



Le journal des
locataires pour
les locataires et
par les
locataires.

La gazette du Verger



La Chandeleur

La Chandeleur, ou "fête des chandelles", trouve ses racines dans une célébration chrétienne qui a lieu quarante jours après Noël. Le nom "Chandeleur" vient du latin "candela", qui signifie "chandelle", symbolisant la lumière

Cette fête a également des origines païennes, notamment les Lupercales, une fête romaine en l'honneur du dieu Lupercus, qui symbolisait la fertilité et la purification. Au Vème siècle, l'Église a christianisé cette fête païenne, remplaçant les processions aux torches par des processions aux chandelles. Aujourd'hui, la Chandeleur est surtout connue pour la tradition de faire des crêpes. Cette pratique est liée à l'idée de terminer la farine de l'année et à la forme ronde des crêpes, qui évoque le soleil et le retour des jours plus longs. En France, il est courant de se rassembler en famille ou entre amis pour partager des crêpes, souvent accompagnées de diverses garnitures sucrées ou salées.

La Chandeleur est donc une belle occasion de se rassembler et de célébrer la lumière et la convivialité à travers la gastronomie.



EDITO

RÉVISION DU PROJET DE VIE SOCIALE ET PARTAGÉE DES HABITANTS



Chaque année, une discussion autour du projet de vie sociale et partagée des habitants de la résidence est prévue. Dans une démarche participative, des ateliers, sont organisés avec l'ensemble des locataires en ce premier trimestre afin d'y apporter des ajustements, si nécessaire, en fonction des besoins et des envies de chacun.

La participation de chaque habitant est importante, qu'il ait intégré la résidence depuis son ouverture ou qu'il soit nouvellement arrivé. La parole de chacun doit être entendue et prise en considération, afin d'être pleinement acteur et décideur de ce projet commun des locataires qui ont fait le choix du "vivre ensemble" en intégrant la résidence.

La charte, qui formalise le projet et établit les règles du "vivre ensemble" sera elle aussi réajustée en fonction des besoins.



L'ACTIVITÉ DU MOIS

ESCALE DES LETTRES

Que se cache t il derrière cette appellation?

Une activité qui se déroule à la médiathèque de Norrent-Fontes. Les ateliers d'écriture dans le cadre du dispositif "écrire en territoire" en partenariat avec la CABBALR. A partir d'un thème proposé par la très sympathique Shéérazade, chacun peut s'essayer à le développer selon son approche personnelle. Il n'y a pas de jugement sur le texte proposé et cette activité intellectuelle se déroule dans une ambiance chaleureuse.

Amis locataires, si vous vous sentez une âme d'écrivain, c'est le moment de franchir le pas.

JDD



Et Mohamed il en pense quoi?

“ C'est bien, c'est la découverte de beaucoup de choses pour moi. Les gens sont accueillants, souriants, il y a une bonne ambiance. Même si je ne sais pas toujours faire, on passe un moment sympathique. On fait connaissance avec les autres habitants de Norrent-Fontes. Je m'y sens à l'aise.”

L'ACTIVITÉ DU MOIS

L'EPIPHANIE

Nous avons clôturé la période des fêtes de fin d'année, ce jeudi 06 janvier, comme le veut la tradition, le jour de l'Épiphanie. Après quelques efforts de rangement des décorations et du sapin, mais aussi d'un peu de nettoyage, nous avons retrouvé notre belle et grande salle commune. Et puisque le dicton dit qu'après l'effort, vient le réconfort, nous avons partagé la traditionnelle galette des rois. Et c'est Hamed qui a obtenu la fève cette année et qui fut couronné roi de l'après-midi. Et bien souhaitons longue vie au roi!



LE ROI DU SILENCE

Et puisque nous fêtons les rois, un nouveau jeu a fait son apparition à la résidence. Le roi du silence! Ce jeu consiste à faire deviner aux autres locataires un mot en le signant, en quelque sorte un jeu de mime. C'est également une manière ludique d'apprendre quelques bases de la langue des signes. Ce jeu permet de favoriser la communication avec les personnes ayant des difficultés orales ou d'audition. Qu'y a t il de mieux dans un dispositif d'habitat inclusif que de favoriser l'inclusion.

