

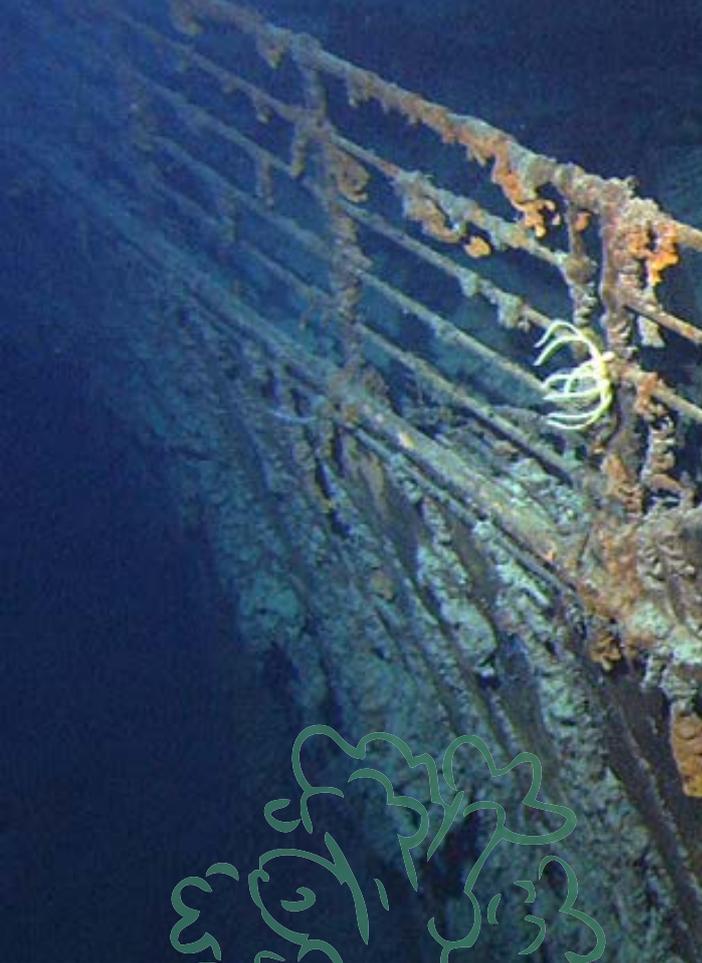


Fondation
Maison des Champs
de Saint François d'Assise

Reconnue d'utilité publique depuis 1932

LIVRET D'ACTIVITES

SEPTEMBRE 2020



1ER SEPTEMBRE 1985

L'épave du Titanic est retrouvée à quelques kilomètres du lieu du naufrage, à 3821 mètres de profondeur. Cette découverte par Robert Duane Ballard permettra de répondre à une partie des interrogations posées depuis le drame du 15 avril 1912.

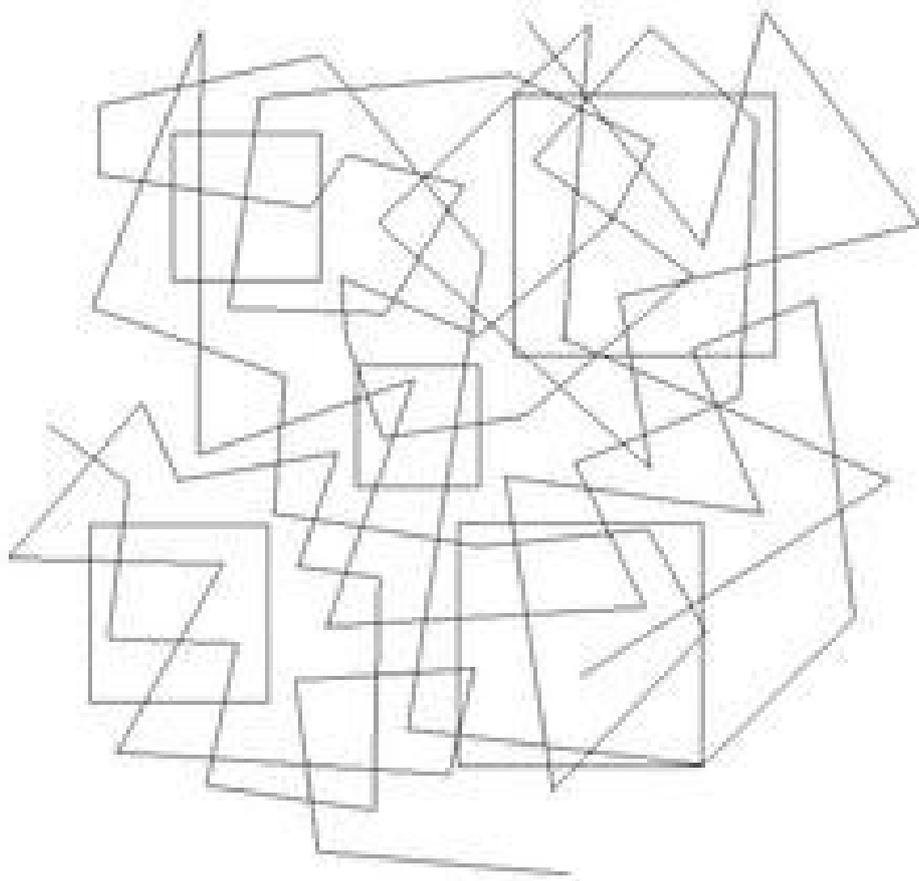


Fondation
Maison des Champs

MARDI 1ER SEPTEMBRE 2020 - St Gilles

Thème du jour : l'attention/la concentration

Consigne : trouvez 5 carrés cachés et tracez-les avec un crayon de couleur



Thème du jour : cuisine
La tarte à la rhubarbe

Ingrédients



1 pâte brisée



500 g de rhubarbe



2 oeufs



20 cl de crème fraîche



75 g de sucre



1 cuillère à café de
cannelle (facultatif)

Ustensiles :

