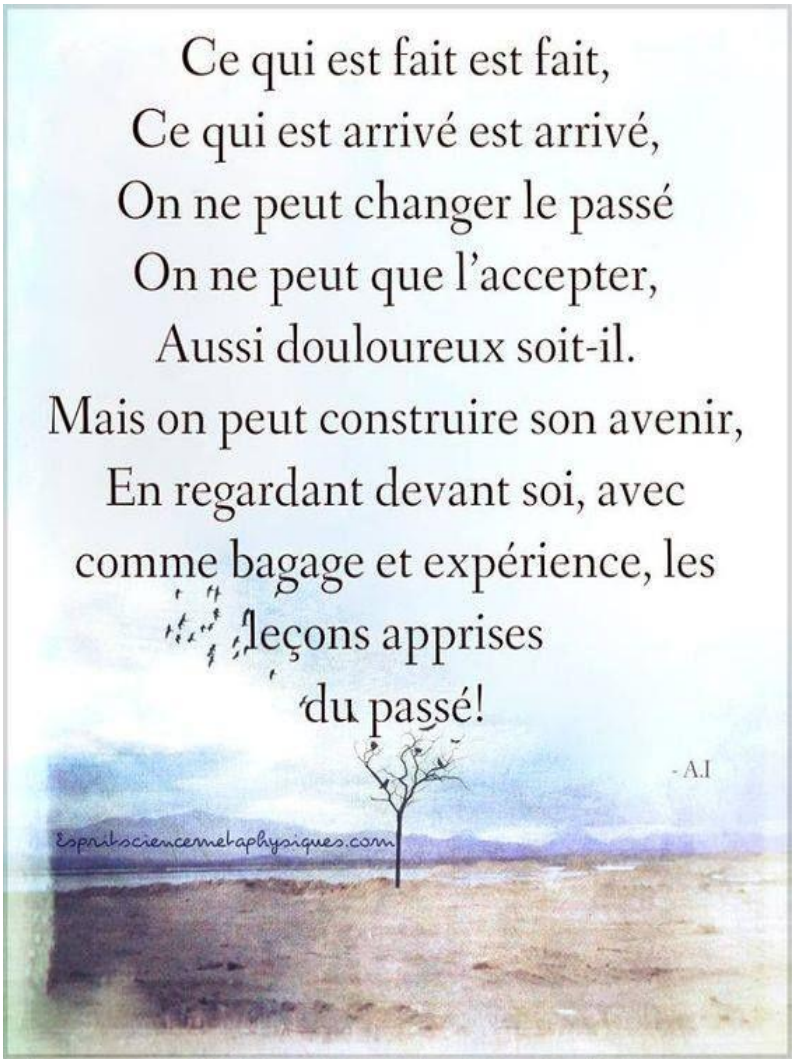
# Le Lien

Mars 2026

Institut Saint Joseph de Néchin




## Sommaire :


- Programme des animations
- Les rubriques des pipelettes de l'institut
- Crée ta valise multisensorielle nomade…
- Quand ton mental sature… 5 gestes simples
- Une tisane pour chaque besoin
- Nos jeux
- Le changement d'heure : histoire
- Solution aux jeux
- Les nouvelles de la maison
- Les photos du mois de février
- Art thérapie : la St Patrick
- Invitation au repas de Printemps

21 mars


Editeur responsable : Vercauteren José, Rue de l'Institut 1 à 7730 Néchin
Rédaction : Delannay Marie-Eve, Puaud Nicole, Dhonte Bénédicte, Florie Demeulemeester
Mise en page : Delannay Marie-Eve, Dhonte Bénédicte, Florie Demeulemeester
Agrégation : P501002

# Programme des animations du mois de mars 2026

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|---|---|---|---|---|---|---|

**PETITS DÉJEUNERS GASTRONOMIQUES**

Le jeudi 05/03 : Quartier St Joseph, Ste Bernadette et les 4 saisons

Le jeudi 12/03 : Quartier Notre-Dame, Notre Dame de lourdes, Ste Anne et la Résidence Service

RDV à la salle des fêtes : À 8h00

**1**
Célébration dominicale à la chapelle dès 10h00

**2**
Atelier confection au crochet
Au local d'Ergo
Dès 14h00 +
Atelier Ecriture
Au living de NDL

**3**
Sortie Shopping.
Départ de l'accueil vers 13h30.

**4**
Vente de vêtements et de chaussures
Salle des fêtes
dès 14h00.

**5**
Petits déjeuners gastronomiques
(Voir encart)

**6**
Jeu « Portrait mystère »
salle des fêtes
dès 14h00.

**7**
Chapelet à la chapelle dès 16h30

**8**
Célébration dominicale à la chapelle dès 10h00

**9**
Préparatifs pour la comédie musicale avec les élèves de 3ème primaire de l'école de Néchin.
RDV salle des fêtes
Dès 13h30

