



Retrouvez-nous sur le site internet

en cliquant [ICI](#)

L'ECHO DES GIHP'TIENS

EDITO DE L'HIVER 2021

Amis lectrices et lecteurs,

Nous espérons que vous avez passé de bonnes fêtes de fin d'année et que 2022 concrétisera vos vœux les plus fous !

Nous vous rappelons que vous êtes invités à venir nous rejoindre lors de notre réunion qui a **lieu tous les 1ers mardis du mois**, afin d'échanger sur vos idées et vos opinions.

Il vous suffit juste de vous inscrire auprès de Florence, soit pour venir au GIHP, ou bien pour avoir un lien et être en visio. N'hésitez pas !

Bonne lecture,

Bel hiver cocooning !

Votre avis nous intéresse

Ce journal est le partage de vos idées, vos témoignages, expériences avec le GIHP PC. N'hésitez pas à nous en faire part en cliquant ci-dessous pour répondre au sondage :

[Que pensez-vous de l'ECHO DES GIHP'TIENS ?](#)

On compte sur vous !

AU SOMMAIRE DE CE NUMERO

PAROLES D'ADHERENTS

ACTIVITES ET SORTIES

RECETTE GOURMANDE

MOTS CROISES ET SOLUTIONS
DU NUMERO PRECEDENT

COIN DES LECTEURS

CALENDRIER DES ANNIVERSAIRES

PAROLES D'ADHÉRENTS

Je suis adhérente depuis le mois de septembre 2021. J'exprime ma créativité à l'atelier peinture du mardi et guidée par les doux conseils de Maryse et cela en musique.

Je réapprends à nager à mon rythme et selon mes possibilités le samedi matin avec Fabrice. J'apprécie beaucoup la demi-heure dans l'espace détente à la fin.

J'ai adoré bouger en musique le jeudi après-midi avec Dany. J'ai été une reine au moyen-âge et un chef d'orchestre. J'ai valsé et voyagé en orient.

Tout cela parsemé de sourires, blagues et convivialité.

Christine L.

NOS ACTIVITES

MOUVEMENT EN MUSIQUE

Salle de danse au complexe sportif de Bellejouane.

Je pars sur un thème musical et les participants s'embarquent dans l'histoire de la musique alliant corps et mouvement.



Chacun s'approprie le son de la musique et son imagination.

Dany B.

JEUX

Des jeux pour Tous, dans une ambiance conviviale, nous jouons régulièrement à des nouveaux jeux divers et variés prêtés par la ludothèque de Poitiers.



Que ce soit des jeux de stratégie, réflexion, mémoire, rapidité... Tout est possible et chacun s'adapte au groupe présent, et selon ses envies

du jour J.



TOUS A CHEVAL

Marcelle et Nicolas, nous font part de leurs témoignages :

En 2 mots, journée géniale pour mon cas j'avais une appréhension avec les chevaux.

Je suis prête à recommencer nous avons un cheval fantastique. Merci à vous, à l'animatrice et au cheval !



Pour Nicolas,

Journée à rééditer. Il est tombé amoureux de Doudou donc prêt à revenir pour une nouvelle journée.

Merci à vous tous.

Marcelle et Nicolas



Une vidéo de l'après-midi du 20/12 a été réalisée.

Vous pouvez la consulter en cliquant [ICI](#).



Visite de la maison de l'ACADIE (18/10/21)

La maison de l'Acadie est un musée qui peut se visiter toute l'année et se situe commune de LA CHAUSSÉE près de LOUDUN.

**Drapeau
Acadien**



Notre groupe a été accueilli par deux personnes passionnées qui ont su nous captiver en nous contant l'histoire d'un peuple qui au XVIIème siècle a quitté les terres poitevines pour aller s'installer en Acadie, au Québec ou en Louisiane.



Un retour dans le passé facilité par le décor intérieur de la maison reconstitué comme à l'époque. Alors, si vous êtes amateur d'Histoire avec un grand H, ou bien à la recherche de vos ancêtres, n'hésitez pas à aller découvrir ce lieu atypique.



