

# LA GAZETTE

a.bc.dom services



Edition Février 2023

# ACTUALITES A.BC.DOM

Bonjour à tous,

A.BC.DOM Services a signé un partenariat avec Daika M'zé, **musicothérapeute**.

Cela permettra de proposer un atelier tous les 2 mois aux bénéficiaires volontaires.



Nous avons également répondu à l'appel à projet, dans le cadre du programme **AZALEE**, du département de l'Ain, concernant la mise en place d'actions collectives et individuelles en faveur des personnes âgées de 60 ans et plus vivant à domicile.

Nous commençons une mise à niveau digitale qui aura pour but de mettre en place le **dossier médical partagé**.

---

## CHALLENGE : MOTS INCONNUS

### 1. Galvauder

Réprimander quelqu'un, mettre en désordre, gâter, gâcher.

Mise en situation : Il a galvaudé tout mon linge.

### 2. Guilée

Pluie soudaine & de peu de durée.  
Guilée de Mars.

Mise en situation : Il a fait trois ou quatre guilées aujourd'hui.

# CRÉATIONS

Activité manuelle au chaud quand il fait trop froid dehors.



# ACTIVITÉS

Pour se réchauffer, certains font du sport et d'autres préfèrent boire un thé bien chaud.



# QUEL FRUIT ET LÉGUME NE PAS METTRE AU RÉFRIGÉRATEUR ?

Les **pommes de terre** : le froid rendra leur texture granuleuse à la cuisson.

L'**avocat** : le froid a tendance à noircir sa chair.

L'**oignon** : il va flétrir à température trop basse, tout comme l'ail et l'échalote.

Le **concombre** : il perd son croquant.

Le **melon** et la **pastèque** : réfrigérateur qui va stopper leur action anti-oxydante et affadir leur goût.

La **banane** : comme elle continue de mûrir après cueillette, laissez-la évoluer tranquillement loin du froid.

Les **fruits à noyau** : comme l'avocat dont le froid fait noircir la chair, pêches, abricots et nectarines s'épanouiront dans la corbeille à fruits.

Le **basilic** : comme toutes les herbes aromatiques – persil, coriandre, menthe...- le basilic coupé va inéluctablement faner dans votre frigo.

Les **œufs** : leur coquille perméable absorbe toutes les odeurs. Laissés dans leur emballage d'origine, ils se conservent très bien dans un placard.



---

## ANNIVERSAIRE DU MOIS



Ce mois-ci nous avons souhaité un **joyeux anniversaire** à Marie, Renée, Madeleine, Yvonne, Fernande et Marcelle