**10**
« La Belgique insolite »
A la salle des fêtes
dès 14h00.

**11**
Après midi spéciale Claude François dès 14h00
Le lieu sera communiqué ultérieurement

**12**
Petits déjeuners gastronomiques
(Voir encart)
Activité créative (à la Takashi Murakami)
Avec les élèves de l'école d'Estaimbourg
Salle des fêtes
Dès 13h30

**13**
Causerie sure :
« Vendredi 13 : on y croit ...ou pas ? »
Au local d'ergo
dès 14h00.

**14**
Chapelet à la chapelle 16h30

**15**
Célébration dominicale
Animée par la chorale à la chapelle
dès 10h00

**16**

Jeu des proverbes
au local d'ergo
dès 14h00.

**17**

Quizz sur la
géographie
Au local d'ergo
Dès 14h00

**18**

local d'ergo
dès 14h00.

**19**

Lotto Bingo
Local d'Ergo
dès 14h00.

**20**

Salle des fêtes
dès 14h00.

**21**

Chapelet à la
chapelle
dès 16h30

**22**

Célébration
dominicale
à la chapelle
dès 10h00

**23**

Blind test musical :
Souvenirs musicaux
au local d'ergo
dès 14h00.

**24**

Nous sommes
invités à l'école
St Charles de
Dottignies
Pour leur spectacle
annuel
Départ de l'accueil
vers 13h15

**25**

Mémoire de vie :
« Mon métier, mon
histoire »
Local d'ergo dès
14h00

**26**

Séance de gym
(parcours
psychomoteur)
Salle des fêtes
dès 14h00.

**27**

(Atelier cognitif)
Local d'ergo
dès 14h00.

**28**

Chapelet à la
chapelle
dès 16h30

**29**

**30**

Atelier confection
au crochet
Au local d'Ergo
Dès 14h00 +
Atelier Ecriture
Au living de NDL

**31**

Salle des fêtes
dès 14h00.

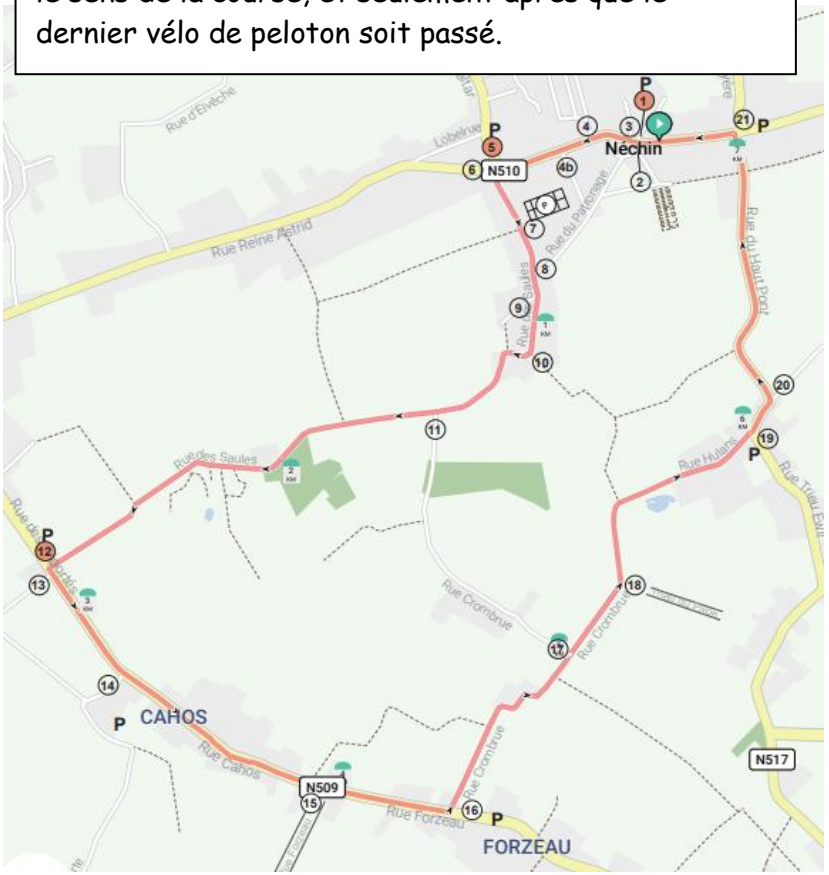
## Avis aux visiteurs :

### Course à vélo :
### le mercredi 18 mars 2026.

La commune nous informe, que le **mercredi 18 mars 2026 dans l'après-midi**, sera organisé le Grand Prix du bourgmestre (course à vélo).

