



Les coquelicots

JANVIER - FÉVRIER - MARS - AVRIL

Table des matières

Anniversaire

Pierre 24/01
Laurent 29/01
Jean-Pierre 08/03

Traditions

Epiphanie
Chandeleur
Pâques

Activités

Ateliers culinaires
Maraîchage
Piscine
Padel
APM
Théâtre
Cookidienne
Marches thérapeutiques
Ludothèque

Divertissement

Karaoké
Groove Party
Escalade
Ping Pong
Cinéma
Golfy
Carnaval
Escape Game
Laser Game
Ko Jump
Brocante
Pétanque

Découvertes

Exposition de Mickey à Dragon Ball
Mundo Pixar Expérience
Van Gogh The immersive Expérience



Les Anniversaires

Pierre, Laurent et Jean-Pierre



Joyeux Anniversaire Pierre

Jean-Pierre:

Tous ensemble, nous avons fêté l'anniversaire de Pierre, qui a soufflé ses 44 bougies. Il a eu un gâteau au chocolat et a reçu un CD en cadeau

Fabien:

Ce mercredi, nous avons fêté les 44 ans de Pierre. Nous étions quatre à aller au sport, tandis que les autres préparaient le gâteau... ou plutôt, les gâteaux ! En effet, nos pâtissiers en herbe ont confectionné une galette des rois et un fondant au chocolat, mais nous avons dû choisir entre les deux.

Le repas a commencé à 18 h. Pierre a soufflé ses bougies et nous avons chanté "Joyeux anniversaire !" Je lui ai remis son cadeau : un CD de Depeche Mode. Il a également reçu 30 euros en liquide, "offerts" par la résidence.

Gael:

Le jour de l'anniversaire de Pierre, nous avons préparé deux gâteaux : un à la frangipane et l'autre au chocolat. Nous avons allumé les bougies pour ses 44 ans et pris des photos autour de lui. Fabien lui a offert un CD de musique.

Daniel:

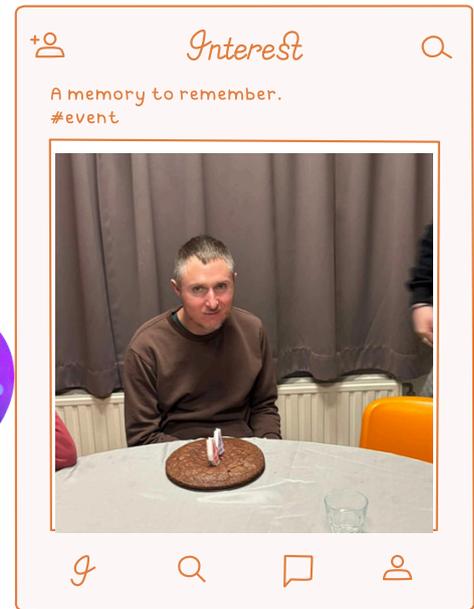
Bon anniversaire, Pierre ! De tout cœur, je te souhaite une fête merveilleuse et pleine de joie.

Didier:

Tout d'abord, pour l'anniversaire de Pierre, nous lui avons demandé ce qu'il souhaitait. Il a choisi un gâteau au chocolat. L'après-midi, nous avons préparé le gâteau ensemble, en utilisant tous les ingrédients nécessaires. Puis, vers 18 h, nous lui avons fait la surprise. Nous avons chanté "Joyeux anniversaire" tous ensemble. Il y avait des bougies représentant ses 44 ans, qu'il a soufflées. L'ambiance était chaleureuse et conviviale. Pierre a reçu un cadeau de Fabien : un CD de Depeche Mode. Un grand merci aux éducateurs ! À refaire !

Laurent:

Le 24 janvier, nous avons fêté les 44 ans de Pierre. Nous lui avons chanté "Joyeux anniversaire" et, vers 18 heures, il a soufflé ses bougies. Il y avait une galette à la frangipane ainsi qu'un délicieux gâteau au chocolat. Son ami Fabien lui a offert un disque. Pierre était ravi et nous a tous remerciés pour ce merveilleux moment





Joyeux Anniversaire Laurent



Laurent:

Nous étions tous réunis à la maison pour fêter mes 46 ans ! L'ambiance était agréable et le gâteau au chocolat, délicieux ! J'ai beaucoup apprécié cet après-midi, et j'ai reçu une magnifique montre en cadeau.

Jean-Pierre:

Je te souhaite un joyeux anniversaire pour tes 46 ans, rempli de belles choses ! À l'année prochaine !

**Happy
Birthday!**

Anthony:

Joyeux anniversaire, Laurent ! Pour ses 46 ans, Laurent a reçu une montre. Je te souhaite plein de belles choses à venir.

Daniel:

Laurent, 46 ans déjà... ça fait un sacré bout de chemin ! Joyeux anniversaire de ma part, et de gros bisous de Daniel qui t'aime.

Fabien:

Le 29 janvier, nous avons célébré l'anniversaire de Laurent. Pour l'occasion, nous avons préparé un délicieux gâteau au chocolat, que nous avons ensuite dégusté tous ensemble dans une ambiance conviviale. Grâce à l'argent qu'il a reçu pour son anniversaire, Laurent s'est offert une belle montre qu'il a achetée à la place Saint-Lambert, à Liège. Il a soufflé ses bougies en famille pour marquer ses 46 ans, entouré de sourires et de bonne humeur.



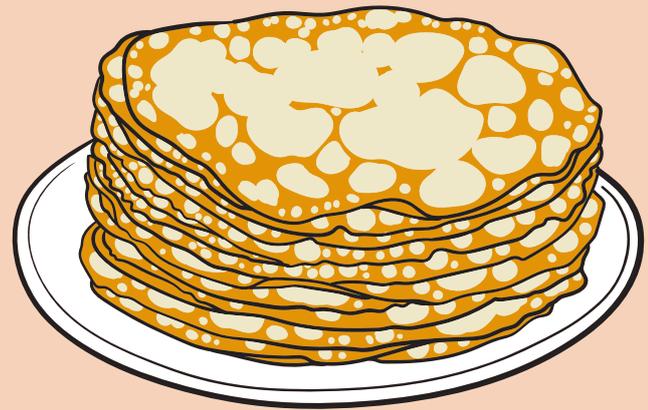
Joyeux Anniversaire Jean-Pierre



Pour l'anniversaire de Jean-Pierre, les résidents ont réalisé un gâteau au chocolat blanc et aux spéculoos, que Jean-Pierre désirait particulièrement.



Les traditions



Epiphanie, Chandeleur, Pâques



L'Épiphanie



Qu'est-ce que l'épiphanie?

L'épiphanie est une fête chrétienne célébrée le deuxième dimanche après Noël. Elle commémore la visite des Rois mages à l'enfant Jésus.

<https://www.lejdd.fr/Societe/quest-ce-que-lepiphanie-et-quand-peut-on-tirer-les-rois-4000118>



Gael :

Le jour de la galette des Rois est enfin arrivé. J'ai dégusté ma part... et j'ai eu la fève ! C'était une très bonne journée.

Didier:

Pour moi, l'Épiphanie représente une fête chrétienne, mais aussi un moment convivial où l'on partage une galette des Rois ensemble. C'est également un instant magique, où l'on peut s'amuser, par exemple en cherchant la fève pour désigner le roi. Une tradition à refaire, sans hésiter !



Jean-Pierre

Pour moi, l'Épiphanie représente les Rois mages, le partage, le bonheur d'être réunis tous ensemble et, surtout, le plaisir de déguster une délicieuse galette des Rois.

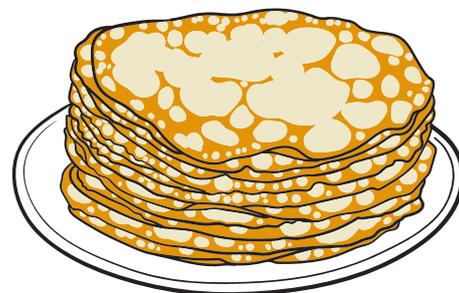


Anthony:

L'Épiphanie représente un moment de convivialité, où nous sommes tous réunis autour de la galette des Rois. Nous l'avons partagée le jour même, et j'ai eu la fève !



La Chandeleur



Pour les résidents, le mot "Chandeleur" rime avec "crêpes". Et ce n'est pas un hasard si l'on en prépare justement ce jour-là : cette fête symbolise la fin de l'hiver et le retour de la lumière, annonçant le printemps. La crêpe, avec sa forme ronde et sa couleur dorée, évoque le soleil.