Visite de la boulangerie « Les Cigales » (27/11/21)

Lors de la visite de la boulangerie "Les Cigales" à Vouillé, nous avons partagé quelques instants du quotidien des boulangers :

Laminage
des
croissants,
façonnage
des
baguettes,
élaboration
des pains
aux raisins



et des pains au chocolat, moulage des figurines de Noël en chocolat et des gourmandises qui rempliront les calendriers de l'Avent et les ballotins des fêtes de fin d'année.

Nos pupilles ont été sollicitées et nos papilles ravies de la dégustation qui a suivi ces démonstrations de Savoir Faire.



Pour clôturer cet après-midi, un tour à la boutique pour acheter quelques souvenirs gourmands hélas éphémères !
Si vous passez par Vouillé, n'hésitez pas à vous faire plaisir, allez à la Boulangerie "les Cigales ».



GOUTER DE NOEL DES ADHERENTS

(18/12/21)

Les bénévoles et adhérents du GIHP PC étaient réunis pour un goûter de Noël et un après-midi festif animé par **le groupe de musiciens DECI-DELA**.

Nous avons tous été charmé par la voix envoûtante de la chanteuse et avons volontiers repris les refrains afin de nous réchauffer le cœur. Chacun est reparti chez lui avec des mélodies dans la tête et un ballotin de friandises pour Noël.

[Regarder la vidéo en cliquant ICI](#)



MARCHE DE NOEL A TOURS (15/12/21)

En partenariat avec l'association L&M Evasion nous sommes 6 adhérents à participer à cette sortie. Accompagnés par deux salariés de L&M Evasion nous avons pu découvrir la ville de TOURS et ses différents lieux de ses marchés de Noël ainsi que la cathédrale accessible aux personnes en situation d'handicap. Ce fut une agréable journée.



Malgré le froid, nous avons agrémentés cette sortie en partageant un excellent repas de midi au Bistrot le Régent où l'accueil a été professionnel et chaleureux.



RECETTE GOURMANDE DE PATRICK

LE FLAN PATISSIER

Pour 8 à 10 personnes

- 100g de poudre à flan
- 200g de sucre en poudre
- 2 œufs
- 1 L de lait
- Pâte feuilletée (facultatif)

Mélanger les ingrédients et faire bouillir pendant 2 à 3 minutes.

Etaler la pâte feuilletée dans un moule à tarte ou moule à manqué (5cm de hauteur) et y verser la préparation.

Mettre au four à 240 degrés pendant 30mn.

Le dessus du flan doit être brun.



JEUX

A chaque saison, Philippe B. propose une grille de mots croisés issue de son imagination !

Vous aussi, envoyez-nous vos Jeux !

Solution du numéro précédent 

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	C	L	E	O		S	K	I	S	
2	L	O	U	P	E			L	U	E
3	E	T			P	L	U		S	T
4	F		P	L	I	E	N	T		R
5		P	I		S	C		I	C	I
6	N	E	V	R	O	T	I	Q	U	E
7	F	R	O	I	D	E		U		R
8		C	I	R	E	U	S	E	S	
9		E	N	A		R	A	S	E	R
10	O	S	E	S		S			L	A

Grille de l'Hiver 

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	HORIZONTAL	VERTICAL
1											1 - Période historique. Note.	A - Rigoler. Plusieurs années.
2											2 - Bloque aux pieds. Elimine.	B - Retransmis.
3											3 - Moment attendu des enfants.	C - Besace. Note. Amas.
4											4 - Personnel. Abrégé d'éducation civique. Symbole de l'astate.	D - Réalisa. Dernier soupier.
5											5 - Rendit relatif.	E - Déesse. Adverbe.
6											6 - Prénom féminin. Brame.	F - Roue à gorge. Victoire impériale.
7											7 - Retira à nouveau.	G - Maladie.
8											8 - Alla en justice. Personnel.	H - Gamin parisien. Boucliers.
9											9 - Galère royale. Fit semblant.	I - Couple. Biens ou mal considérés.
10											10 - Parfum de fleurs.	J - Chevalier tout chamboulé. Postures de yoga.
Solution au prochain numéro												

LE COIN DES LECTEURS

Voici la saison du chocolat chaud, au calme dans son salon ou au coin de la cheminée pour les plus chanceux avec un bon livre.

