

MÉNIN'JEUX n° 11

Bonjour à toutes et tous,

Vous êtes un certain nombre à éprouver de l'intérêt pour ce bulletin. A partir du numéro 12, je vous propose de vous inscrire, gratuitement bien sûr, afin de le recevoir par voie postale ou par mail. Pour cela, j'ai besoin d'avoir vos coordonnées, nom et adresse ou adresse mail. Cela me permettra aussi de savoir combien de lecteurs-joueurs vous êtes. Bien sûr, je vous invite toujours à écrire : sur tous les sujets et sous toutes les formes sont les bienvenus !

Vous pouvez me contacter et m'envoyer vos écrits par mail : agnescottais@gmail.com

par courrier : Agnès Cottais, 50 rue du Flamant Rose, 91470 Limours

par téléphone : 06 09 24 82 13 (dictée téléphonique)

Ce bulletin est un moment d'échanges et de rencontres, stimulant et ludique que nous fabriquons ensemble. Je vous remercie chaleureusement d'y participer.

Agnès Cottais-Martin

1 – L'un dans l'autre

Composer un texte avec des éléments qui s'imbriquent les uns dans les autres (Vous pouvez me le faire parvenir).

Exemple :

Dans cette ville, il y a une école

Dans cette école, il y a une classe.

Dans cette classe, il y a une trousse.

Dans cette trousse, il y a un stylo.

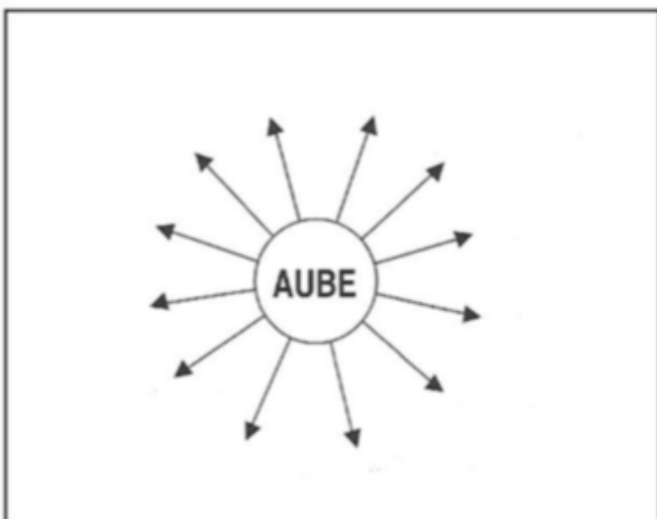
Dans ce stylo, il y a de l'encre.

Dans cette encre, il y a un mot.

Et ce mot est amour.

2 – Association d'idées

A quoi vous fait penser le mot « aube » ?



3 – Lettres données

Écrire deux phrases dont les mots auront pour initiales les lettres données, dans l'ordre donné.

1) P – A – S – E – T

2) I – V – C – A – R

4 – De mer ou d'eau douce

Arriverez-vous à citer 15 noms de poissons ?

5 – Un mot peut en cacher plusieurs

Faire une liste des mots que vous arrivez à écrire à partir de lettres du mot SOLEIL ?

Carpe diem

De ma fenêtre, je ne vois aucun moineau, aux perchoirs, sur les ramées de cet arbre, auguste spectateur, défiant Chronos, en cette versatilité ambiante. Nos messagers ailés, seraient-ils eux aussi, aliénés ou alliés ? Beau paradoxe.

Quel drôle d'oiseaux ! Bigarrés, rieurs ; Diversité ; Nuées joyeuses, chantres persifleurs et printaniers ; merles, mésanges, bergeronnettes, et grives, de toutes plumes... Bref une belle envolée, pépiante, stridente, à l'éphémère et illusoire bonheur.

Oui, vivre à tire d'aile, pour connexion, quoique dérisoire, arc en ciel.