<u>Cette course passera aux abords de l'institut.</u>

Vous pourriez emprunter la rue, mais uniquement dans le sens de la course, et seulement après que le dernier vélo de peloton soit passé.




# Demande de soutien pour l'organisation de notre souper aux fromages

*Samedi 25 avril à partir de 18h30*

*Nous organisons ce souper aux fromages afin d'offrir aux résidents un moment chaleureux et convivial.*

*Cet événement est une belle occasion de partager un temps ensemble et de favoriser les échanges entre les résidents, leurs familles et le personnel.*

*Nous sollicitons donc votre aide et vous remercions sincèrement pour votre engagement et votre précieuse collaboration.*

**Coupon réponse :**

Nom et prénom : .....

Horaire de disponibilité : .....

N° de téléphone : .....

# Les rubriques des « Pipelettes » de l'institut :

Le mois de mars annonce doucement le retour du printemps.
Dans nos rubriques, nous parlerons de la Journée du compliment, une journée pour dire du bien des autres et partager des paroles gentilles.
Nous aborderons aussi les premières allergies du printemps et les petits gestes pour mieux les supporter.
Nous reviendrons également sur plusieurs événements importants qui ont marqué le mois de mars à travers les années.
Enfin, nous découvrirons le Snoezelen, une approche douce en maison de repos, qui aide à se détendre et à se sentir bien.
Bonne lecture à toutes et à tous.

## 1er mars : La Journée du compliment

Chaque année, le 1er mars, nous célébrons la Journée du compliment.
Cette journée un peu spéciale nous invite à dire du bien des autres.
Un compliment, c'est un mot sincère et positif que l'on adresse à quelqu'un pour souligner une qualité, un effort ou une attention.
Cela peut être très simple :

- « Vous êtes toujours souriant. »
- « Merci pour votre aide. »
- « J'admire votre courage. »
- « Votre présence fait du bien. »

Un compliment ne coûte rien, mais il peut avoir beaucoup de valeur.
Il peut redonner confiance à une personne qui doute, apporter du réconfort à quelqu'un qui traverse une période difficile, ou tout simplement illuminer une journée ordinaire.

### Pourquoi est-ce important ?

Avec le temps, on oublie parfois de dire les choses positives que l'on pense. On remarque plus facilement ce qui ne va pas que ce qui va bien.
Cette journée nous rappelle que chacun a des qualités.
Elle nous encourage à regarder les autres avec bienveillance.
En maison de repos, cette attention prend encore plus de sens.

Un mot gentil peut :

- renforcer le lien entre résidents
- encourager le personnel
- apporter du réconfort
- créer une ambiance chaleureuse

Parfois, un simple « merci » ou « je suis content de vous voir » peut changer toute l'atmosphère d'une journée.

### Et si on essayait ?

Le 1er mars, pourquoi ne pas relever un petit défi :
faire au moins un compliment sincère dans la journée ?
Et peut-être que ce geste donnera envie à l'autre de faire de même…
Car la gentillesse est contagieuse.

## Les premières allergies du printemps

Avec l'arrivée du printemps, la nature se réveille. Les arbres bourgeonnent, les fleurs apparaissent… et le pollen se disperse dans l'air.

Certaines personnes commencent alors à ressentir :

- le nez qui coule ou qui se bouche
- des éternuements répétés
- les yeux rouges ou qui démangent
- une gorge irritée
- de la fatigue

Ce sont les allergies saisonnières.

### Qu'est-ce que le pollen ?

Le pollen est une fine poussière produite par les arbres et les plantes pour se reproduire.
Il est transporté par le vent. Lorsqu'on le respire, certaines personnes y sont sensibles. Leur corps réagit comme s'il devait se défendre, ce qui provoque les symptômes.
Au début du printemps, ce sont surtout les arbres (comme le noisetier ou le bouleau) qui libèrent du pollen.

### Pourquoi les allergies commencent plus tôt ?

Depuis plusieurs années, les hivers sont plus doux.
Les températures montent plus rapidement et les arbres fleurissent plus tôt qu'avant.
Résultat : le pollen est présent dans l'air dès la fin de l'hiver.
La saison des allergies commence donc plus tôt… et peut durer plus longtemps.

