du grand public comme présentateur du jeu télévisé *Motus* sur France 2 de 1990 à 2019.

21 octobre : Pierre Bellemare



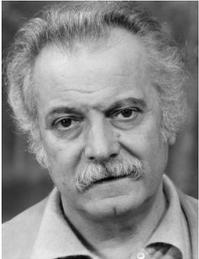
Pierre Bellemare, né le 21 octobre 1929 à Boulogne-Billancourt (Seine, aujourd'hui Hauts-de-Seine) et mort le 26 mai 2018 à Suresnes (Hauts-de-Seine), est un écrivain, homme de radio, chanteur, conteur, animateur et producteur de télévision français.

22 octobre : Catherine Deneuve



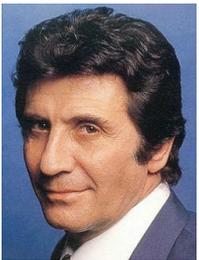
Catherine Dorléac, dite **Catherine Deneuve**, est une actrice française née le 22 octobre 1943 à Paris.

22 octobre : Georges Brassens



Georges Brassens (prononcé : [ʒɔʁʒ(ə) bʁasɛs]), né le 22 octobre 1921 à Sète (Hérault) et mort le 29 octobre 1981 à Saint-Gély-du-Fesc (Hérault), est un auteur-compositeur-interprète français.

24 octobre : Gilbert Bécaud



Gilbert Bécaud, né **François Silly** le 24 octobre 1927 à Toulon et mort le 18 décembre 2001 à Boulogne-Billancourt, est un chanteur, compositeur et pianiste français.

25 octobre : Annie Girardot



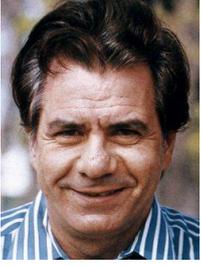
Annie Girardot est une actrice et comédienne française, née le 25 octobre 1931 à Paris 10^e où elle est morte le 28 février 2011.

26 octobre : François Mitterrand



François Mitterrand, né le 26 octobre 1916 à Jarnac (Charente) et mort le 8 janvier 1996 à Paris, est un homme d'État français, président de la République du 21 mai 1981 au 17 mai 1995.

27 octobre : Michel Galabru



Michel Galabru, né le 27 octobre 1922 à Safi (protectorat français du Maroc) et mort le 4 janvier 2016 à Paris 18^e, est un acteur français. Il a également été metteur en scène et directeur du théâtre Montmartre-Galabru et du théâtre de Dix Heures.

28 octobre : Coluche



Michel Colucci, dit **Coluche**, est un humoriste et comédien français, né le 28 octobre 1944 à Paris 14^e et mort le 19 juin 1986 à Opio (Alpes-Maritimes).

29 octobre : Bernadette Lafont



Bernadette Lafont, née le 28 octobre 1938 à Nîmes et morte dans la même ville le 25 juillet 2013, est une actrice française.

30 octobre : Vincent Lagaf'



Vincent Rouil, dit **Vincent Lagaf'**, ou simplement **Lagaf'** lors de ses premières émissions (parfois écrit sans apostrophe), né le 30 octobre 1959 à Mont-Saint-Aignan (Seine-Maritime), est un humoriste, chanteur, comédien et animateur de télévision français.

Les recettes du chef Sébastien...

Gâteau aux carottes

Ingrédients :

- 330 g de carottes
- 165 g de sucre
- 100 g de poudre d'amande
- 260 g de farine
- 20 g de levure chimique
- 2 cuillères à café de cannelle
- 3 œufs
- 165 g de beurre fondu



ÉTAPE 1



Fouettez les œufs et le sucre.

ÉTAPE 2.



Ajoutez le beurre et la farine.

ÉTAPE 3



Ajoutez la levure, la cannelle et les carottes râpées, mélangez.

ÉTAPE 4

Enfournez 45 minutes à 160°C.

Et bon appétit !

Jeux du mois

Mots cachés :

Nom _____ Date _____

Complète la grille à l'aide des illustrations.

feuille de papier
livre
institutrice
école
ciseaux

colle
gomme
bureau
cartable
salle de classe

crayon
élève
tableau
règle
crayon gras

15

3

7

4

6

8

1

13

10

5

9

12

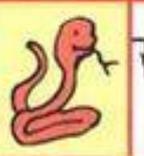
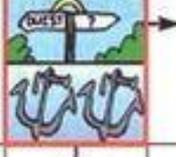
14