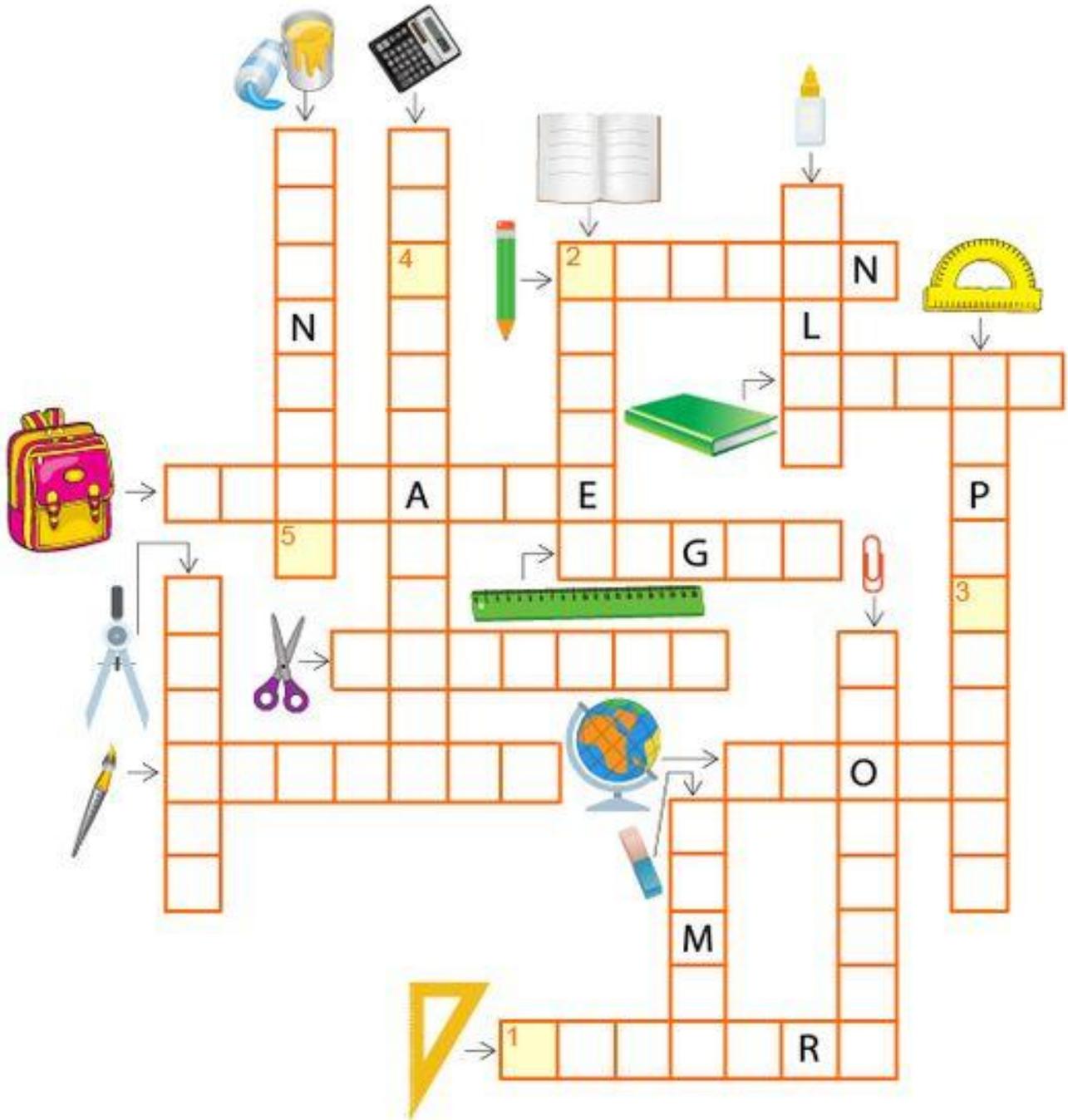
- Un moule à tarte
- un saladier

Etapes :

- 1** Préchauffer votre four à 200°C (thermostat 6-7).
Laver les bâtons de rhubarbe. Déroulez la pâte brisée dans le moule et piquer le fond à l'aide d'une fourchette.
- 2** Couper la rhubarbe (sans la peler) en petits cubes et l'étaler sur la pâte.
- 3** Mélanger ensemble les 2 oeufs, le sucre et la crème + la cannelle (facultatif). Répartir le mélange sur la rhubarbe.
- 4** Enfourez environ 30 minutes.



Thème du jour : langage



Mot mystère :

1	2	3	4	5

Thème du jour : raisonnement

Consigne : Donnez le résultat de ces calculs écrits

Astuce : si c'est difficile, n'hésitez pas à écrire le calcul en chiffre !

Onze moins quatre égal ...

Cinq plus trois égal ...

Deux fois deux égal ...

Dix plus cinq égal ...

Cent moins sept égal ...

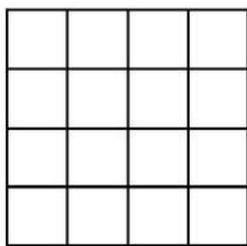
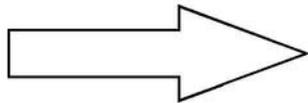
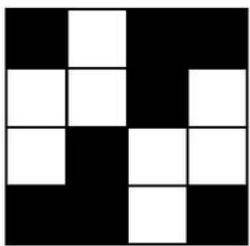
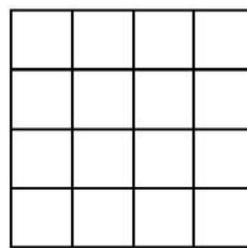
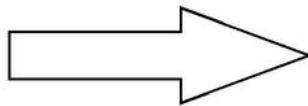
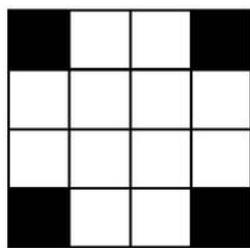
Quatre-vingt un moins un égal ...

Trois plus un plus deux égal ...



Thème du jour : organisation spatiale

Consigne : Noircissez les cases comme sur le modèle



La fin de l'été approche mais il fait encore chaud ! Un peu de prévention ...