## Comment se protéger au quotidien ?

Il existe des gestes simples pour limiter les désagréments :

- Aérer son logement tôt le matin ou tard le soir
- Éviter les promenades quand il y a beaucoup de vent
- Porter des lunettes de soleil à l'extérieur
- Se laver les cheveux le soir pour enlever le pollen
- Se rincer le nez avec du sérum physiologique si nécessaire
- Éviter de faire sécher le linge dehors pendant les périodes à risque

Si les symptômes deviennent gênants, il est important d'en parler au médecin.
Des traitements adaptés peuvent soulager efficacement.
Profiter du printemps malgré tout !
Le printemps reste une saison agréable, pleine de lumière et de couleurs.
Même avec quelques allergies, il est possible d'en profiter en prenant quelques précautions.
Comme souvent, il s'agit simplement d'écouter son corps… et d'adapter ses habitudes en douceur.

## Mars à travers l'Histoire : souvenirs et événements marquants

Le mois de mars annonce le retour du printemps… mais il est aussi riche en événements qui ont marqué les mémoires. Remontons ensemble le fil du temps.

### 10 mars 1906 – La catastrophe de la mine de Courrières

Dans le Pas-de-Calais, la catastrophe de la mine de Courrières reste l'une des plus terribles tragédies minières d'Europe. Une explosion de grisou coûte la vie à 1 099 mineurs.
À l'époque, de nombreuses familles vivaient du travail de la mine. Ce drame bouleversa toute la région et marqua durablement la mémoire collective. Il entraîna aussi des améliorations importantes en matière de sécurité dans les mines.

### 11 mars 1911 – Les Français changent d'heure

Ce jour-là, la France abandonne le méridien de Paris pour s'aligner sur celui de Greenwich. Résultat : les Français dorment neuf minutes et vingt-et-une secondes de plus !
Un petit changement technique… mais une grande décision pour harmoniser l'heure avec le reste du monde.

### 31 mars 1928 – Naissance du presse-purée

Le Belge Victor Simon dépose le brevet du « Passe-vite », aujourd'hui appelé presse-purée.
Un objet simple, mais qui a révolutionné bien des cuisines !

Il sera ensuite largement diffusé, notamment par Jean Mantelet, fondateur de Moulinex.
Qui n'a jamais dégusté une purée maison préparée avec cet ustensile ?

## 9 mars 1959 – La naissance de Barbie

À New York, la société Mattel présente la toute première poupée Barbie.
Derrière cette création se trouve une femme déterminée : Ruth Handler, qui impose son idée malgré les réticences d'une direction principalement masculine.
Barbie deviendra l'un des jouets les plus célèbres au monde.

## 26 mars 1972 – Le premier TGV

La SNCF présente son tout premier Train à Grande Vitesse, fabriqué à Belfort.
Le TGV va révolutionner les voyages en France : Paris-Lyon en deux heures, une petite révolution pour l'époque ! Beaucoup se souviennent de leur premier trajet à grande vitesse.

## 30 mars 1974 – Une série devenue culte

Aux États-Unis est diffusé le premier épisode de La petite maison dans la prairie.
Les aventures de la famille Ingalls toucheront des générations de téléspectateurs.
Les valeurs de solidarité, de courage et de famille ont marqué bien des foyers.

## 8 mars 1977 – La Journée internationale des femmes

L'Organisation des Nations unies officialise la Journée internationale des femmes, célébrée chaque 8 mars.
Cette journée rappelle les combats menés pour l'égalité et met à l'honneur les femmes qui ont marqué l'histoire, comme Simone Veil, figure de courage et d'engagement.

## 11 mars 1978 – La disparition de Claude François

Le chanteur Claude François disparaît accidentellement à l'âge de 39 ans.
Sa chanson « Alexandrie Alexandra » sort le jour de ses obsèques. Ses refrains entraînants continuent encore aujourd'hui de faire chanter toutes les générations.

## 5 mars 1981 – Les premiers signaux du sida

Aux États-Unis, des médecins observent des infections pulmonaires inhabituelles.
Un an et demi plus tard, le virus du VIH sera identifié. En France, la maladie sera appelée sida. Cette découverte marquera profondément les décennies suivantes et changera la médecine moderne.

## 6 mars 1987 – Le drame du Herald of Free Enterprise

Le ferry britannique *Herald of Free Enterprise* fait naufrage près du port de Zeebruges, en Belgique. Le bilan est lourd : 193 victimes. Cette catastrophe conduira à renforcer considérablement les règles de sécurité maritime.

## 2 mars 2022 – Jean-Pierre Pernaut

Le journaliste Jean-Pierre Pernaut s'éteint à l'âge de 71 ans. Présent sur TF1 pendant des décennies, il a présenté le journal de 13 heures durant 32 ans, mettant souvent à l'honneur les régions et les traditions françaises.

## 2 mars 2025 – Herbert Léonard

Le chanteur Herbert Léonard disparaît à l'âge de 80 ans. Son grand succès « Pour le plaisir » reste dans toutes les mémoires, une chanson que beaucoup peuvent encore fredonner.