Jean-Pierre :

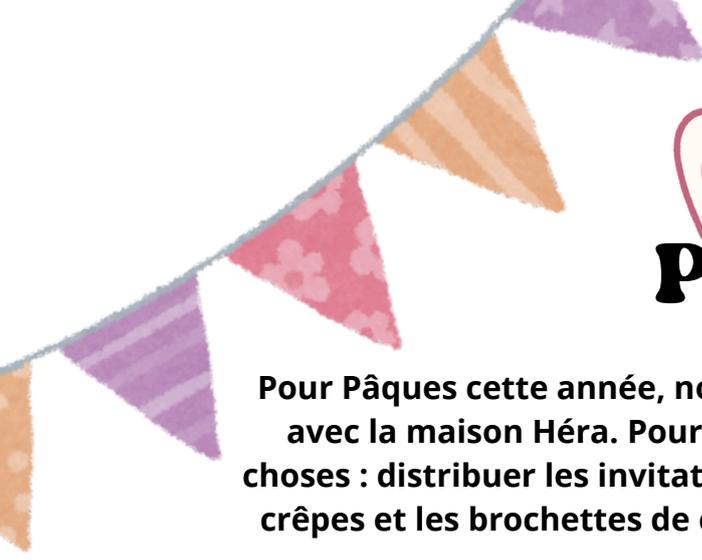
Le jour de la Chandeleur, nous avons préparé des crêpes. Nous avons utilisé du beurre, des œufs, de la farine et du sucre pour concocter nos délicieuses crêpes. Ensuite, j'ai versé la pâte dans la poêle et j'ai fait sauter les crêpes pour les cuire. Nous les avons dégustées au goûter, et elles étaient vraiment délicieuses.



Didier :

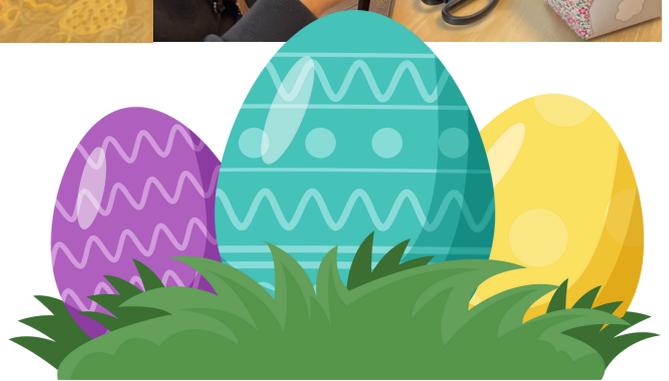
La Chandeleur évoque pour moi les crêpes et l'amitié. Avec une éducatrice, nous avons préparé environ une vingtaine de crêpes. J'ai beaucoup apprécié ce moment : tout s'est bien passé, les crêpes étaient délicieuses et tout le monde était heureux et content. À refaire !



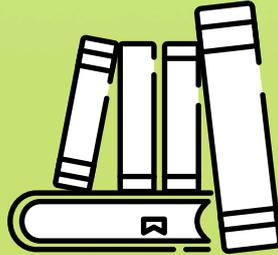


Pâques

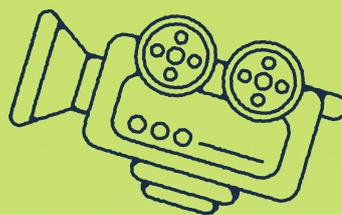
Pour Pâques cette année, nous allons organiser une chasse aux œufs avec la maison Héra. Pour cela, nous avons dû préparer plusieurs choses : distribuer les invitations, réaliser les décorations, préparer les crêpes et les brochettes de chiques. Tout le monde a mis la main à la pâte !



Les activités



Ateliers culinaires, Marthe et Marie, maraîchage, piscine, padel, APM, théâtre, Cookidienne, marches thérapeutiques, ludothèque.



Ateliers Culinaires



Un mercredi sur deux, les résidents participent à l'atelier culinaire, alternant entre des préparations sucrées et salées. Une fois par mois, les garçons préparent un repas complet.



Marthe et Marie



Voici un nouveau projet qui nous tient à cœur. Nous avons décidé d'échanger avec un autre foyer, appelé "Marthe et Marie", situé à Banneux, qui accueille des résidents porteurs de handicaps. Nous nous y rendons deux fois par mois pour partager de bons moments avec les résidents sur place. Voici le récit de notre première rencontre avec eux.

Laurent :

Ce mardi 18 mars, un petit groupe de trois résidents, Meryl et moi, sommes allés passer l'après-midi au Foyer de Marthe et Marie, non loin de chez nous. Il faisait beau, et les résidents étaient très accueillants et gentils. Nous avons donc joué à la pétanque, divisés en deux équipes de trois. Dans mon équipe, il y avait Jean-Pierre, Benjamin et moi, et dans l'autre équipe, Anthony, Yoan et "Fridju" (le surnom de Frédérique). C'est mon équipe qui a gagné !



Jean-Pierre :

Aujourd'hui, nous sommes allés avec Laurent, Anthony et Meryl à "Marthe et Marie", un autre foyer. Au début, j'étais un peu stressé, mais peu à peu, les résidents sont venus nous parler. Nous avons d'abord joué à Uno, puis nous sommes sortis pour faire une partie de pétanque tous ensemble. J'ai passé un très bon moment. Tous les résidents de "Marthe et Marie" étaient très amicaux et n'hésitaient pas à venir discuter avec nous. Il y a même une salle de sport en bas ! Les résidents étaient contents de nous voir, et nous aussi. À 16h, nous avons pris le goûter avec eux. Cette activité m'a beaucoup plu, et j'aimerais y retourner. Merci pour cette après-midi et merci de m'avoir emmené là-bas.

Anthony :

Nous sommes allés à "Marthe et Marie". Tout d'abord, nous avons fait des activités avec les résidents. Personnellement, j'ai joué au Monopoly, mais d'autres ont préféré faire une partie de Uno. Ensuite, nous sommes tous sortis pour jouer à la pétanque. Nous avons été super bien accueillis. À 16h, nous avons pris le goûter avec eux. C'était vraiment agréable. Ils étaient contents de nous voir, et nous aussi.



Hippothérapie



Jean-Pierre:

Tous les mercredis, je vais à l'hippothérapie. Quand j'arrive, je sors le cheval du box. Je vais chercher ma bombe et le matériel pour le brosser. Ensuite, je le brosse et je le selle. Après cela, je monte le cheval et nous partons en balade. J'ai l'habitude de monter Brody. J'aime beaucoup cette activité.

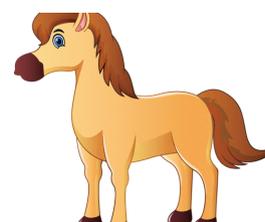


Pierre :

Un mercredi sur deux, nous allons à l'hippothérapie, tout près de Spa. D'abord, nous brossons les chevaux, puis, en fonction du temps, soit nous allons dans le manège, soit nous partons en balade dans les environs. Il y a une monitrice là-bas qui nous donne des conseils pour monter et nous aide. Je trouve cette activité vraiment sympa. Je me sens bercé et détendu quand je suis sur le cheval.

Fabien:

L'hippothérapie est une chouette activité. Jean-Pierre, Pierre et moi montons à cheval. Soit nous faisons des exercices au manège, soit nous partons en balade en extérieur. Au début, nous allons chercher nos bombes, puis nous brossons les chevaux. Personnellement, j'aime les caresser. Après avoir réglé la selle, le tapis et les étriers, nous montons et c'est que du bonheur. Une sensation agréable ! Nous faisons aussi du slalom, du trot, et nous apprenons à diriger le cheval. J'aime beaucoup cette activité, je l'adore.



Maraîchage



Fabien:

Ce vendredi 31 janvier, Anthony, Laurent, Didier, Pierre, Daniel et moi avons fait du maraîchage ! Nous avons mis des graviers dans les sacs jusqu'au goûter, puis nous avons retiré et déplacé des bâches sur différents terrains, en enlevant l'eau qui pesait son poids. Il faisait beau, et nous avons donné un bon coup de main à Tom !

Pierre:

Vendredi 31, nous sommes allés aider au maraîchage à Theux. Nous avons d'abord rempli des sacs de graviers. Ensuite, nous avons déplacé des bâches d'un champ à un autre. Nous avons ainsi préparé les terrains pour accueillir les prochaines cultures au printemps. Cela nous a pris un peu moins d'une heure. Tom, qui nous a accueillis, était satisfait de l'aide que nous lui avons apportée. Cette activité me plaît bien car j'ai l'impression d'être utile.