Je vous propose un thriller psychologique époustouflant, « Si j'étais toi » de Amber Garza.

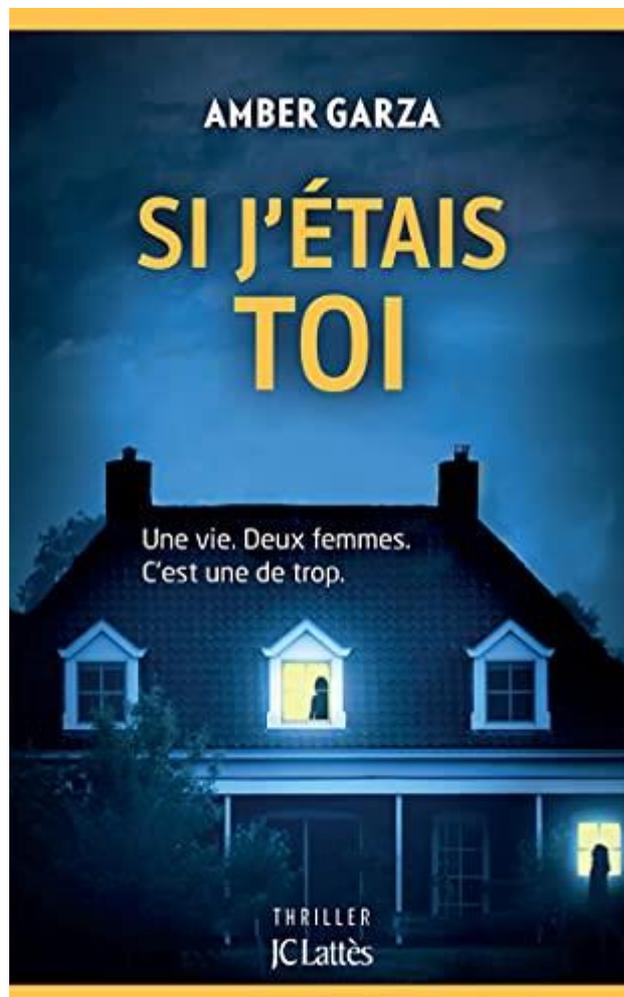
C'est l'histoire de Kelly Médina qui découvre un jour par hasard qu'une femme porte le même nom qu'elle.

A partir de là elle n'a qu'une idée découvrir qui est cette femme. Comme elle s'ennuie depuis que son fils est parti à l'université cette recherche va virer à l'obsession surtout lorsqu'elle comprend que l'autre Kelly est une jeune mère célibataire. Elle va tout faire pour devenir son amie. Cette relation dévorante va devenir toxique. Et si Kelly était en réalité en danger ?

Il est impossible de lâcher le livre tellement on est pris dans l'engrenage de cette histoire machiavélique entre faux semblants, rebondissements et retournements de situation. L'intrigue est addictive et bien maîtrisée. Les chapitres s'enchaînent sans le moindre répit alimentant un récit sans temps mort.

L'auteur nous entraîne dans une atmosphère anxiogène qui nous maintient en haleine jusqu'au final... bluffant. J'espère que comme moi vous allez adorer ce livre.

Bonne lecture à tous.



DES ADHERENTS SOUFFLERONT LEURS BOUGIES DURANT L'HIVER...

Nous leur souhaitons un **JOYEUX ANNIVERSAIRE !**

Prénom	Anniversaire	Prénom	Anniversaire
Sophie	10 janvier	Floriane	14 février
Lydia	17 janvier	Danièle	20 février
Michèle	19 janvier	Fabrice	21 février
Alain	20 janvier	Annabelle	16 mars
Bernard	22 janvier	Philippe B.	18 mars
Michel	27 janvier	Francine	19 mars
Céline	29 janvier	Patrick	26 mars
Angélique	4 février	Véronique	31 mars
Mado	8 février		

Un grand merci à tous les bénévoles pour la rédaction de ce journal !

Rejoignez-nous pour nous soumettre vos idées pour la rédaction des prochains numéros !