## Le Snoezelen : une parenthèse de douceur

Dans le quotidien d'une maison de repos, les journées sont rythmées par les repas, les soins, les animations et les visites. Mais il existe aussi des moments plus calmes, plus intimes, entièrement consacrés au bien-être. Parmi eux : le Snoezelen. Ce mot un peu mystérieux nous vient des Pays-Bas. Il évoque à la fois l'idée d'explorer et celle de se détendre. Et c'est exactement cela : un temps où l'on prend le temps… de ressentir.

### Un espace apaisant

La séance de Snoezelen se déroule dans une pièce aménagée spécialement pour stimuler les sens tout en douceur.
La lumière y est tamisée. Des couleurs changent lentement sur les murs. Une colonne à bulles attire le regard. Une musique douce accompagne l'instant. Parfois, un parfum léger flotte dans l'air. Des coussins confortables invitent à s'installer.
Tout est pensé pour créer une ambiance sécurisante et chaleureuse.

### Un moment rien que pour soi

Contrairement à certaines activités plus dynamiques, ici, il n'y a rien à réussir, rien à apprendre, rien à faire "comme il faut".
On peut simplement :

- regarder les lumières
- écouter la musique
- toucher une matière douce
- fermer les yeux
- se laisser aller

## Des bienfaits en douceur

En maison de repos, cette approche est particulièrement appréciée. Elle peut aider à :

- apaiser l'anxiété
- diminuer l'agitation
- favoriser la détente
- améliorer le sommeil
- créer un contact plus serein avec les soignants

Parfois, un simple jeu de lumière ou une musique familière suffit à faire naître un sourire… ou à réveiller un souvenir.

## Un autre type de relation

Il permet aussi de vivre un moment privilégié avec l'accompagnant.
On ne parle pas forcément beaucoup. La présence suffit. Un regard, une main posée doucement, un sourire échangé. C'est une autre manière d'être ensemble.

## Une parenthèse de bien-être

Dans un monde souvent bruyant et rapide, le Snoezelen offre un espace de calme et de douceur. Un instant où l'on se sent bien, tout simplement.
Et si le véritable luxe, c'était parfois cela : prendre le temps de ressentir ?

# Crée ta valise multisensorielle nomade…

Besoin d'apaisement, réassurance, stimulation ou de plaisir sensoriel

**(Pas toujours besoin d'une salle, ni de matériel couteux, mais toujours besoin de sens, d'intention et de douceur)**

## Pour :

➡ **une stimulation olfactive :**

- Lingettes lavables
- Huile essentielle douce (lavande vraie, orange douce)
- Roll-on d'une synergie d'huiles essentielles prêt à l'emploi
- Sachets de plantes séchées

➡ **une stimulation visuelle**

- Veilleuse LED à intensité réglable
- Lampe à lave
- Images apaisantes

➡ **une stimulation sonore**

- Petite enceinte
- Playlist douce
- Sons de la nature
- Clochette, Bol tibétain, bâton de pluie

➡ **une stimulation tactiles**

- Balles texturées
- Coussin sensoriel, couverture lestée
- Plumes et tissus doux
- Brosse douce pour mains
- Huile végétale (amande douce, noyaux d'abricot, coco,…)
- pour le modelage des mains

➡ **Ambiance et confort**

- Lumière tamisée
- Plaid
- Fauteuil confortable
- Température agréable
- Silence respecté ou musique choisie
- Temps calme prévu entre 15 et 30 min