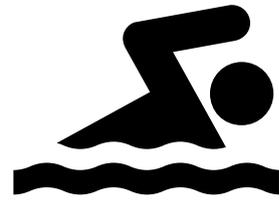
Laurent:

C'est un monsieur très sympathique qui s'occupe de nous quand nous venons l'aider. Le potager est très grand, il s'étend sur plusieurs serres et parcelles. C'est une bonne action que nous faisons chaque vendredi en venant lui prêter main-forte. Là-bas, à la fin de la journée, on peut lui acheter ce que l'on veut ; bien souvent, c'est une salade.

Didier :

Le maraîchage se trouve dans la ville de Theux, près d'une station de train. Il y a quatre champs avec de grandes bâches pour protéger le sol, ainsi que quatre serres où l'on trouve des salades, des tomates et des choux. Nous avons coupé les feuilles de roquette, puis nous les avons ramassées avec une brouette. Au maraîchage, nous avons déjà arraché de gros légumes, que nous avons ensuite mis au compost. Nous avons aussi rempli de grands sacs de gravier et les avons solidement attachés pour les placer sur les grandes bâches afin qu'elles ne s'envolent pas. Le maraîchage nous apprend la culture de la terre, des légumes sous serre, ainsi que des fleurs.

Piscine



Fabien

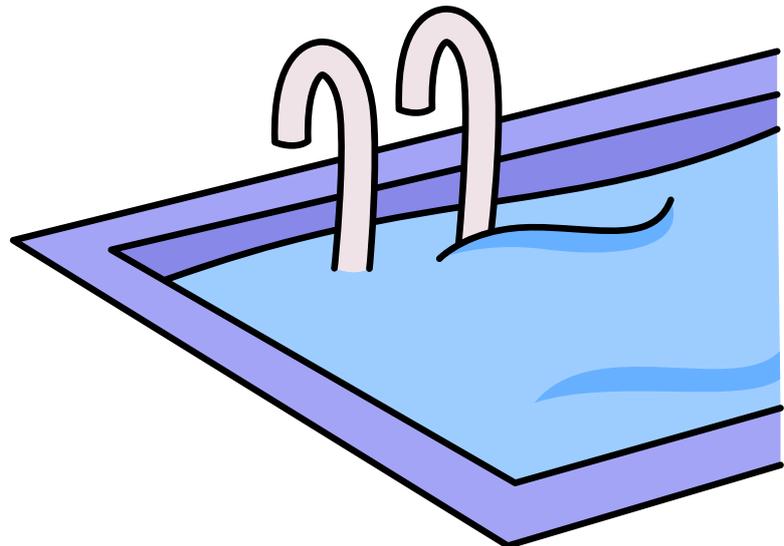
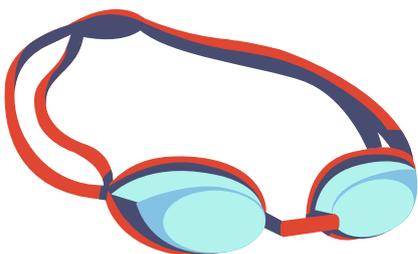
Tous les jeudi après midi Pierre , moi et une troisième personne allons à la piscine de Dison . On arrive un peu avant 15h et on sort vers 16H. Pierre nage tous les jeudis pour se préparer aux jeux special Olympics qui ont lieu en mai . Il en fait également pour faire du sport . Je suis un bon nageur et je fais des longueurs sans m'arrêter pendant 45 , 50 minutes . En sortant j'ai de bonnes sensations au corps, au cardio ,ça me fait du bien et je me sens apaisé . Je suis quand même fatigué, il me faut un peu de temps pour récupérer ! J'ai arrêté la plongée à la Cookidienne pour faire cette activité pour ma santé !

Pierre :

Pour la troisième année consécutive, je vais participer aux Jeux Special Olympics fin mai 2025. C'est pour m'entraîner que je vais régulièrement à la piscine de Dison. Je m'entraîne à me chronométrer sur des distances de 25 mètres et 50 mètres en brasse, ainsi que 25 mètres en crawl. Mon type de nage préféré est la brasse.

Grâce aux conseils des éducateurs et de la maître-nageuse, je m'exerce à faire ces épreuves tous les jeudis. Mon meilleur temps pour une longueur de 25 mètres est de 39 secondes, et pour 50 mètres, je le fais en 1 minute 35. Pour aller plus vite, je pousse avec mes deux jambes en même temps et je fais des mouvements de bras loin sur l'avant et sur les côtés.

J'espère remporter une médaille d'or comme l'an dernier. La natation me plaît beaucoup, elle m'aide à diminuer mon stress et mes angoisses.



Padel



Pierre:

Mardi dernier, le 28 janvier, nous sommes allés avec Meryl jouer au padel à Sprimont, au centre sportif Tennissimo. Pendant une heure, Fabien et moi avons renvoyé des balles. Les raquettes étaient plus petites que celles de tennis, mais les règles du jeu étaient les mêmes. Bien que cette activité soit assez fatigante, elle m'a beaucoup plu et j'aimerais en refaire. Fabien avait déjà joué au tennis avant de venir en Belgique, c'est pourquoi il avait un meilleur niveau que moi.

Didier:

Tout d'abord, nous sommes arrivés sur une grande aire entourée de courts de tennis. Ensuite, nous sommes allés à l'intérieur des bureaux, où l'on nous a remis des raquettes de padel et des balles de tennis. Après cela, nous avons franchi une porte pour entrer dans la zone dédiée au padel, où il y avait quatre courts. Au début, j'ai joué avec Fabien, et nous avons partagé une moitié de terrain. Ce fut une expérience fabuleuse ; les échanges étaient excellents, et nous avons bien joué. Pour ma part, la séance s'est très bien passée. À refaire ! Un grand merci aux éducateurs.

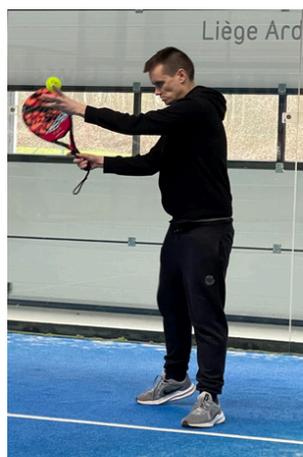


Anthony :

J'ai joué au padel, une activité que j'avais déjà pratiquée, mais ça m'a beaucoup plu d'y retourner. J'ai échangé des balles avec Didier, et c'était vraiment agréable.

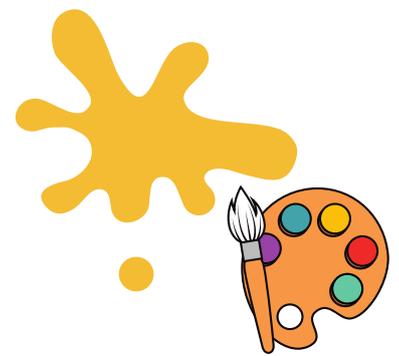
Fabien:

Ce mercredi, nous sommes allés à Sprimont avec Pierre, Didier, Antony et moi pour jouer au padel, accompagnés de notre éducatrice Meryl. Adeline avait réservé une heure de 15 h à 16 h. Pendant la séance, Didier et Anthony ont échangé des balles, tout comme Pierre et moi. C'était vraiment agréable, on s'est bien amusés, tout en faisant du sport dans une ambiance décontractée !





APM Peinture



Qu'est-ce que l'APM?

<https://www.aliss.be/institution/ZONE-ART-4170>

Organisation d'ateliers artistiques pour personnes en situation de handicap mental. Zone-art est une asbl reconnue comme Centre d'Expression et Créativité par la fédération Wallonie-Bruxelles. Leurs ateliers sont des lieux de créations essentiellement dédiés à des personnes porteuses d'un handicap mental. Ces ateliers ont pour but de laisser s'exprimer leur créativité au travers d'ateliers artistiques, de valoriser les artistes via la production et la diffusion des œuvres réalisées. L'association organise depuis plusieurs années des ateliers encadrés par des animateurs professionnels dans leur domaine et de bénévoles compétents.

Daniel:

Chaque jeudi, je me rends à l'APM pour peindre. C'est un moment que j'apprécie énormément, car j'ai l'opportunité d'expérimenter différentes techniques, comme l'aquarelle, l'encre, l'acrylique, et même les couleurs. Je peux choisir ce que je veux dessiner, ce qui me permet de laisser libre cours à ma créativité.