CANICULE, FORTES CHALEURS
ADOPTÉZ LES BONS RÉFLEXES



Mouiller son corps et se ventiler



Manger en quantité suffisante



Maintenir sa maison au frais : fermer les volets le jour



Ne pas boire d'alcool



Donner et prendre des nouvelles de ses proches



Éviter les efforts physiques

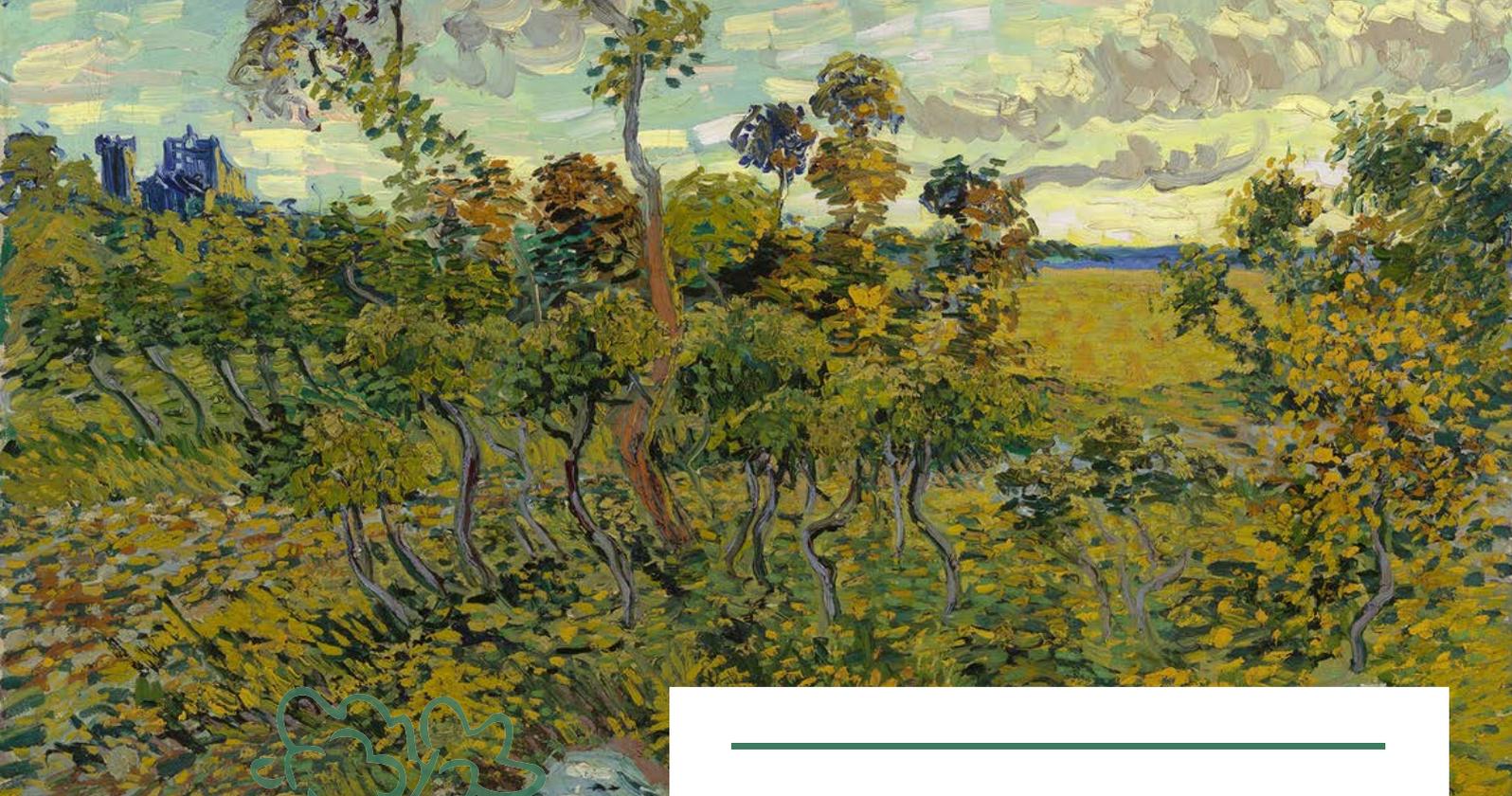


BOIRE RÉGULIÈREMENT DE L'EAU

EN CAS DE MALAISE, APPELER LE 15

Pour plus d'informations : **0 800 06 66 66** (appel gratuit depuis un poste fixe)
www.sante.gouv.fr/canicule • www.meteo.fr





7 SEPTEMBRE 2013

*Depuis 1928, aucune oeuvre
de Vincent van Gogh
n'avait été découverte, c'est
désormais chose faite avec
l'authentification par le
musée van Gogh du tableau
Coucher de soleil à
Montmajour. Il sera
présenté à la presse le
lendemain, 8 septembre*

2013.



Fondation
Maison des Champs

Thème du jour : la mémoire

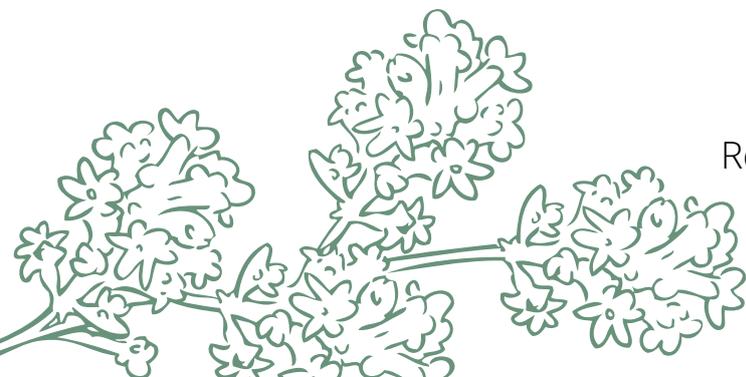
Consigne : Lisez attentivement le texte ci dessous puis cachez-le, puis répondez aux questions

"Sylvain Etiré et Guy Landneuf, tous deux reporters à Mardi-Huit-heures, le grand hebdomadaire parisien illustré, finissaient silencieusement leurs godets. Sylvain et Guy travaillaient en équipe, ils étaient amis intimes et s'aimaient comme deux frères. [...] Cette affection mutuelle se doublait d'une estime réciproque et chacun, de son côté, ne savait que faire pour être agréable à l'autre. Et comme ils ne savaient que faire, ils ne faisaient rien."

Question :

1. Quels sont les prénoms des deux personnages ?
2. Quelle profession exercent-ils ?
3. Où travaillent-ils ?
4. Quel lien unit les deux personnages?

Réponses : 1. Sylvain et Guy 2. reporters 3. au Mardi-Huit-heures 4. ils sont amis



MARDI 8 SEPTEMBRE 2020 - Nativité N.-D

Thème du jour : l'attention/la concentration

Consigne : Notez le nombre de glace de chaque parfum dans chaque colonne, comme le montre l'exemple...

Attention aux pièges !

					
	2				
	4				
	2				
	0				



Thème du jour : travail de l'équilibre



En appui sur un dossier de chaise ou sur une table :

déplacer le poids du corps sur la jambe droite puis décollez le pied gauche du sol. Tentez de rester dans cette position 10 secondes.

Changez de jambe.

Lorsque vous vous en sentez capable, lâchez les mains du support d'appui

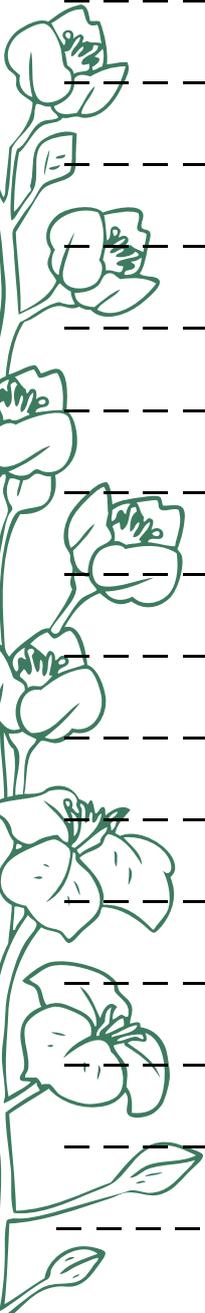


Avec l'aide d'une personne ou le long d'un mur :

Marchez en ligne droite en déposant le talon du pied droit devant les orteils du pied gauche puis ainsi de suite.