# Quand ton mental sature…

*(fatigue, pression, trop-plein intérieur)*

## 5 gestes simples

**1 Main sur le cœur + respiration lente**

→ calme le système nerveux en 60 secondes

**2 Presser doucement entre les sourcils**

→ libère la tension mentale accumulée

**3 Tapoter les deux côtés de la tête**

→ stoppe la boucle des pensées

**4 Auto-massage de la nuque**

→ reláche la pression corporelle

**5 Pincer puis secouer les lobes d'oreilles**

→ aide le corps à redescendre

**5 Pincer puis secouer les lobes d'oreilles**

→ aide le corps à redescendre

**À sauvegarder** pour les moments où tout devient trop lourd

# UNE TISANE POUR CHAQUE BESOIN

## 😌 Stressé(e)?

**Camomille –** Calme l'esprit, idéale avant de dormir ✓

## 🧠 Besoin de concentration?

**Thé vert –** Clarifie et énergise ✓

## 🤢 Ballonné(e)?

**Tisane de Menthe Poivrée –** Apaise la digestion

## 😔 Déprimé(e)?

**Tisane de Rose –** Elévatrice de l'humeur, douce

## 💛 Besoin de détox?

**Tisane de Pissenlit –** Soutient le foie + réduit les ballonnements ✓

## 😊 Besoin de détox ?

**Tisane de Pissenlit –** Soutient le foie + réduit les ballonnements ✓

## 😊 Bien au chaud & Heureux(se)?

**Masala Chai –** Chaleureuse, réconfortante ✓

## 😴 Impossible de dormir ?

**Tisane de Lavande –** Déténd le corps ✓

## 😟 Mal de gorge ?

**Gingembre + Miel –** Guérit et réhauffe ✓

## 🔥 Enflammé(e) ?

**Tisane de Curcuma –** Anti-intlammatoire, réchauffe ✓

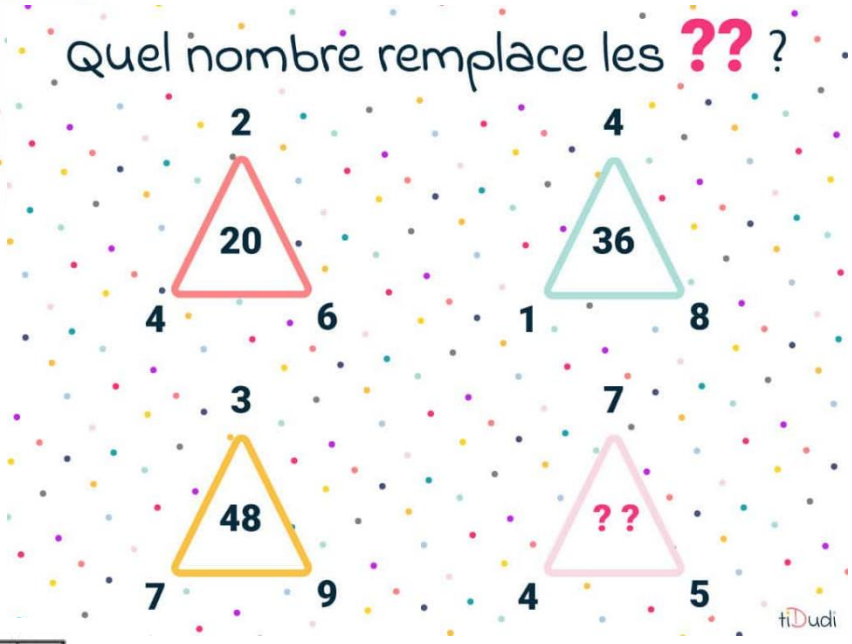
## ❤️ SPM ou crampes ?

**Feuilles de Framboisier –** Atténue les inconforts ✓

## ❤️ SPM ou crampes ?

**Feuilles de Framboisier –** Atténue les inconforts ✓

# Nos jeux



JEUX DES DIFFÉRENCES

Retrouvez 7 différences

# Trouver le mot à l'aide de la définition

| Mot dans le désordre | Définition | Mot à trouver |
|---|---|---|
| *Exemple : LOUPES* | *Grâce à elles j'ai des œufs* | *POULES* |
| E R E A T T I R | Elle pouvait se prendre à 60 ans | |
| I M E C N A | Invention des frères Lumières | |
| D I R E C | Spécialité de Bretagne et de Normandie | |
| O U I R E R S | Il éblouit un visage | |
| M A L I C E | Un escargot sans maison | |
| S T R A T E | Elles se mangent avec les fruits de saison | |
| S C E N A R I S T E | André Malraux en a fait | |
| R O N S R E U T I R C E | Il faut détruire pour mieux... | |
| T R I A G E | Vendredi c'est le ….du loto | |
| I M A N O S | Il fait bon y vivre | |
| F G U C H A F E | Il peut être au gaz, bois, électrique | |
| T H A C | Animal domestique | |
| P A R T I E S | Ils pillaient les bateaux | |
| D E M A N E | Elle peut être le résultat d'une infraction | |
| L A V E U R S | Il en faut dans l'éducation des enfants | |

**Le changement d'heure (heure d'été / heure d'hiver) a une histoire assez ancienne et liée aux économies d'énergie.**
**(Passage à l'heure d'été : la nuit du 28 au 29 mars 2026)**

## 🌍 Les origines : 💡 Benjamin Franklin (1784)

Il est souvent cité comme précurseur. À Paris, il suggère dans un article qu'on pourrait économiser des bougies en se levant plus tôt pour profiter de la lumière du soleil.
👉 Ce n'était pas encore un vrai projet de changement d'heure, mais l'idée était lancée.