René G., Morangis

Petite séance de gym douce d'Angèle (1)

Assis sur une chaise sans s'appuyer sur le dossier, **faire 10 fois chaque mouvement** :

- Faire oui avec la tête
- Faire non avec la tête
- Lever une épaule puis l'autre
- Lever les 2 épaules
- Lever les 2 bras à l'horizontale puis les descendre
- En passant par les côté lever les bras en l'air et redescendre
- Mettre les mains sur la taille tourner à droite puis à gauche sans bouger les fesses
- Joindre les mains, croiser les doigts et tourner dans tous les sens
- Ouvrir les doigts et pianoter de droite à gauche
- Lever les épaules
- Faire tourner une épaule d'avant en arrière ensuite d'arrière en avant
- Pareil avec l'autre épaule
- Monter une jambe pliée puis l'autre
- Allonger les jambes faire des ronds avec les chevilles
- Puis ouvrir et fermer les pieds puis faire les essuies glaces.

Suite de la séance au prochain numéro !

Les remèdes au quotidien

Les chaînes de télévision s'efforcent de nous divertir depuis de longues semaines avec des émissions nouvelles, adaptées au confinement. Cela bouscule nos habitudes, mais on s'adapte. Nous avons vu beaucoup de bons films anciens et des films très amusants comme Rabbi Jacob, la Folie des grandeurs, le gendarme de St Tropez, la 7^e compagnie. Ce sont des anti-virus, des antidépresseurs. Le matin aussi nous avons un bon anti-virus en écoutant certaines émissions de radio qui se mobilisent pour lancer des appels, pour aider, cette fraternité nous fait chaud au cœur. Nous découvrons chaque jour combien de français sont généreux, dévoués, bienveillants, des chaînes de solidarité ce sont formées. Et cela fait du bien, de voir que nous sommes tous capables du meilleur mais aussi hélas du pire... Cette pandémie nous a appris à nous aider et à nous aimer les uns, les autres. Et si cette crise nous rendait meilleure ? *Yvette V., Limours*

Voyage intérieur

Je trie, nous trions, vous triez. C'est ce que beaucoup d'entre nous avons fait. Pour ma part, j'ai attaqué moult valisettes, cartons et autres, de photos. Quel bonheur de revoir les amis, les parents, les quidams, rencontrés au hasard des voyages, réunions familiales, ou pas... J'ai commencé des albums, pour chacun, amis, enfants, petits-enfants, et camarades, rencontrés autour du monde. Même si hélas de nombreux disparus étaient sur ces photos, j'ai pris un grand plaisir à me remémorer leurs bons mots, leurs rires et leurs chansons et je leur ai même parlés...

Dans le contexte que nous vivons, cette phrase de Daniel Defoe, me paraît pleine de sagesse « *Le plus haut degré de la sagesse humaine est de savoir plier son caractère aux circonstances et se faire un intérieur calme en dépit des orages extérieurs* ».

Jacqueline L., Limours

Il est 4 heures, à la bonne heure

Le soleil brille... occasion de se retrouver entre voisins pour partager un petit goûter ! Sommes en impasse, trois maisons : dans l'une, un couple, dans l'autre, une voisine seule, et moi de l'autre côté.

Nous nous installons en pied de marmite à 4-5 mètres l'un de l'autre, chacun derrière son portail (confinement oblige !...), posons notre siège de jardin et l'on déballe notre propre panier... un verre, une boisson, petits gâteaux, pas de partage... halte au coronavirus ! Papotons, tout simplement, heureux de se retrouver. Que cela fait du bien de pouvoir échanger entre nous.

A dimanche prochain ! *Nicole M., Limours*

Printemps

Préféré parmi les quatre saisons

Revigorant après l'hiver

Indéniablement attendu

Nous acclamons sa venue

Trèfles et myosotis exaltant leurs couleurs

Émaillant délicieusement les gazons

Mr Muguet cette année se fera discret

Pourvu que l'été qui va suivre

Se montre léger, joyeux, souriant

Acrostiche d'Hélène R. (Limours)