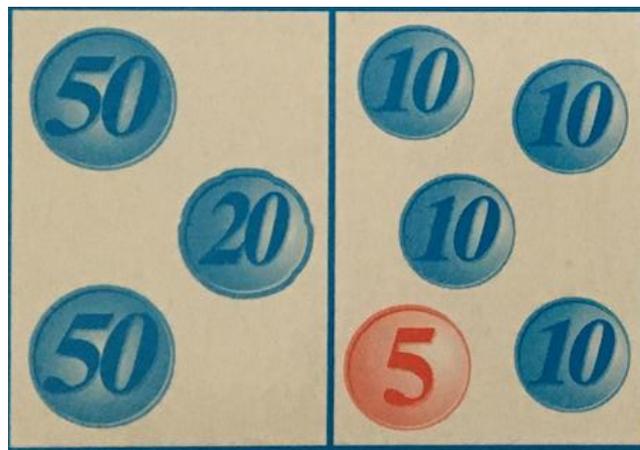
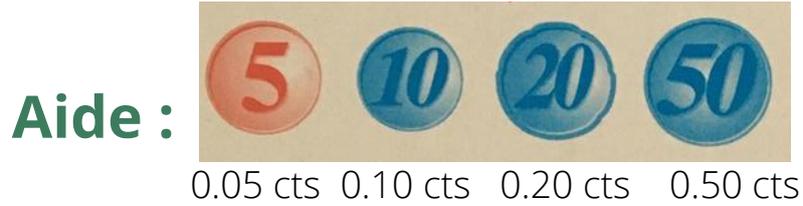
Thème du jour : langage

Consigne : Ecrivez un moment fort et heureux de votre vie. Transmettez-le nous si le cœur vous en dit !



Thème du jour : raisonnement et calcul

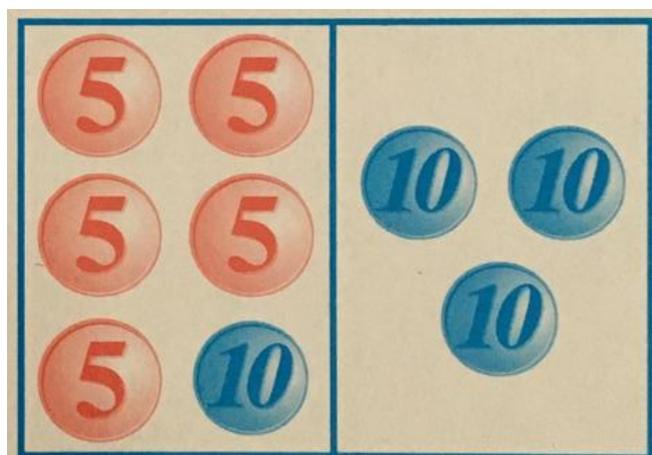
Consigne : Quelle est la case qui a la plus grande valeur ?



1.

2.

Réponse : case 1



1.

2.

Réponse : case 1



Thème du jour : repérage temporelle

Consigne : Notez en quel mois se déroule ces événements :



1. _____

2. _____



3. _____

4. _____





7 astuces simples pour mieux s'endormir le soir :

1. Buvez du thé

Boire du thé peut vous aider à vous relaxer avant d'aller vous coucher

2. Lisez un livre

Apaisez votre esprit en lisant un livre

3. Mangez un morceau

Le miel, les noix et les produits laitiers contiennent des nutriments favorisant l'endormissement

4. Etirez-vous

Les étirements soulagent les douleurs, vous apaisent et vous aident à vous endormir

5. Cachez toutes les lumières

Les objets électroniques, les lumières de la rue, les réveils etc. toutes ces petites lumières peuvent vous empêcher de vous endormir. Masquez toutes ces sources de pollution lumineuse.

6. Prenez une douche chaude

Cela détend vos muscles

7. Diner plus tôt

Se coucher avec l'estomac plein peut rendre la position allongée inconfortable. Diner léger et plus tôt.



16 SEPTEMBRE 1908

*Fondation de la
compagnie General
Motors par William
Crapo Durant,
constructeur automobile
de Détroit dans le
Michigan, aux Etats-
Unis d'Amérique. Le
constructeur deviendra le
plus grand constructeur
automobile au monde
entre 1931 et 2005.*



Fondation
Maison des Champs

Thème du jour : la mémoire

Consigne : Voici des affiches de films, lesquels ?