L'ACTIVITÉ DU MOIS

BRICOLAGE ET COUTURE

RANGEMENT À LINGETTES

Pensés et créés par les habitants, ces rangements sur mesure pour carrés lavables ont nécessité quelques ateliers de bricolage pour arriver à leur forme finale en partant d'une simple palette en bois.

Il a fallu tout d'abord imaginer un modèle en fonction de critères pratiques, puis décider des mesures avant de passer à la découpe et enfin à l'assemblage. Quelle satisfaction que celle du travail accompli!



CARRÉS LAVABLES

100% recyclage, nos carrés lavables sont fabriqués à partir de tissus de récup' et de serviettes publicitaires en éponge microfibre. Objectif zéro déchets pour ces nouvelles idées de produits à proposer lors de nos opérations de collectes de fonds au profit d'associations. Quelques ateliers seront sans doute nécessaires pour arriver à un résultat satisfaisant, qu'à cela ne tienne, à partir du moment où le café est servi!



L'ACTIVITÉ DU MOIS



JOYEUX
ANNIVERSAIRE



Nous avons célébré durant ce mois de janvier l'anniversaire de trois de nos locataires. Mohamed, Rita et Hélène ont pu souffler leurs bougies de concert.

Hamed qui pensait ne pas arriver à cet âge a fêté ses 80 ans. Rita, elle, a aujourd'hui 74 printemps. Quant à Hélène, la cadette des locataires, a célébré ses 52 ans.



LE PORTRAIT DU MOIS

KÉVIN: NOTRE INTERVENANT UFOLEP

Nous vous présentons Kévin., éducateur sportif pour l' UFOLEP, l'Union Française des Oeuvres Laiques d'Education Physique. Kévin intervient à la résidence tous les jeudis matins pour animer les séances d'éducation physique adaptée.



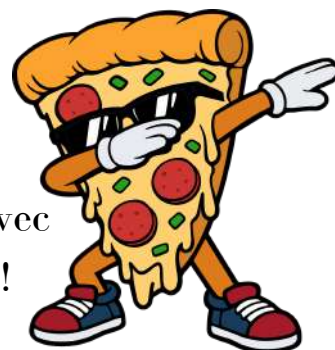
Kévin est âgé de 27 ans et travaille avec l'UFOLEP pour la septième année. Il y est entré en service civique puis y a été formé pour obtenir un CQP animateur sportif ainsi qu'un BPJEPS pour devenir éducateur. Il a renforcé ses compétences en suivant des formations supplémentaires comme "activ' forme" ou "activité physique pour tous".

Ce qui apporte le plus de satisfaction à Kévin, c'est de stimuler, de donner le courage aux participants de venir, de bouger mais aussi de rétablir la confiance en soi pour ceux qui pensent ne plus avoir la capacité de faire de l'exercice en leur en proposant une grande diversité.



"Les habitants qui n'assistent pas à cette activité loupent quelque chose. Il pourrait aller mieux physiquement et psychologiquement, c'est dommage pour eux. Avoir ce genre d'activité sur place est une chance!"

Son plat préféré: la pizza! toute simple, mais avec du jambon, des champignons et un oeuf au plat!





LES ACTIVITÉS DU MOIS

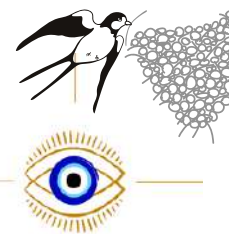


	Lundi	Mardi	Mercredi
Semaine 1			
Semaine 2	2 10H30: Pâtisserie "crêpes" 14H30: Chandeleur	3 10H30: Journal 14H30: Art moderne 	4 10H30: Tranche de vie 14H30: Goûter chez les p'tites pousses
Semaine 3	09 10H30: Tossit 14H30: Couture 	10 10H30: Remue mênings 14H30: Art moderne	11 10H30: Triominos 14H30: Atelier "fait maison"
Semaine 4	16 10H30: Fléchettes 14H30: Couture	17 10H30: Journal 14H30: Pâtisserie beignets de carnaval 	18 10H30: Atelier soupe 14H30: UNO
Semaine 5	23 10H30: Ping pong 14H30: Memory 	24 10H30: Pti bac 14H30: Sophrologie	25 10H30: Mandalas 14H30: Réalité virtuelle