## ⏰ Fin du XIXe siècle

En 1895, le Néo-Zélandais George Hudson propose officiellement de décaler l'heure pour profiter davantage de la lumière du jour en été.
En 1907, l'Anglais William Willett fait campagne au Royaume-Uni pour avancer les horloges l'été. Il ne verra pas son projet adopté de son vivant.

## ⚔️ Mise en place pendant la Première Guerre mondiale

Le changement d'heure est adopté pour la première fois en 1916 par l'Allemagne, afin d'économiser le charbon.
Rapidement, la France, le Royaume-Uni et d'autres pays suivent.
Après la guerre, plusieurs pays l'abandonnent.

## 🔁 Retour pendant la Seconde Guerre mondiale

Le système est réutilisé pour économiser l'énergie.
En France, la situation devient compliquée :

- Le nord occupé suit l'heure allemande
- Le sud a une autre heure

Après la Libération, l'heure allemande est conservée (GMT+1).

## 🔋 Crise pétrolière de 1973

Avec la hausse du prix du pétrole, la France réinstaure officiellement le changement d'heure en 1976 pour réduire la consommation d'électricité.
Depuis :
⏩ Passage à l'heure d'été : dernier dimanche de mars
⏪ Passage à l'heure d'hiver : dernier dimanche d'octobre

## EU Situation actuelle

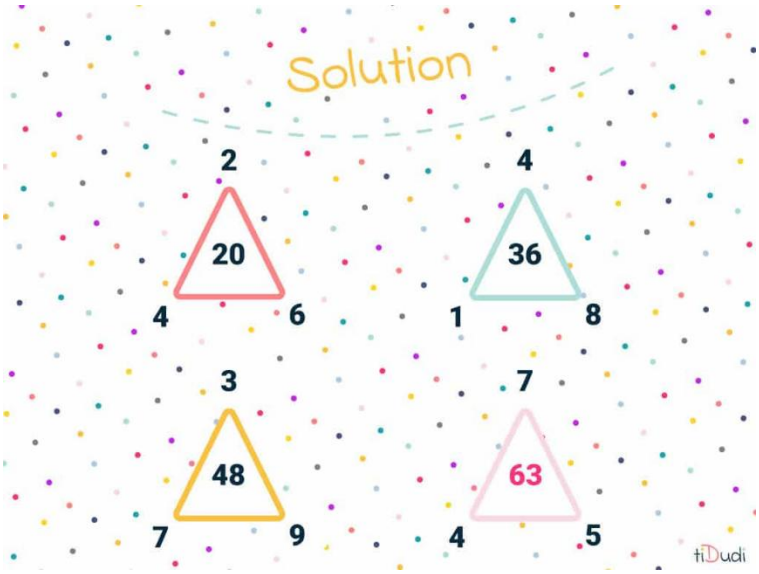
En 2019, l'Union européenne a voté pour mettre fin au changement d'heure saisonnier.
Mais la décision finale (choisir heure d'été ou d'hiver permanente) n'a pas encore été appliquée, donc le système continue pour l'instant.

## 🎯 Pourquoi c'est controversé ?

✔ Avantages : Plus de lumière le soir en été
Légère économie d'énergie (discutée aujourd'hui)

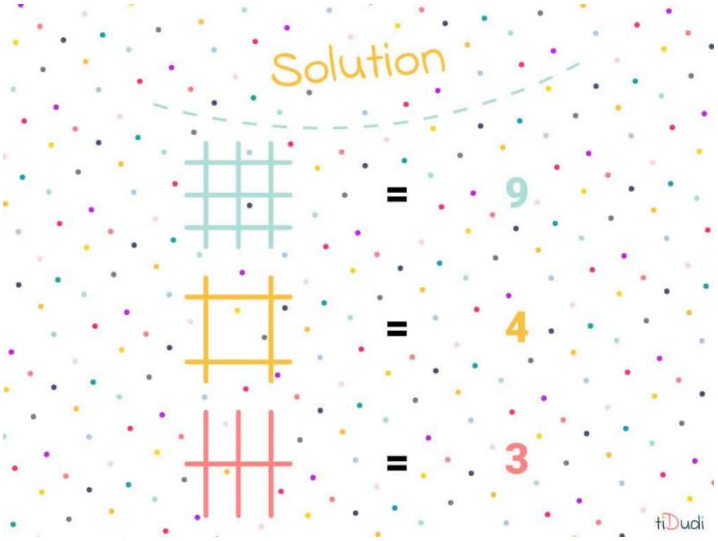
❌ Inconvénients : Perturbation du sommeil
Effets possibles sur la santé
Économies d'énergie moins évidentes qu'avant

# Solution aux jeux




Pour trouver le chiffre mystère, il fallait simplement compter le nombre d'intersections entre les lignes.