J'ai commencé par un tableau représentant le paysage de la Bretagne. J'ai utilisé l'aquarelle, jouant avec des couleurs sombres et claires pour différencier l'eau et la terre. Ce tableau, je l'ai terminé en deux jours. J'ai aussi réalisé plusieurs dessins inspirés de l'univers d'Harry Potter. Le premier était un dessin de Harry Potter fait avec de l'encre, où j'ai recouvert mes traits de dessin avec l'encre pour ajouter du relief. J'ai aussi créé le blason des quatre maisons de Poudlard avec cette même technique. Ensuite, j'ai peint le château de Poudlard, en mélangeant différentes nuances de bleu (bleu foncé et bleu marine) pour obtenir des couleurs plus riches. J'ai utilisé du bleu et du noir pour peindre le toit et les pierres du château, bien que ce dessin ne soit pas encore terminé.

Quand j'utilise de l'acrylique, je porte un tablier pour éviter de me tacher. Peindre est vraiment une excellente activité. Cela me permet de réaliser des dessins qui me tiennent à cœur, et j'apprécie énormément cette liberté créative !



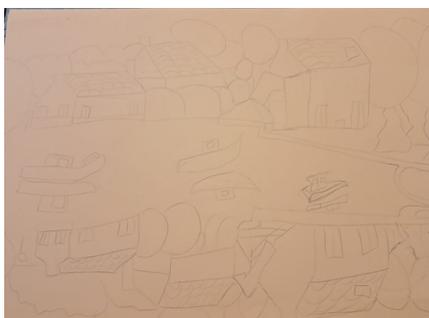
Avant



Avant

Après

Après





Théâtre



Fabien:

Tous les vendredis, Pierre et moi, ainsi que des résidents de la maison Hera et de Thémis, allons au théâtre à Seraing. Valérie et David, nos animateurs, nous accueillent toujours avec enthousiasme et énergie. Ils nous aident et nous donnent des conseils précieux pour améliorer notre jeu.

Chaque séance commence par un échauffement, et en ce moment, nous répétons des scènes d'une nouvelle pièce. Nous avons déjà présenté une première pièce et avons effectué quatre représentations devant un public. Les spectateurs étaient ravis et ont beaucoup ri, ce qui nous a vraiment fait plaisir.

À la fin de chaque séance, nous partageons un café ou un sirop tous ensemble. J'adore cette activité ! Elle m'aide à sortir de ma coquille et à prendre plaisir à jouer. C'est un moment très enrichissant, et je me réjouis toujours de ces répétitions et de ces représentations !



Pierre:

Tous les vendredis, Pierre, des résidents de la maison Hera, de Thémis et moi allons faire du théâtre à Seraing. Là-bas, deux animateurs nous accueillent chaleureusement. Ils sont très talentueux et nous aident à bien jouer.

Nous avons déjà présenté une pièce avec quatre représentations, ce qui a été une expérience gratifiante. En ce moment, nous répétons une nouvelle pièce que nous allons peut-être jouer en juin. J'adore cette activité, elle me permet de m'exprimer et je m'y sens vraiment bien.



Cookidienne



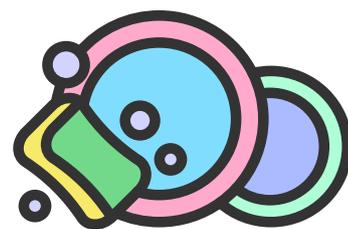
Alexandre et Daniel se rendent 3 à 4 fois par semaine à la "Cokidienne". Ils apportent leur aide aux cuisiniers en emballant les repas et en faisant la plonge.

C'est une aide précieuse que les résidents apprécient beaucoup.



Alexandre:

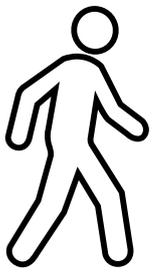
J'apprécie aller à la "Cookidienne". Vers 10h30, nous faisons la plonge jusqu'à 13h. Ensuite, après la pause, nous vidons les poubelles et nous finissons la plonge. Après cela, nous terminons notre journée.



Daniel:

À la "Cookidienne", nous préparons la plonge pour assurer l'hygiène. Nous installons les échelles où l'on place les platines pour la cuisson. Ensuite, nous faisons toutes les caisses grises et la plonge, c'est-à-dire les couverts, les grandes casseroles et les cuves. Nous utilisons des outils coupants avec précaution et faisons aussi les caisses noires à la main. Après cela, nous rangeons les platines et les couvercles à leur place. Il y a aussi un tri à effectuer, ce qui prend du temps. À la fin de la journée, nous vidons les poubelles et les cartons, puis nous essuyons les plans de travail, les machines qui lavent et les robinets, pour que tout soit propre. Et ainsi, la journée se termine.





Marches Thérapeutiques



Ludothèque



Gael :

La ludothèque est une activité que nous faisons une fois par mois. Une femme qui y travaille nous fait découvrir et nous apprendre des jeux de société peu communs. Souvent, la découverte est géniale et nous passons un bon moment. Nous nous amusons dans une ambiance agréable. Nous jouons pendant une heure, puis nous allons lire des livres, des BD, etc., à la bibliothèque située en bas de la ludothèque. Ce sont de très bonnes matinées.

Pierre :

Chaque mardi par mois, nous allons à la ludothèque de Sprimont, où nous apprenons à jouer à de nouveaux jeux de société. En général, nous en testons deux, et au bout d'une heure, si un jeu nous intéresse, nous pouvons l'emprunter. Le mardi 18 mars, par exemple, nous avons joué à un jeu où il fallait faire deviner un mot à un joueur qui était sorti quelques minutes. Par exemple, si le mot à faire deviner était « école », un joueur pourrait écrire « professeur » sur sa carte, et un autre pourrait écrire « examen ». Pour y jouer, il vaut mieux être au moins trois personnes. J'ai beaucoup apprécié cette matinée, j'ai découvert deux jeux simples et divertissants.

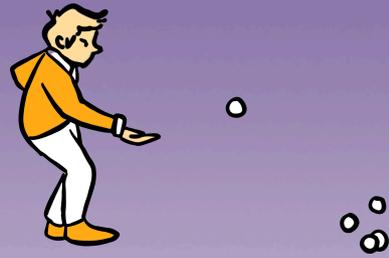


Didier :

Tout d'abord, nous sommes arrivés à la bibliothèque de Sprimont. Ensuite, j'ai rendu les livres que j'avais empruntés. Après cela, nous sommes montés dans la salle où nous faisons des jeux de société. Nous avons joué à un jeu avec 12 cartes, et il fallait avoir le chiffre le plus bas pour gagner. J'ai fait 20 points et je suis arrivé en 3e position. Ensuite, nous avons joué à un autre jeu où une personne devait sortir de la pièce, et à l'intérieur, nous devions écrire des mots pour faire deviner un mot à la personne qui revenait. Par exemple, si le mot à deviner était "école", nous pouvions écrire "études". Lorsque nous avons fini les jeux, nous avons bu un café, puis j'ai choisi cinq autres livres BD. Enfin, nous sommes rentrés aux Coquelicots.



Divertissements



Karaoke, groove Party, escalade, ping Pong, cinéma, golfy, carnaval, escape Game, laser Game, ko jump, brocante, pétanque.



Karaoke



Jean-Pierre:

Nous sommes partis avec Pierre, Fabien, Didier et moi au karaoké. Dans la salle, il y avait deux télévisions et deux micros. Les paroles étaient affichées sur l'écran. Il y avait toutes les musiques que l'on voulait. J'ai chanté "Voyage, voyage" de Desireless.



Fabien:

La semaine dernière, le samedi, Jean-Pierre, Didier, Pierre et moi sommes allés au karaoké de Rocourt, dans le Kinépolis ! Adeline a réservé une salle pour 2 heures, de 15h30 à 17h30. Nous étions accompagnés de Nassim, un éducateur de Thémis. Nous étions cinq dans une pièce avec un canapé. On s'est familiarisés avec un écran numérique qui permet de choisir le style de musique ou d'utiliser une loupe pour rechercher un morceau. C'était génial ! Il y avait deux micros et, chacun notre tour, morceau après morceau, nous chantions des musiques qui nous plaisaient en regardant un écran assez grand. Le plaisir était là, c'était un vrai défoulement, même si certains morceaux avaient un rythme rapide ! On pouvait aussi commander une boisson via un boîtier mural, mais attention, c'était assez cher : 3,40 € pour une canette !