1. _____



2. _____



3. _____



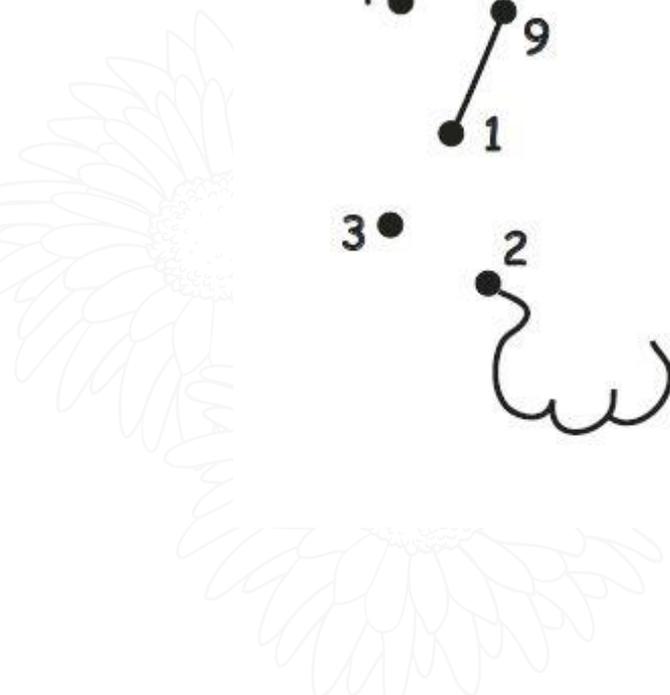
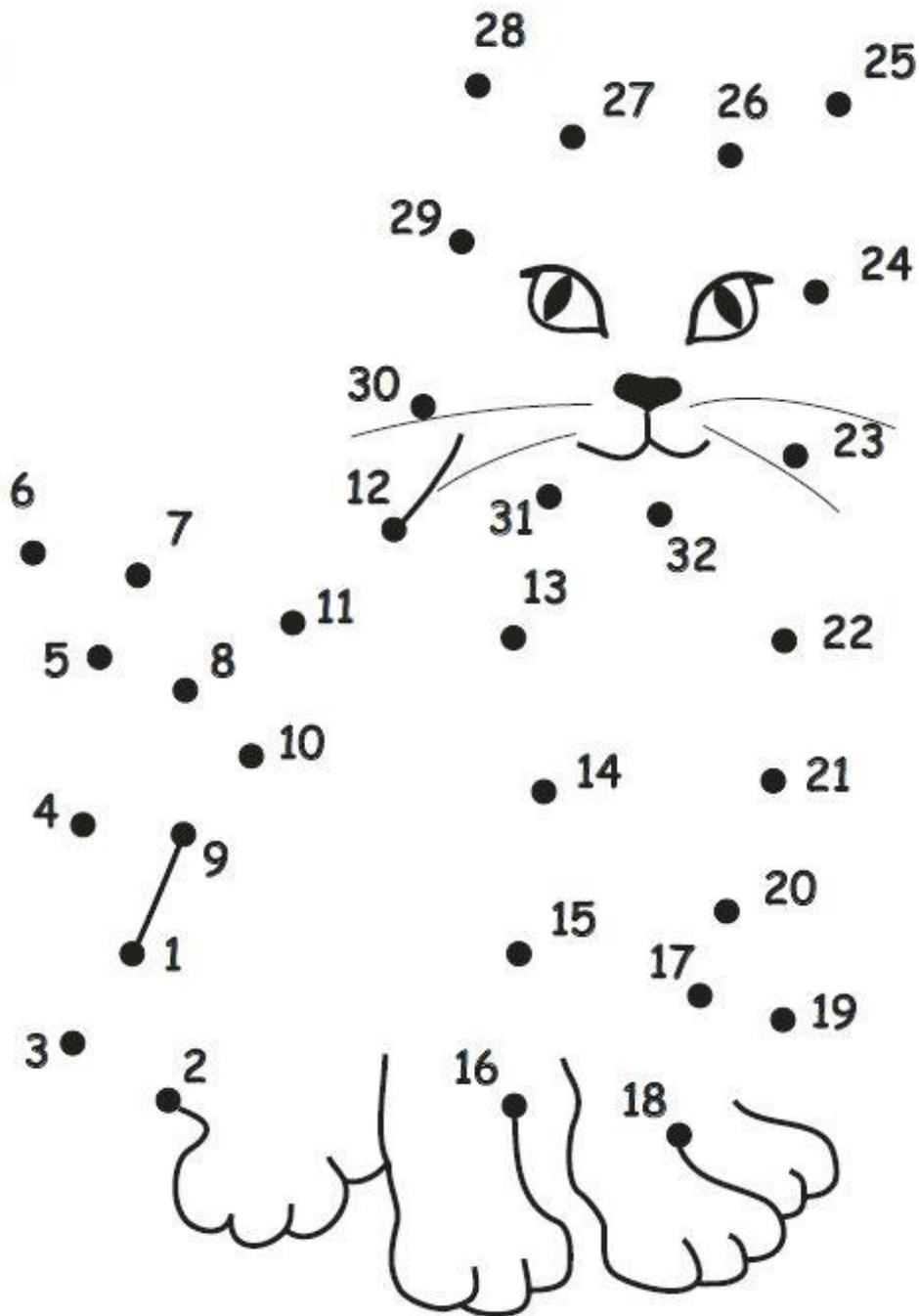
4. _____

Réponses : 1. fanfan la tulipe 2. jeux interdits 3. touchez pas au Grisbi 4. Et Dieu créa la femme



Thème du jour : l'attention

Consigne : Reliez les points de 1 à 32



Thème du jour : étirements



Assis, dos bien droit.
Entrelacez vos doigts (1),
retournez vos paumes (2),
tendez les bras devant vous (3) puis
poussez le plus loin possible devant, tête
baissée et relâchée (4).

**!/ \ faites-le doucement, ça ne doit être
douloureux.**

Thème du jour :

langage écrit

- 3 choses que vous trouvez agaçantes :

- 3 traits de caractère qui vous définissent :

- 3 aliments que vous n'aimez pas manger :

- 3 pays que vous aimeriez visiter :

3 choses inutiles :

3 villes en France où vous auriez aimé habiter :

- 3 choses silencieuses :

- 3 choses ennuyeuses :

- 3 choses que vous regrettez :

- 3 choses qui vous rendent heureux :

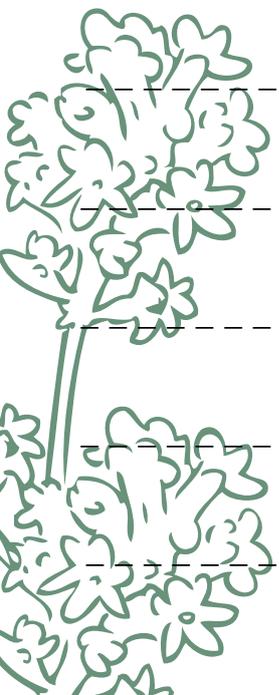
- 3 musiciens célèbres :

- 3 choses dont l'odeur est agréable :