FÉVRIER
2026



Accueil en salle commune une
demi heure avant le début de
l'activité



Jeudi

Vendredi

Samedi



05
10H30: Activité physique
adaptée
14H30: Atelier PVSP



06
10H30: Yam's
14H30: Poterie

07



12
10H30: Activité physique
adaptée
14H30: Pendu



13

10H30: Atelier culinaire
REPAS COMMUN
14H30: Quiz vendredi
13

14



19
10H30: Activité physique
adaptée
14H30: Pictionary

20
10H30: Sudoku
14H30: Poterie

21

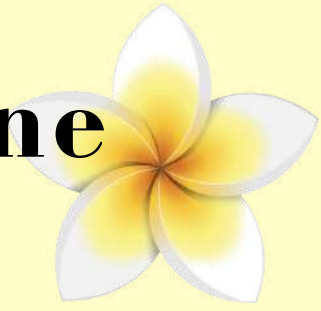
26
10H30: Activité physique
adaptée
14H30: Sky jo

27
10H30: Mots fléchés
REPAS COMMUN
14H30: Ecoute
musicale instruments

28



La frangipane



Ingrédients

pour 6 personnes

Pour la crème pâtissière:

- 25 cl Lait
- 3 Jaunes d'oeufs
- Arôme Vanille
- 1 pincée Sel
- 50 g Sucre
- 20 g Farine
- 20 g Maïzena

Pour la crème d'amande:

- 60 g Beurre mou
- 60 g Sucre
- 2 Oeufs
- 100 g Poudre d'amande
- 1 C à c d'arôme d'amande amère
-

Préparation

Préparation de la crème pâtissière :

1. Faites chauffer le lait à feu doux avec la vanille.
2. Pendant ce temps, mélangez les jaunes d'œufs avec le sucre. Ajoutez la farine et maïzena et mélangez bien de nouveau jusqu'à obtenir un appareil lisse.
3. Versez un peu de lait chaud dans le mélange œufs/sucre/farine pour le délayer. Puis versez le restant de lait sans cesser de remuer.
4. Basculez le tout dans la casserole et remettez sur feu doux, sans cesser de remuer jusqu'à obtention d'une crème épaisse. Prenez votre temps et laissez épaisir tranquillement. Laissez refroidir.

Réalisation de la crème d'amande :

1. Mélangez la poudre d'amande avec les œufs, ajoutez le sucre et le beurre mou, et l'extrait d'amande amère. Mélangez bien.
2. Mélangez la crème d'amande avec la crème pâtissière jusqu'à ce que le mélange soit homogène.



LES RECETTES DU MOIS


la carbonade flamande




Pour 4 à 6 personnes:

- 3 cuillères à soupe de moutarde
- 3 cuillères à soupe de farine
- 30g de beurre
- 5 tranches de pain d'épices
- 250g de lard
- 400g d'oignons
- 1kg de boeuf
- 2 cuillères à soupe de cassonade
- 1 bouquet garni
- 1l de bière brune

- Commencer par éplucher les oignons, tailler la viande en morceaux.
- Faire revenir la viande avec un peu de beurre sur chaque face.
- Sortir la viande et faire caraméliser les oignons émincés avec la cassonade. Ajouter le lard puis remettre le boeuf. Saler, poivrer, saupoudrer de farine et mélanger.
- Ajouter le bouquet garni puis couvrir le tout avec la bière, ajouter un peu d'eau si nécessaire. Corriger l'assaisonnement.
- Verser dans un plat allant au four.
- Tartiner la moutarde sur les tranches de pain d'épices et les déposer sur le dessus du plat.
- Enfourner pour 3h00 à 100°



Le Roustintin: tradition boulonnaise



Ingrédients

- 800 ml de lait
- 120g de chocolat noir
- 150 ml de kirsh

Préparation

1. Casser le chocolat en petits morceaux.
2. • Dans une casserole, porter le lait à ébullition.
3. • Lorsque le lait commence à fumer, ajouter progressivement le chocolat en petits morceaux tout en mélangeant avec une cuillère en bois jusqu'à obtenir un mélange homogène.
4. • Tout en remuant, ajouter petit à petit le Kirsch et laisser bouillonner 2 à 3 minutes.
5. • Sortir du feu et servir.
6. • Déguster !

Un peu d'histoire?