Didier :

Le karaoké se trouvait près du Kinépolis à Rocourt. Nous sommes entrés dans un endroit qui ressemblait à un palace, avec un grand bar, des tables et des chaises. Le lieu était spacieux et agréable à regarder. Par la suite, on nous a amenés dans une pièce, comme une petite chambre. À l'intérieur, il y avait un grand écran où les paroles défilaient avec la musique de la chanson. Nous avons deux micros et des baffles, et le son résonnait dans toute la pièce. On pouvait choisir les chansons à l'aide d'un appareil sur le mur, un peu comme des tubes. De plus, nous avons bu un verre au bar. Nous sommes restés environ 1h15. Pour ma part, j'ai beaucoup apprécié cette journée. J'ai chanté "Bouge de là" de MC Solaar et "Capitaine abandonné" de Gold. Merci aux éducateurs, j'espère qu'on pourra refaire ça !



Groove Party



Jean-Pierre:

Je suis allé avec mes camarades à la Groove Party à Verviers. Il y avait beaucoup de monde et une super ambiance. Nous avons deux tickets gratuits pour les boissons. La musique était géniale, ils passaient de tout. Nous avons dansé et passé un excellent moment.



Fabien:

Vendredi dernier, un thé dansant Groove Party a été organisé à Verviers, près de l'hôtel du Crescendo. C'est une sorte de boîte de nuit adaptée pour les personnes handicapées, c'est assez grand et il y avait beaucoup de monde. Deux consommations étaient offertes et le DJ passait une excellente musique de tous genres ! Il y avait un groupe de la maison Hera et de Thémis. L'ambiance était très festive et on a passé un super moment ! J'aimerais y aller une fois par mois.



Anthony:

Nous sommes arrivés et avons récupéré nos deux tickets pour les boissons gratuites. Ensuite, nous avons dansé et rigolé. J'ai beaucoup aimé les musiques qu'ils passaient, c'était vraiment une bonne ambiance.



Didier:

Tout d'abord, nous avons poussé la porte et sommes entrés. Nous avons vu beaucoup de gens en train de danser, avec un DJ en hauteur et un grand bar pour les boissons. Pour ma part, je me suis bien amusé, j'ai dansé et pris quelques consommations. Il passait de la bonne musique, c'était entraînant. Les gens dansaient et étaient heureux. À refaire !



Escalade



Fabien:

En décembre, Laurent, Didier, Anthony, Jean-Pierre et moi sommes allés faire de l'escalade à Liège avec notre professeur de sport, Fabian. On a appris à mettre un baudrier et à faire un nœud en 8. Une fois que tout était prêt, chacun notre tour, on a fait l'ascension du mur, en essayant d'arriver en haut. Le mur mesure environ 7 à 8 mètres de haut ! J'y suis arrivé plusieurs fois et Laurent, pas loin. Les autres étaient un peu plus bas. C'est une véritable satisfaction personnelle d'arriver en haut ! À 16 h, on a fait une pause avec une boisson : café, soda zéro ou chocolat chaud, pour se récompenser. Puis, j'ai essayé de monter sur des murs plus difficiles, plus hauts. Le problème, c'est que les prises étaient plus petites, plus difficiles à attraper, et plus éloignées. L'adrénaline était à son maximum ! Je suis vraiment content de moi, car avant j'avais le vertige et une peur bleue de faire cette activité ! Lors de la dernière session d'escalade, j'ai réussi à monter en quatre étapes : le quart, la moitié, les trois-quarts, puis le sommet !

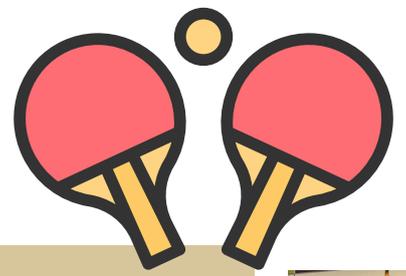
Didier:

Tout d'abord, à l'intérieur de la salle d'escalade, nous avons choisi un mur à escalader. Fabian, notre professeur de sport, nous a expliqué comment mettre le baudrier et attacher le mousqueton. Ensuite, chacun notre tour, nous avons grimpé le mur. C'était un peu angoissant, car on voyait le vide en dessous. Puis, nous sommes redescendus en rappel. Cette journée s'est bien passée, avec de bonnes sensations. À refaire !

Laurent:

Nous avons fait de l'escalade pendant une après-midi avec Fabian, notre professeur de sport. C'était amusant. Tous les résidents ont essayé de grimper le plus haut possible. Certains ont réussi à toucher le plafond. On apprend à surmonter le vertige et à utiliser la force de nos bras.

Ping Pong



Jean-Pierre:

J'ai participé à mon premier tournoi de ping-pong. Ce sport se joue à deux, et nous avons fait des tournantes pour pouvoir jouer avec tout le monde. J'ai vraiment aimé cette expérience.



Anthony :

Nous sommes allés au tournoi de ping-pong, avec les résidents de Thémis et Domitille. Nous nous sommes installés dans la cafétéria avec les autres participants. Ensuite, nous avons joué au ping-pong pendant une heure. Après cela, nous avons tous partagé un moment convivial en buvant quelque chose et en mangeant un morceau de tarte ensemble.



Fabien:

Une activité de ping-pong a été organisée par Pierre, l'éducateur de Domitille, dans un grand gymnase spacieux. Il y avait une dizaine de tables de ping-pong et un bar à l'étage ! Plusieurs groupes étaient conviés, dont ceux de Domitille, Nandrin, et la Maison des Coquelicots. Après avoir marché autour du gymnase, chaque joueur s'est installé à une table. Toutes les 5 minutes, nous changions d'adversaire. Le but de l'activité était d'échanger des balles en prenant un maximum de plaisir à jouer. J'ai adoré échanger les balles avec Laurent et Meryl car nous avons un niveau similaire. Par contre, avec Pierre, l'éducateur, le rythme était trop rapide pour moi, et les autres joueurs avec qui j'ai joué avaient un niveau plus faible. À la fin, nous avons tous dégusté une part de tarte au riz et pris une boisson. C'était une super expérience !



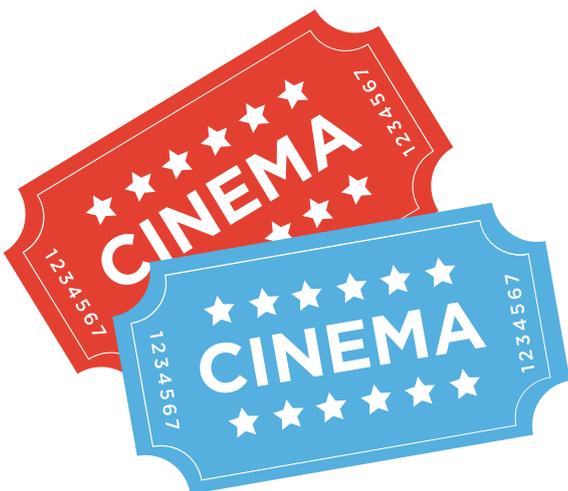
Laurent:

Un dimanche par mois, nous nous retrouvons dans une salle de ping-pong pour participer à un tournoi. Plusieurs résidences sont présentes, toutes prêtes à gagner ! Avant de commencer, nous nous échauffons un peu pour être prêts. Vers 16h30, nous faisons une pause et prenons un goûter tous ensemble. C'est toujours un moment agréable de jouer et de se retrouver entre amis.

Cinéma



Une fois par mois, les résidents se rendent au cinéma, une activité qui leur plaît particulièrement. C'est toujours un bon moment partagé entre résidents, et bien sûr, avec un délicieux pop-corn à savourer !



Golfy



Fabien:

Un samedi, Gaël, Daniel, Pierre, Laurent et moi sommes allés au Golfy, accompagnés de l'éducatrice. Il y avait une quinzaine de trous, assez amusants pour passer un bon moment. On a commencé tranquillement, mais ça devenait de plus en plus difficile au fur et à mesure. Laurent a gagné, et pour ma part, j'ai fini avant-dernier. Mais je me suis bien amusé !