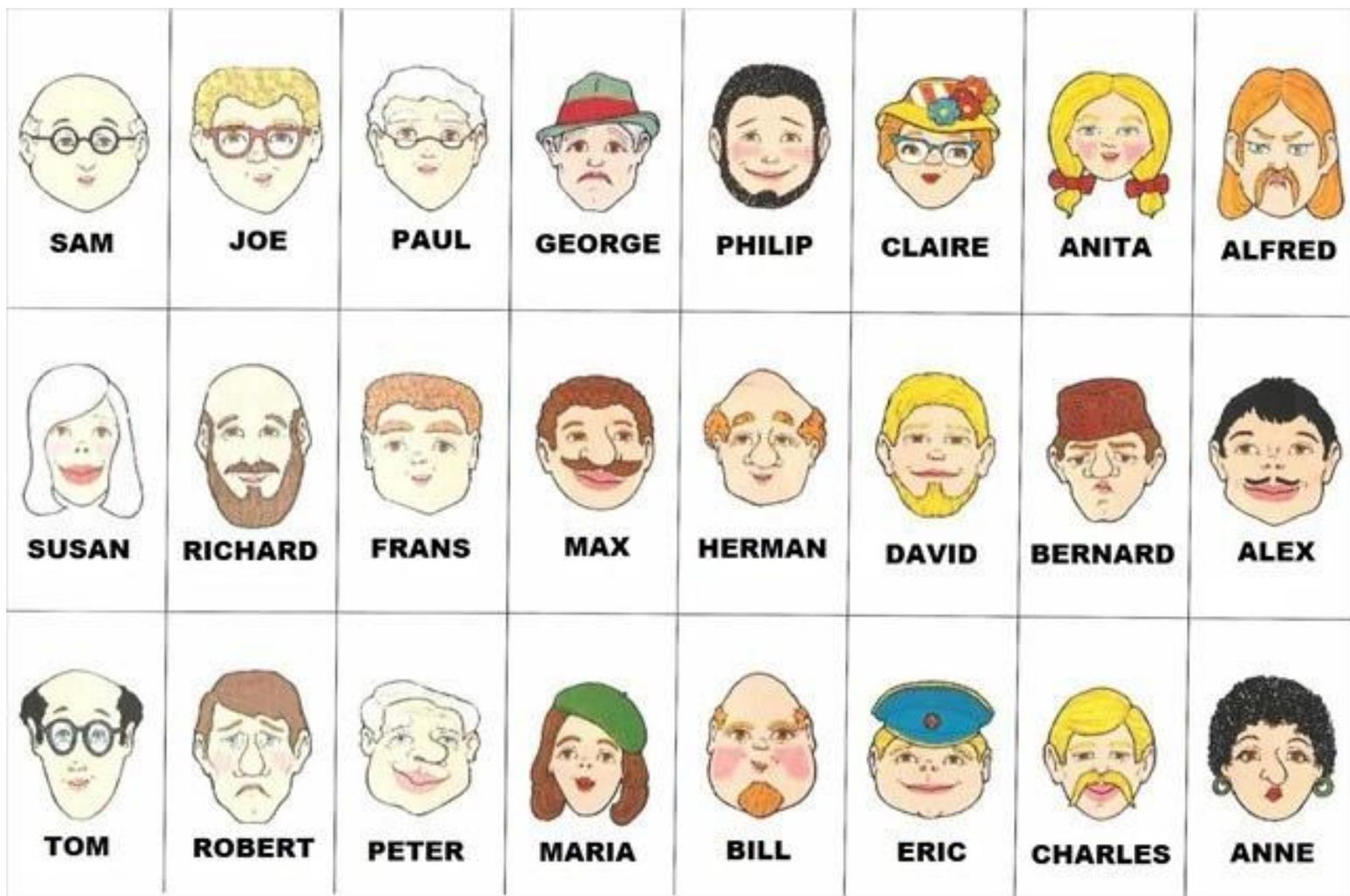
- 3 noms de journaux français :

- 3 métiers qui sont risqués :

- 3 choses ou personnes que vous trouvez drôles :



Thème du jour : raisonnement



Consigne : Trouvez la personne que l'on cherche en fonction des indications suivantes (Astuce : éliminez en barrant au fur et à mesure des indications).

- nous cherchons un homme
- il ne porte pas de lunette
- il a une moustache
- Il semble mécontent
- Il est roux



Thème du jour : organisation temporelle/planification

Consigne : pouvez-vous remplir le calendrier selon les informations ci-dessous :

- rendez-vous chez le docteur DUPONT vendredi 14 à 17h30
 - Jour de marché le mercredi et jeudi place du Tertre
 - Penser à acheter des oranges au marché
 - Aller chercher Murielle à la gare du Nord lundi à 10h30
 - Rendez-vous chez le dentiste le Mardi 11 à 14h30
 - Gymnastique douce tous les jeudis matins

LUNDI 10

MARDI 11

MERCREDI 12

JEUDI 13

VENDREDI 14

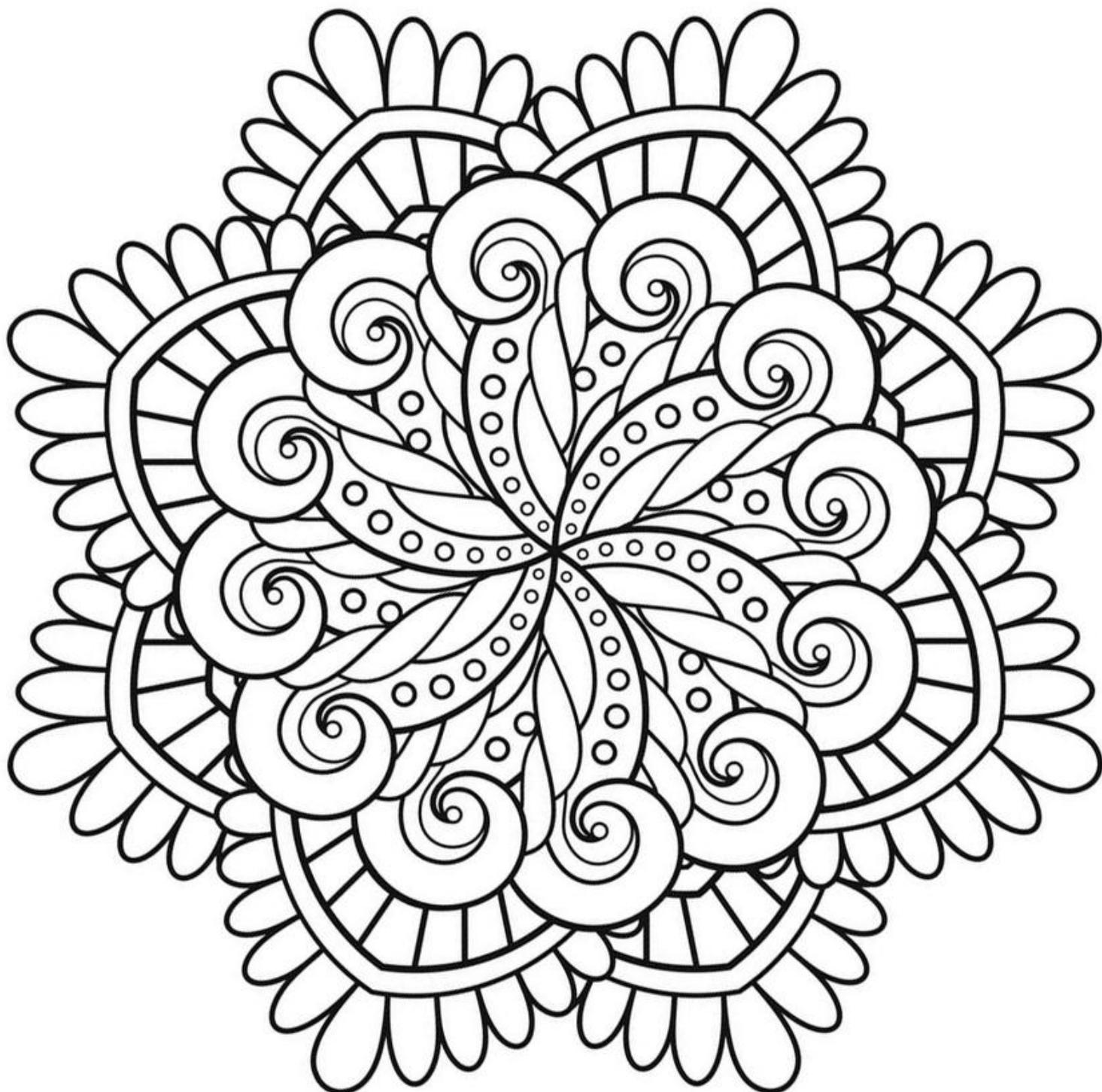
SAMEDI 15

DIMANCHE 16



DETENTE !