À partir des années 1850, la pêche industrielle s'est développée à Boulogne-sur-mer autour de quelques familles d'armateurs faisant du port de Boulogne le premier port de France en tonnage débarqué (notamment de harengs). Au XIXe siècle, les dockers déchargeant les bateaux de pêche, en particulier durant les hivers rigoureux, avaient pour habitude de boire une boisson chaude composée de chocolat chaud, lait et kirsch, appelée « roustintin », accompagnée de craquelins boulonnais à l'approche de Noël.

ÉVÉNEMENTS À VENIR

DANS LE SECTEUR

Ecrire en Territoire

Ateliers d'écriture

Janvier - Juin 2026

Jeudi 8 janvier de 14h30 à 16h00

Mardi 27 janvier de 14h30 à 16h00

Mardi 3 mars de 14h30 à 16h00

Mardi 14 avril de 14h30 à 16h00

Mercredi 29 avril de 18h00 à 19h30

Café littéraire avec un(e) écrivain(e)

Mardi 5 mai de 14h30 à 16h00

Mardi 9 juin de 14h30 à 16h00

GRATUIT

Renseignements et inscriptions 03.21.66.52.27



ESCALES DES LETTRES

Les ateliers d'écriture dans le cadre du dispositif "Ecrire en Territoire" avec les Escalles des Lettres en partenariat avec la CABBALR reprennent en 2026.

Pas de séance en février.

Séance 3 : Mardi 3 mars de 14h30 à 16h

Séance 4 : Mardi 14 avril de 14h30 à 16h

Séance 5 : Mercredi 29 avril de 18h00 à 19h30 : Café littéraire avec un(e) écrivain(e)

Séance 6 : Mardi 5 mai de 14h30 à 16h

Séance 7 : Mardi 9 juin de 14h30 à 16h

PIMMS

Le prochain passage aura lieu le Mercredi 4 février en Mairie.

Une équipe de médiateurs vous accompagne dans vos démarches du quotidien (factures d'énergie, aide aux dossiers CAF, CPAM, Pôle emploi, retraite).

Accueil gratuit et sans rendez-vous

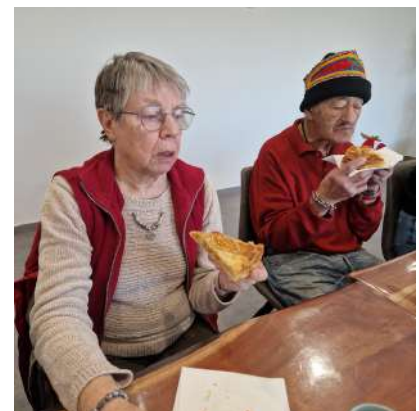
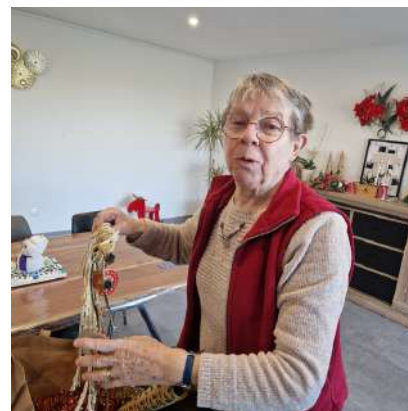
Vous pouvez les contacter au 06.62.54.38.22

ou par mail à l'adresse:

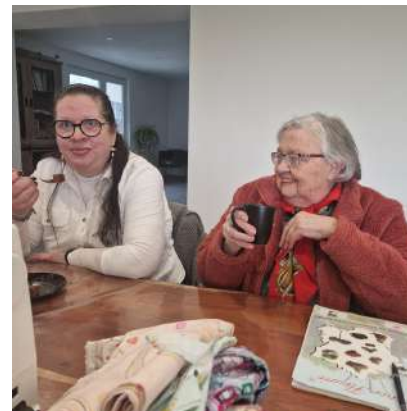
itinerant@pimmsmediation.fr

Mercredi 4 Février
De 13h30 à 16h30
Mairie
Une équipe de médiateurs vous accompagne dans vos démarches du quotidien !
(Factures d'énergie, aide aux dossiers)
06.62.54.38.22
itinerant@pimmsmediation.fr

LES PHOTOS DU MOIS



LES PHOTOS DU MOIS





RÉSIDENCE LE VERGER DES SOURCES

96 Bis RD 943
62120 NORRENT-FONTES
03.21.26.52.83
contact@levergerdessources.fr