Pierre:

Un dimanche après-midi de février, nous sommes allés à Rocourt avec notre éducatrice Meryl pour jouer au mini-golf dans un endroit appelé Golfy. Tout d'abord, nous avons pris chacun un club et une balle de golf, puis nous avons attaqué le parcours qui comptait 18 trous, chacun avec des obstacles. La salle était sombre, mais des néons au plafond créaient une ambiance colorée et originale. Nous notions sur un tableau le nombre de coups réalisés depuis le départ jusqu'au trou. L'objectif était d'obtenir le score le plus bas possible. J'ai fini dernier, mais je me suis quand même bien amusé. J'y étais déjà allé auparavant, et refaire le parcours n'a pas été un problème du tout.

Gael:

Nous sommes arrivés au Golfy où il y avait 18 pistes à parcourir. Chaque piste avait un trou et plusieurs obstacles à franchir. Nous avions droit à 6 tirs pour atteindre le trou à chaque fois. Le gagnant était celui qui avait utilisé le moins de tirs au total pour tous les trous. Finalement, c'est moi qui ai gagné !



Laurent:

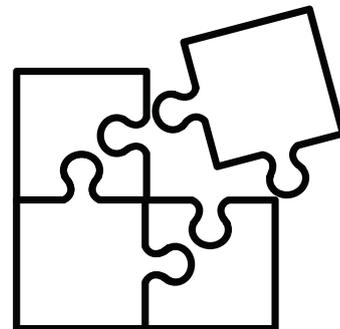
Un dimanche, nous sommes allés jouer une partie de mini-golf avec les résidents et une éducatrice. Le parcours se joue dans l'obscurité, avec des lumières fluorescentes qui rendent l'expérience encore plus amusante. C'était un moment de détente agréable, et nous avons bien profité de cette activité.



Carnaval



Escape Game



Daniel :

Une activité super chouette à faire ! C'était la deuxième fois que j'y participais. Cette fois, c'était un peu plus simple que la première fois à Durbuy. L'activité s'est déroulée à Liège, et on avait des indications à l'écran. Si on ne trouvait pas la bonne réponse, on ne pouvait pas avancer. On était presque arrivés à résoudre l'énigme, mais il nous manquait les cartes de poker pour ouvrir tous les cadenas. Nous avons eu du mal à finir, mais pour le reste, ça allait bien. Il fallait d'abord trouver le nord pour obtenir le code du cadenas. Ensuite, on devait jouer des notes de musique sur un piano pour ouvrir un coffre. Il fallait aussi assembler des casseroles pour trouver un autre code. Mais malgré tout, le temps de l'heure n'a pas suffi pour tout résoudre. C'était une activité super amusante, pleine de réflexion et de défis !



Gael :

Nous sommes arrivés à l'escape game, où le but du jeu est de se retrouver dans une pièce fermée et de résoudre toutes les énigmes pour réussir à ouvrir la porte. Notre groupe a été enfermé dans un saloon. Nous devons déchiffrer des codes pour ouvrir des cadenas. Il fallait observer partout : des indices étaient cachés sur les murs, le sol, un piano, et même sous certains objets. On s'est tous creusés la tête pour trouver les solutions. C'était dommage, car au bout d'une heure, le jeu était terminé et nous n'avions pas réussi à tout résoudre. Mais c'était une très bonne expérience. À refaire absolument !

Fabien :

La semaine dernière, Gael, Pierre, Daniel, Laurent et moi, accompagnés d'Adeline, sommes allés à l'escape game. Dès notre entrée dans la pièce, nous devons résoudre énigme après énigme pour avancer dans l'aventure. Il y avait des symboles au sol, des lettres en Morse représentant des prénoms, des objets à sentir pour découvrir des indices, des lettres à déchiffrer sur un piano, des mélodies à jouer pour débloquer des étapes, et même des balles à lancer pour trouver un code. Il y avait aussi des codes sur les barreaux et des cadenas à ouvrir. Nous nous sommes bien amusés pendant une heure. À un moment, mon cerveau commençait à faiblir, mais je me suis vraiment bien amusé. Sans Adeline, on n'aurait pas été loin, elle nous a bien aidés !



Pierre :

Le jeudi 27 février, nous sommes allés au Get Out, un centre d'escape game près du centre de Liège. En plus du groupe de la maison des Coquelicots, il y avait aussi des résidents du foyer Thémis et du foyer Domitille. On nous a expliqué le fonctionnement de l'activité : nous avons une heure pour résoudre les énigmes dans une pièce et trouver les codes afin d'ouvrir tous les cadenas des coffres. Sur les murs, des affiches affichaient des noms et prénoms de personnages, avec une lettre soulignée. Il y avait aussi des codes en langage morse à déchiffrer. Grâce à la rapidité et à l'efficacité de notre cheffe éducatrice Adeline, nous avons bien progressé et résolu plusieurs énigmes. Un écran nous donnait des indices pour nous aider dans nos recherches. Notre groupe était composé de cinq résidents de la résidence des Coquelicots. Nous avons réussi presque toutes les questions et j'ai vraiment apprécié cette activité.



Laurent :

Nous avons rendez-vous à Liège avec des résidents de Domitille pour participer à un jeu de devinettes que nous avons tous essayé ensemble. D'abord, nous avons formé trois groupes de résidents, chacun accompagné d'un éducateur. Nous avons été enfermés dans une pièce décorée de façon très folklorique, sur le thème du western. Petit à petit, nous avons progressé dans cette unique pièce, où il fallait découvrir des indices cachés pour trouver des clés qui ouvrent d'autres portes. Le jeu a duré une heure et était vraiment palpitant. Finalement, c'est l'équipe d'Adeline qui a remporté la victoire. Au bout de l'heure, la porte s'est ouverte.



Laser Game



Laurent :

J'ai bien aimé le Laser Game. C'était ma première fois et je ne connaissais pas du tout. Le jeu était vraiment sympa. Nous nous trouvions dans une grande pièce et notre objectif était de tirer sur nos adversaires pour gagner des points. C'était très amusant et excitant !



Anthony :

Tout d'abord, nous sommes allés à l'accueil où une femme nous a donné les armes et nous a expliqué les règles du jeu. Ensuite, nous sommes entrés dans la salle où nous avons commencé à nous tirer dessus avec les lasers. C'était génial, on s'est vraiment bien amusés !

Fabien :

Ce jeudi, nous sommes allés au Kinopolis de Rocourt pour faire du laser game. Gael, Laurent, Antony et moi avons participé, accompagnés de l'éducatrice Meryl. Pour ma part, c'était la première fois que je faisais du laser game. Une personne nous a expliqué comment cela fonctionnait et comment prendre l'arme. Nous avons joué pendant 20 minutes dans un labyrinthe, et c'était chacun pour soi. Le but était de toucher les armes des autres. J'ai vraiment adoré cette expérience, je me suis bien éclaté et, à ma grande surprise, j'ai même fini premier ! J'étais super content.



Gael :

Nous étions quatre à jouer à ce jeu. Le but est de se retrouver dans un petit labyrinthe et d'utiliser des armes laser pour toucher l'arme de l'adversaire. Dès qu'on touche l'ennemi, la lumière de son arme clignote, et il faut quelques secondes avant que ça redevienne normal. Nous avons joué pendant 20 minutes et tout le monde s'est bien amusé. C'était vraiment chouette et à refaire !



Daniel:

Je me suis beaucoup amusé à sauter et à aller le plus vite possible, en tombant de haut. Ensuite, je devais revenir sur les mousses, ce qui m'a vraiment vidé de mes forces. Puis, j'ai continué à sauter entre les murs d'obstacles. Après un moment, on a arrêté, mais c'était vraiment super, on s'est tous bien amusés. C'est une activité à refaire sans hésiter !