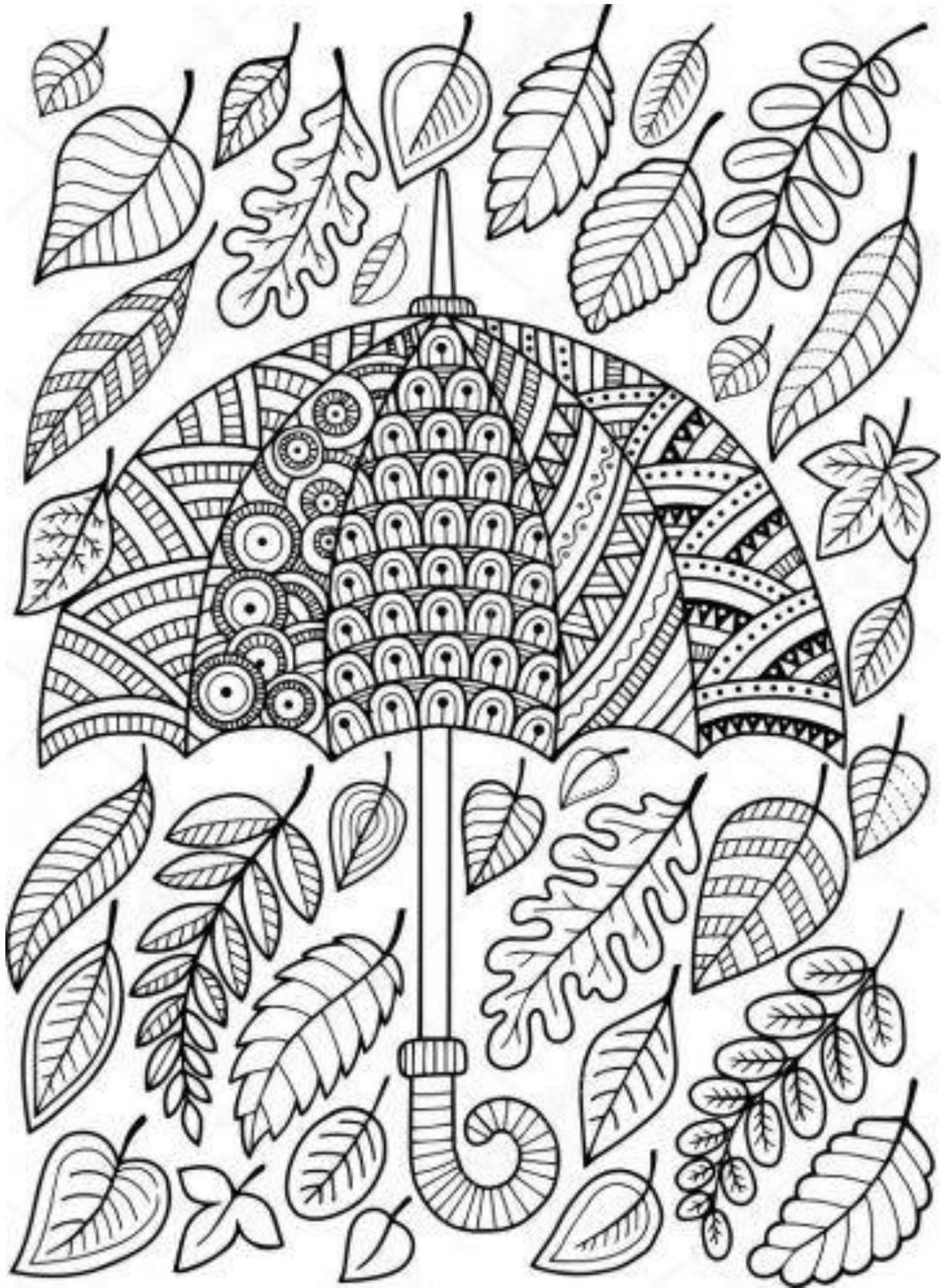
2

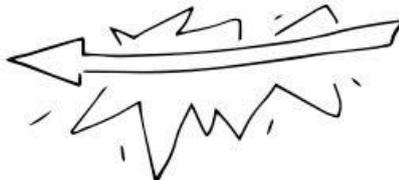
11

©2007 abcteach.com

Mots fléchés

	C	D'UNE SEULE COULEUR 		ENLEVER SAINT EN ABRÉGÉ		
						
PRONOM INDÉFINI 		PLAN POUR S'ORIENTER LE À L'ENVERS				
			CONSONNES DE NAPPE PION SANS LE P	MANCHE À GAGNER AU TENNIS		
 			C	OBJETS POUR TRACER DES LIGNES		
			DÉCORER 			
PETITE GRENOUILLE VERTE				T		
	PRONOM PERSONNEL 				VIDE SANS LE V	G
G						
				LIRE AU PASSÉ (A)		
DANS CE LIEU						
			PERSUA-DÉES			



Ne regardez pas 
en arrière avec
 **COLÈRE**

ni devant avec
CRAINTE 

mais
autour de vous
avec **CONSCIENCE.**


(James Thurber)