Pour chaque triangle, il faut additionner les deux chiffres de la base et multiplier la somme obtenue par le chiffre du sommet. Pour le 4e triangle, nous avons donc 4+5=9, puis 9x7=63



## Trouver le mot à l'aide de la définition

| Mot dans le désordre | Définition | Mot à trouver |
|---|---|---|
| *Exemple : LOUPES* | *Grâce à elles j'ai des œufs* | *POULES* |
| E R E A T T I R | Elle pouvait se prendre à 60 ans | RETRAITE |
| I M E C N A | Invention des frères Lumières | CINÉMA |
| D I R E C | Spécialité de Bretagne et de Normandie | CIDRE |
| O U I R E R S | Il éblouit un visage | SOURIRE |
| M A L I C E | Un escargot sans maison | LIMACE |
| S T R A T E | Elles se mangent avec les fruits de saison | TARTES |
| S C E N A R I S T E | André Malraux en a fait | RÉSISTANCE |
| R O N S R E U T I R C E | Il faut détruire pour mieux... | RECONSTRUIRE |
| T R I A G E | Vendredi c'est le ….du loto | TIRAGE |
| I M A N O S | Il fait bon y vivre | MAISON |
| F G U C H A F E | Il peut être au gaz, bois, électrique | CHAUFFAGE |
| T H A C | Animal domestique | CHAT |
| P A R T I E S | Ils pillaient les bateaux | PIRATES |
| D E M A N E | Elle peut être le résultat d'une infraction | AMENDE |
| L A V E U R S | Il en faut dans l'éducation des enfants | VALEURS |

# Les nouvelles de la maison

## *Les anniversaires du mois de mars :*

### Parmi les résidents :

Le 04/03 : Me Roman Geneviève
Le 07/03 : Me Duvillers Marthe
Le 17/03 : Mr Petit Michel
Le 20/03 : Me Conté Reine
Le 21/03 : Mr Leroy Serge

### Résidence Service : /

### Parmi le personnel :

Aline Declercq : le 03/03
Gricourt Jonathan : le 14/03
Lopes Da Veiga Vania : le 19/03
Declercq Solène : le 20/03
De Gent Emilie : le 24/03
Leclercq Nathalie : le 29/03
Carpentier Mandy : le 08/03
Vankeirsbilck Sara : 16/03
Carlier Ness : le 19/03
Ghedada Dhiyaeddine : le 20/03
Grammens Steven : le 29/03
Deman Maxime : le 31/03

### Ils nous ont rejoints :

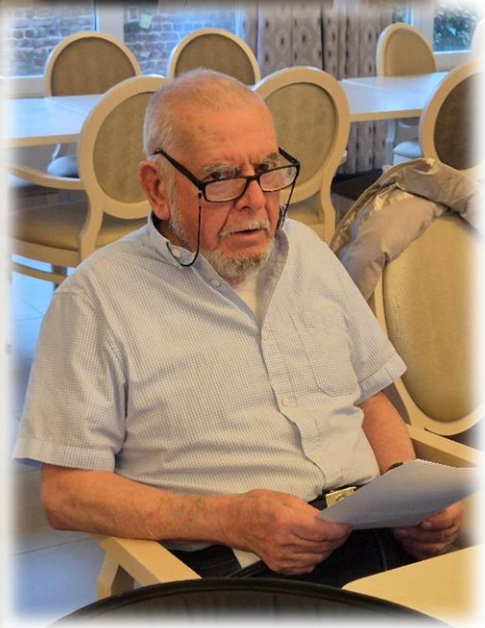
Me Di Martino Guiseppina et Mr Tabbi Filippo : ND03 – le 05/02
Me Osswalt Colette : St Jo – le 16/02
Me Duvinage Anne Christine : L4S – le 19/02
Me Ferrand Ginette : Sjo – le 26/02

### Nos pensées et nos prières accompagnent :

- Me Amon Arlette : le 06/02/26
- Mr Calligaro Gilbert : le 12/02/26
- Me Duponchel Josiane : le 21/02/26

# Photos de février

Bientôt la retraite
pour Sonia



# Repas de Printemps

## SOUPER FROMAGE

**Samedi 25 Avril**

À partir de 18h30

Institut Saint-Joseph de Néchin

***2 passages au buffet inclus***

**Adultes : 20 €**

- Buffet fromage
- Assortiment de pains
- Salade

**Enfants : 12 €**

- Assiette anglaise
- Mousse au chocolat

*ou*

- Buffet fromage
- Mousse au chocolat

## Talon réponse

Nom ..... | Prénom .....

Nombre de repas : Adultes : ..... Enfants : .....

Numéro de téléphone : .....

À remettre avant le 17 avril