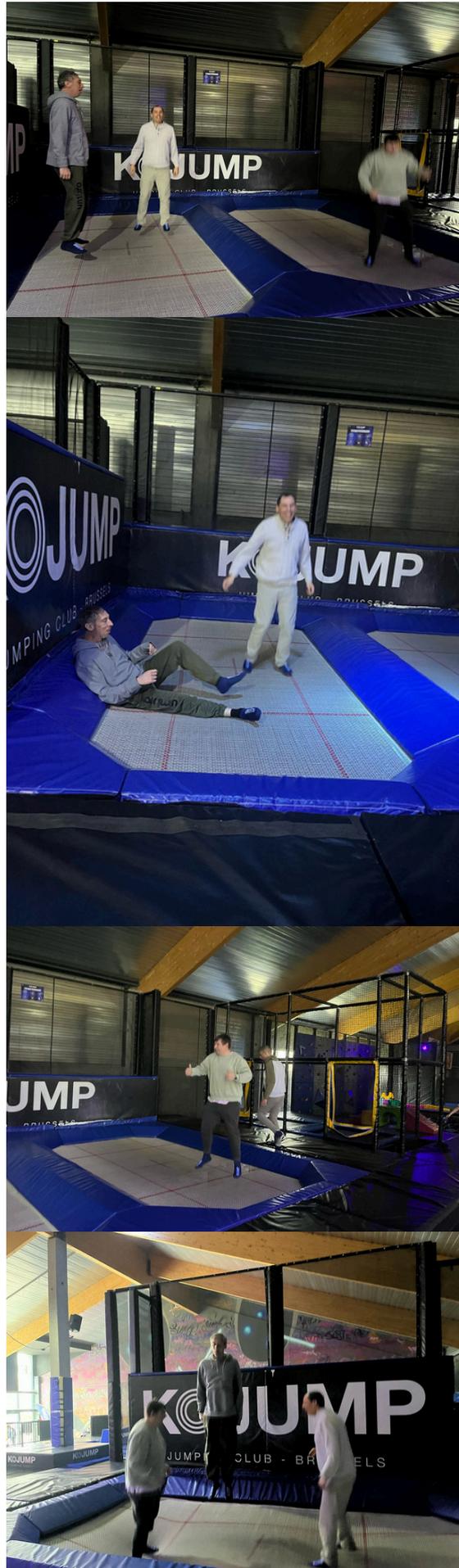
Pierre:

Mercredi 26/03, nous sommes allés à la salle de loisirs Ko Jump à Neupré. Arrivés sur place vers 15h50, nous avons enfilé des chaussettes antidérapantes et avons sauté sur les trampolines pendant environ 40 minutes. Il y avait deux tremplins à différentes hauteurs pour se jeter dans le vide et atterrir sur un gros matelas gonflé à l'air.

Il y avait aussi un trampoline près d'un panier de basket, et j'ai essayé de lancer le ballon dans le panier en sautant en même temps. C'était vraiment épuisant physiquement, mais j'ai quand même beaucoup apprécié cette activité. Nous étions mélangés avec des enfants, ce qui rendait l'ambiance encore plus sympa. C'était ma troisième fois là-bas, et c'est vraiment une activité que je referais avec plaisir !



Ko Jump

**Laurent :**

Daniel, Pierre, Jean-Pierre et moi, accompagnés par Adeline, avons passé l'après-midi au Ko Jump, une immense salle remplie de lumières multicolores. C'est un endroit où petits et grands peuvent s'amuser en sautant sur des trampolines. Ce que j'ai trouvé génial, c'est qu'il y a une multitude d'activités à essayer : on peut s'accrocher à des murs, sauter de hauteurs impressionnantes, faire de l'escalade sur une poutre, jouer au basket, ou simplement sauter comme on veut. Le point commun entre toutes ces activités ? Le trampoline, bien sûr ! C'était vraiment super !

Jean-Pierre:

Je suis allé au Ko Jump et j'ai vraiment adoré ! J'ai sauté sur tous les trampolines, puis j'ai essayé le basket en sautant. C'était super amusant, surtout quand j'ai atterri dans les mousses. Il y avait aussi une poutre en hauteur où l'on devait garder l'équilibre, mais Laurent m'a fait tomber ! C'était une super expérience, pleine de rires et de défis.

Brocantes



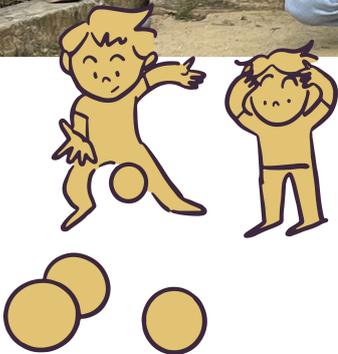
Les résidents adorent se rendre dans des brocantes pour dénicher de bonnes affaires !!



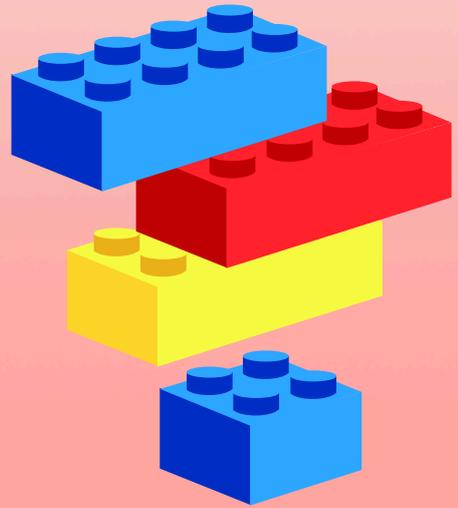
Pétanque



Les résidents apprécient beaucoup ces moments de convivialité, que ce soit à Sprimont, où ils se retrouvent une fois par mois pour des parties de pétanque avec d'autres résidences, ou à Louveigné où le terrain est aussi très pratique pour des jeux plus spontanés.



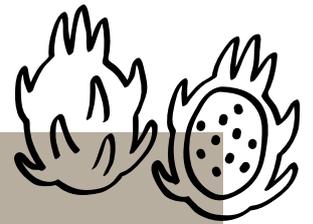
Découvertes



**Exposition: de Mickey à Dragon Ball, Vers la lune
et au-delà, Mundo Pixar expérience, Van Gogh
The immersive expérience**



Exposition dessin : "De Mickey à Dragon Ball"



Jean-Pierre:

Je suis allé voir le musée « De Mickey à Dragon Ball ». Il y avait deux étages. Le premier était consacré à Mickey et à la Panthère Rose. Le deuxième était sur Dragon Ball. Nous avons fini par regarder un court-métrage sur l'histoire de Walt Disney

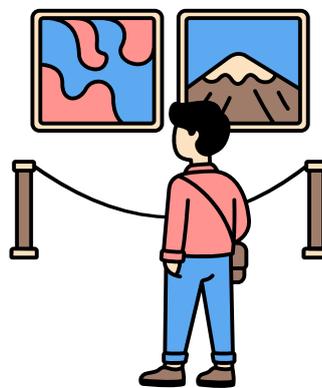
Laurent:

Un après-midi, nous sommes allés à Ans, dans un vieux château où étaient exposés des dessins et des planches de dessinateurs connus. L'exposition s'étendait sur deux étages, avec un court-métrage dédié à Walt Disney. Les œuvres exposées étaient des originales. C'était une expo fantastique, un travail impressionnant, autant pour les petits que pour les grands.



Anthony:

Nous avons visité une exposition sur l'évolution du dessin. Nous avons pu voir des dessins originaux de Mickey, la Panthère rose, Dragon Ball, Tom et Jerry, et bien d'autres encore. L'exposition s'est terminée par un court-métrage sur Walt Disney



Exposition Lego : "Vers la lune et au-delà"



Fabien:

Ce mercredi 29 janvier, Pierre, Jean-Pierre, Daniel, Laurent et moi, accompagnés de la cheffe Adeline, sommes allés à une exposition LEGO et à l'histoire de l'avancée spatiale à la gare des Guillemins ! Arrivés à la gare, nous avons pris l'ascenseur jusqu'au 2ème étage.

Adeline avait réservé les places et, après nous être débarrassés de nos affaires, nous avons commencé la visite de l'exposition. C'était spacieux, et dans chaque pièce, il y avait des constructions LEGO : des tableaux historiques de l'espace à lire, des vaisseaux spatiaux et des fusées, des avions de guerre, des avions commerciaux, des Concorde, des Boeing, ainsi que les premiers avions construits en LEGO dans l'univers Star Wars. Il y avait même un astronaute LEGO géant, des tableaux LEGO, et le discours du président Kennedy en vidéo ! À la fin de l'exposition, il y avait une boutique LEGO. Daniel a acheté un avion LEGO à construire.