Prenez plaisir à colorier ce mandala en toute sérénité...





21 SEPTEMBRE 1961

*A seulement 18 ans,
Johnny Hallyday fait
salle comble pour
son premier concert
à l'Olympia.*



Thème du jour : la mémoire



Connaissez-vous bien Paris ?

1- connaissez-vous le nom du fleuve qui traverse la capitale ?



2. Combien de célèbres monuments Parisien pouvez-vous citer ?

3. Quel surnom donne-t-on à la ville de Paris ?

a. La ville dorée b. la ville lumière c. la ville éternelle

4. Combien y-a-t'il d'arrondissement ?

5. Comment se nommait Paris à la période Romaine ?

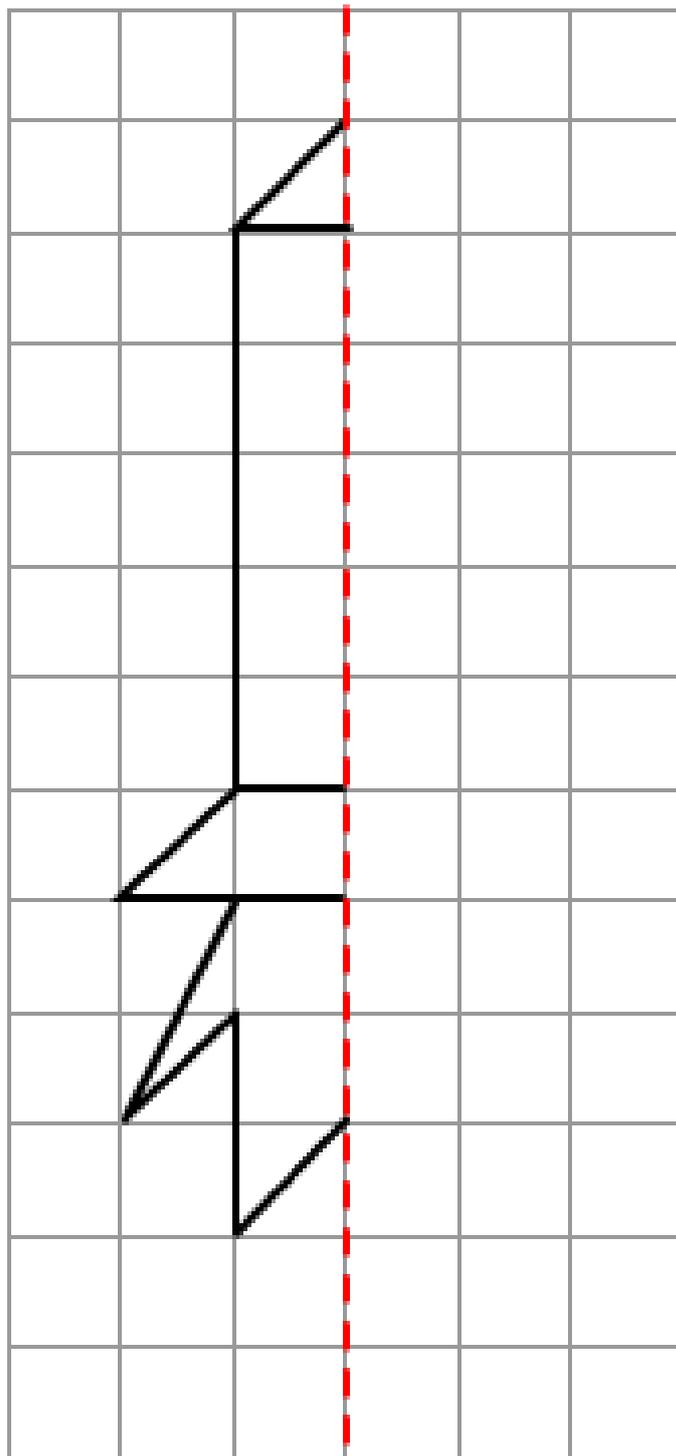
a. Iugdunum b. Massilia c. Lutèce



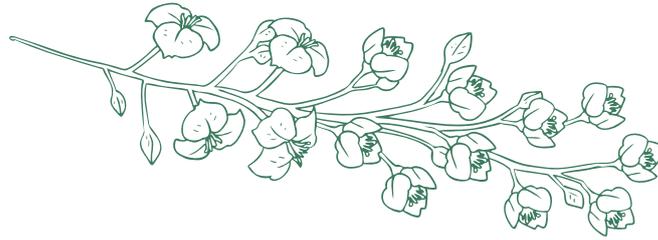
Réponses : 1. la Seine / 2. la tour Eiffel, le sacré cœur, l'arc de triomphe etc. / 3. la ville lumière / 4. 20 arrondissements / 5. Lutèce

Thème du jour : organisation spatiale

Consigne : Reproduisez de manière symétrique le dessin ci-dessous :



Thème du jour : exercices de coordination



En position assise : Levez simultanément le bras gauche de côté en levant le genou droit. Relâchez. Levez simultanément le bras droit de côté en levant le genou gauche. Alternez ces deux mouvements.



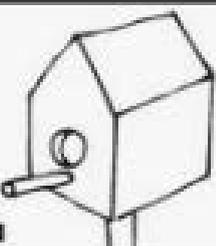
En position assise : Placez les mains sur les cuisses, une paume vers le haut et une paume vers le bas. Dans un mouvement alterné, inversez la position de vos mains. Augmentez progressivement la cadence.



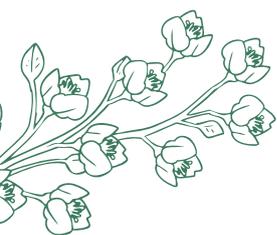
Thème du jour : langage et raisonnement

Consigne : Entourez l'image a., b. ou c. qui a quelque chose en commun avec la première image :

Exemple :

1		a 	b 	c 
2		a 	b 	c 
3		a 	b 	c 
4		a 	b 	c 
5		a 	b 	c 





Thème du jour : Attention

Consigne : Dans chaque case se trouve un mot ou une image en double : pouvez-vous les trouver ?

