

« **En passant par la Lorraine** » est une des chansons les plus populaires du répertoire français. L'origine de cette chanson populaire n'est pas certaine, mais ...

° *En passant par la Lorraine* relaterait de la rencontre de Henri III (1551-1589) et de Louise de Lorraine (qui deviendra reine de France) lorsque se rendant en Pologne, il s'arrêta à Nancy.

Elle daterait donc du XVIème siècle.

En 1885, sous la 3^{ème} République, cette chanson a été modifiée et mise au service du gouvernement qui voulait que l'école publique dispose d'un répertoire de chansons à connotation patriotique.

Confection d'un masque

La prolongation du confinement nous a été annoncée ce lundi, aussi, en attendant que nous ayons tous des masques, nous vous proposons de le confectionner vous-même, (*Sopalin, Scotch et Bolduc*), en 2 minutes.

Pour la marche à suivre, cliquer sur :

<https://www.youtube.com/watch?v=HKfRkxxfSYw>

idée de Gabrielle Wenk, secrétaire adjointe et mis en place par Michel Marchal, vice-président et Marylène Krieger, secrétaire ATNA

Dans ce confinement, comment gérer son stress ?

Par la sophrologie ...

La sophrologie est une technique de relaxation. Elle est basée sur l'étude de la conscience et les moyens de retrouver l'équilibre et l'harmonie de l'esprit, explique un éminent docteur-sophrologue.

La sophrologie peut, donc, aider à gérer le stress et l'anxiété, mieux supporter l'enfermement.

Avec ses techniques de relaxation et des mouvements simples, la sophrologie peut, donc, aider à gérer le stress et l'anxiété, mieux supporter l'enfermement et vous apporter du réconfort pendant cette crise.

Aussi, en cas de besoin, notre animatrice, Nadia, en formation dans ce domaine, propose de vous aider.

Vous pouvez l'appeler les après-midi des lundis, mercredis et vendredis de 14 h 00 à 17 h 00 sur le téléphone portable de l'ATNA, **07 80 44 35 86**, ouvert à cette occasion uniquement.

Nadia, animatrice, et Carmen Caudy-Richard, présidente

Un jeu amusant ... Les animaux cachés

Avec certaines lettres du mot « Istamboul », classées dans un ordre déterminé, on peut former un nom d'animal, par exemple : BOA. Quels autres noms d'animaux pourriez-vous trouver en procédant de la même manière avec les noms des villes suivantes :

° 1- Montréal ° 2- Caracas ° 3- Poitiers ° 4- Montevideo ° 5- Anvers

Réponses dans le prochain envoi

Carmen Caudy-Richard, présidente



de la part d'Alain Plasson, membre du Conseil d'Administration

Pour un besoin ou un renseignement particulier, vous pouvez contacter les numéros de téléphone ou l'adresse internet mentionnés ci-dessus

Les membres du Conseil d'Administration, les salariées, les intervenants et certains bénévoles se joignent à moi, afin que vous ne vous ennuyiez pas de trop pendant cette période de confinement, en vous « bombardant » de messages de toutes sortes, au moins, une fois pas semaine, et surtout ...

RESTEZ CHEZ VOUS