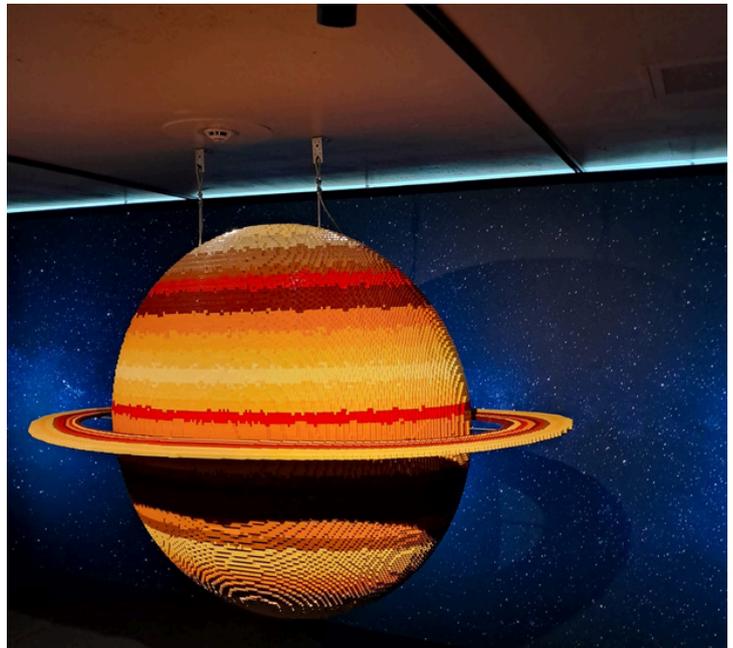
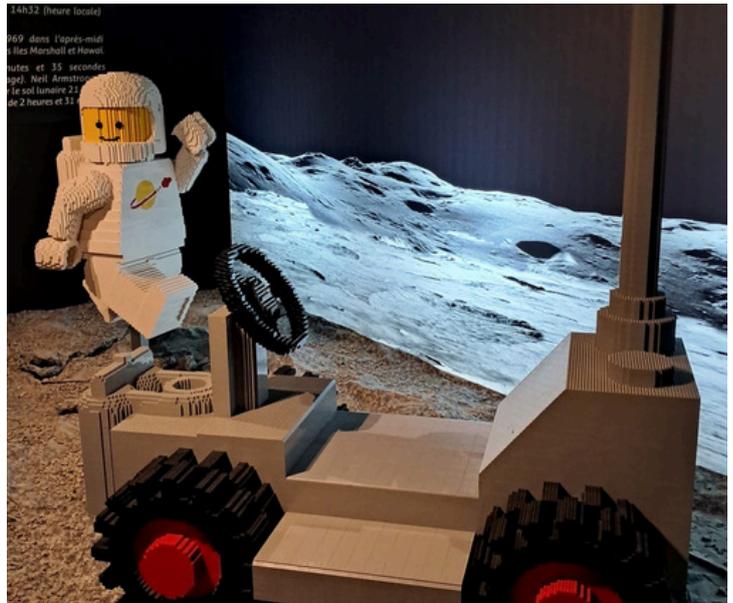
Laurent:

Nous sommes allés visiter une exposition de LEGO à la Gare des Guillemins. C'est une expo assez brève, mais très impressionnante, qui parle du système solaire, modélisé par des centaines de montagnes en LEGO. Elle s'intitulait « Vers la Lune et au-delà ». Il y avait aussi un court reportage avec le discours de J.F. Kennedy lorsque Neil Armstrong a marché sur la Lune pour la première fois, ainsi que des projections sur les futures conquêtes spatiales.



Pierre:

Nous sommes allés mercredi voir une exposition sur les Lego. Arrivés sur place vers 15 h, la visite s'est déroulée en une heure. Il y avait des objets comme une maquette de l'avion Concorde, une navette spatiale Discovery, et de nombreux objets construits en briques de Lego. Des ateliers étaient installés pour que les enfants puissent construire leur propre réalisation. Un panneau affichait le discours du président J.F. Kennedy dans lequel il expliquait pourquoi il était important de réussir à aller sur la Lune avant la fin de la décennie 1960-1970. Pendant la guerre froide, la Russie était en concurrence avec les États-Unis pour envoyer des hommes dans l'espace. J'ai apprécié cette exposition car les constructions étaient parfaitement réussies et le voyage dans l'espace était clairement expliqué. J'ai été impressionné par le perfectionnisme des objets construits avec des centaines de briques Lego. Bref, une bonne après-midi



Daniel:

Nous sommes allés voir l'exposition Lego sur la Lune. On a vu des Lego que j'avais fabriqués chez moi, comme le Concorde et un vaisseau spatial. Il y avait aussi du Lego Star Wars, comme la cantina et le vaisseau Millennium Falcon, ainsi que des petites constructions de Tintin en Lego et même Goldorak ! Concernant la Lune, il y avait des créations inspirées de Jules Verne, comme le tableau 'Autour de la Lune', ainsi que le fameux pas sur la Lune en Lego. L'exposition mettait aussi en avant les femmes qui ont participé à l'exploration spatiale. On a également vu des avions d'Indiana Jones et des Lego anciens, comme ceux de notre enfance, très colorés et stylés. C'était une activité super, même si un peu courte pour voir toutes les belles choses qu'il y avait à découvrir.

Van Gogh: The immersive experience



Daniel:

La journée s'est super bien passée. Nous avons pu voir pas mal d'œuvres de Van Gogh, exposées dans une église. Parmi elles, la fameuse Nuit étoilée, ses autoportraits, ainsi que ses autres peintures célèbres. Nous avons aussi découvert sa chambre, avec son lit peint en jaune. Dans une autre salle, des images défilaient. Il y avait aussi des tableaux qu'il avait réalisés en passant de la Chine à la psychiatrie. Certaines images étaient vraiment magnifiques, projetées sur les voûtes de l'église, créant une belle ambiance lumineuse. Je ne suis vraiment pas déçu par ce musée. C'était très intéressant à voir. À la fin, l'expérience était super apaisante. Il y avait des transats où l'on pouvait s'asseoir et se détendre tranquillement. C'était vraiment une bonne journée.

Pierre :

Le 20 février, nous sommes allés avec Meryl à l'église Saint-Pholien à Liège pour visiter une exposition consacrée à Vincent Van Gogh, un peintre renommé du mouvement impressionniste. Le parcours à travers plusieurs salles nous a donné des détails sur l'histoire de ce peintre, qui n'a pas connu de succès de son vivant. Né en 1853, il s'est donné la mort en 1890. Il a principalement peint durant les dix dernières années de sa vie. Beaucoup de ses œuvres représentent des tournesols ou des champs.

Van Gogh avait une vision particulière des couleurs, car il souffrait de troubles de la vue, ce qui l'a amené à peindre différemment des autres artistes de son époque. Ensuite, nous avons pénétré dans une grande salle où des tableaux de Van Gogh étaient projetés sur les murs. C'était fascinant de pouvoir admirer ses œuvres qui défilaient autour de nous. L'ambiance était relaxante, et j'étais assis sur un transat, ce qui était très reposant. J'ai beaucoup apprécié cette atmosphère.

À la fin de la visite, il était possible de découvrir pendant 10 minutes des œuvres en réalité virtuelle, mais seul Fabien a tenté l'expérience. En résumé, cela a été une très bonne après-midi.





Fabien :

Nous sommes allés à Liège, dans un bâtiment où étaient exposés des tableaux de Van Gogh, ainsi que des éléments relatant le vécu du peintre, présentés sur plusieurs murs. J'ai pris plusieurs photos de l'exposition. Il y avait Daniel, Pierre, Didier et moi, accompagnés de Meryl.

À la fin, le clou du spectacle : des tableaux numériques projetés sur tous les côtés et au plafond. C'était vraiment irréal. Il y avait des chaises longues pour observer ce spectacle incroyable. Nous étions bien installés, et nous sommes restés une heure dans cette salle, en détente, à en prendre plein les yeux.

Je vous conseille vivement cette sortie ! À la fin, j'ai payé 3 euros pour essayer le casque de réalité virtuelle, et j'ai passé 10 minutes à l'intérieur d'un tableau.

Didier :

Tout d'abord, nous avons quitté la maison et sommes allés à Liège pour l'exposition sur Van Gogh. En arrivant, nous avons passé une porte qui nous a menés dans une grande église. Il y avait un long couloir avec des peintures de Van Gogh, de différents styles. Au bout du couloir, il y avait un petit cinéma avec des chaises où nous avons pu voir un court-métrage sur la vie de Van Gogh.

Ensuite, nous avons changé de pièce et avons découvert la chambre de Van Gogh en réel. Elle était assez grande, avec des meubles, un lit et deux chaises. Sur le côté, il y avait une peinture de la chambre réalisée par Van Gogh lui-même, identique à la pièce.

Nous sommes ensuite entrés dans une grande salle, où des chaises pliantes étaient disposées. Sur les murs, au sol et au plafond, des images de Van Gogh étaient projetées. Nous avons vu ses peintures, des décors, des symboles et des jeux de lumière.

Enfin, nous avons quitté l'exposition. C'était une superbe journée et une expérience à refaire.