éléphant **PERRUCHE** chat **cheval**
perroquet chien **éléphant**

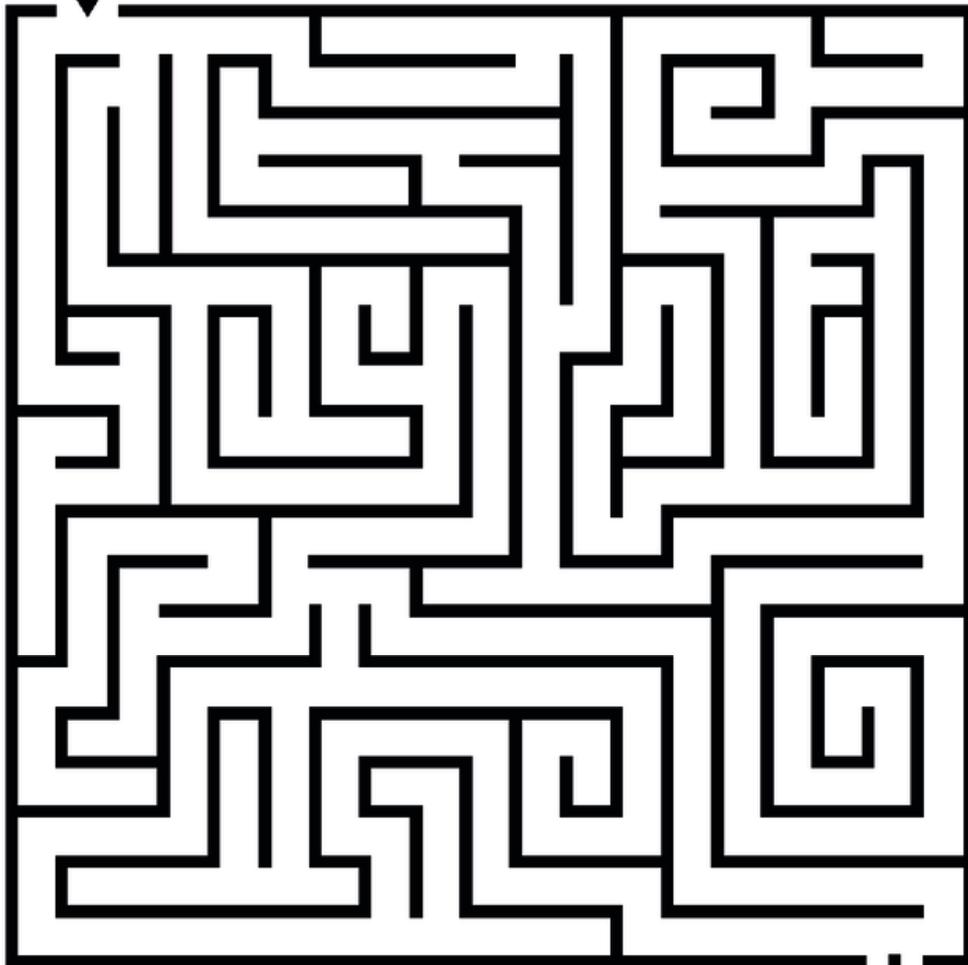
travailler manger travailler CUISINER
DESSINER ronfler
voler **DORMIR** **RÊVER**

Réponse : la deuxième fleur en partant de la gauche / éléphant / sandwich / travailler

Thème du jour : organisation spatiale

Consigne : En partant de la flèche "départ",
retrouvez la sortie jusqu'à la flèche "arrivée".

Départ



Arrivée



Il est recommandé de boire entre **1.5L et 2L** d'eau par jour pour être en bonne santé... mais nous sommes nombreux à ne pas réussir à boire autant ! Ce schéma peut vous aider à vous hydrater correctement :





29 SEPTEMBRE 1964

Mafalda, personnage de la BD du même nom, est créée par Quino. Très mature et pessimiste sur le plan politique, elle a pour ambition de changer le monde en devenant haut fonctionnaire international.



LUNDI 28 SEPTEMBRE 2020 - St Venceslas

Thème du jour : la mémoire
Qui sont-ils ?



a. _____



b. _____



c. _____



d. _____



e. _____



f. _____

Réponse : a. Brigitte Bardot / b. Louis de Funès / c. François Mitterrand /
d. Dalida / e. Luis Mariano / f. Claude François

Thème du jour : l'attention

Consigne : comptez le nombre total de "p"

Astuce : barrez ligne par ligne

p d d b p b p b b b d b p b p d b p b b d p
b p d d d b p b p b b p p b p b p p b p p d
d b d b d b p d p d p b d p b d d b d p b p
d p b d p d b b p d p b p p p b p p d d d b
p b p d p b p b p p d b p p d b p p b p d p
p d b p d b p b p d b p p d b p p d p d b b
b d d p b d p b b p b p d b p b b p b b p p
b b p p b b p p b d p d d b p p b d d p b b
p d b p p b d b p p b b d p p d p b p p b d
p d b b b d p p d b p p p p d d b p b p b p

Thème du jour : gymnastique douce

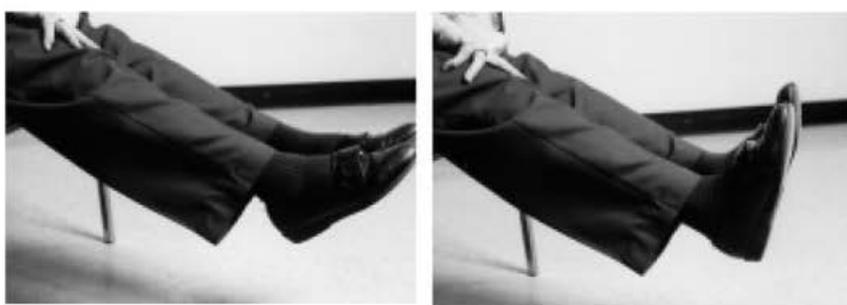
Mobilité du corps : exercices pour réveiller le corps tout en douceur !



Lentement, baissez et levez la tête (comme pour dire "oui" de la tête)



Pencher la tête de gauche à droite en amenant les oreilles vers chaque épaule



Pliez et dépliez les genoux. Puis pointez et tirez les pieds

Répétez 5 à 10 fois chaque mouvement

*C'est terminé ! On se retrouve le
mois prochain en octobre pour
un nouveau livret d'activité,
A bientôt!*



Fondation
Maison des Champs
de Saint François d'Assise

Reconnue d'utilité publique depuis 1932

Equipe Spécialisée de la
fondation maison des champs
16 rue du général brunet
75019 PARIS
coordination-esa@fmdc.fr -
06.75.11.88.54