



# Association Tervilloise du Nouvel Age

Association d'éducation populaire - arrêté n° 57 - 504

Siège social : 21, rue Fabert - 57180 TERVILLE

Tél.: 06 30 93 89 15 - 06 37 05 01 90 - courriel : atna57@gmail.com

## CORONAVIRUS COVID-19

### Lundi 11 Mai 2020 a eu lieu le déconfinement Surtout, PRENEZ TOUJOURS SOIN DE VOUS

*Pour ce 9<sup>e</sup> envoi : Nous vous proposons du « Scrabble »*

Pour ma part, pour faire un joli "scrabble", je suggère quelques mots de 7 lettres.

Que donnent-elles ?

RAHETTE - GONIVES - ESNTWR - EAHTUCA - RYAVOEG - LURJBEI -  
RUZEBER - YOREENV - HADPIN - MIGORER

*et du « Boggle »*



Il s'agit de trouver un maximum de mots, en utilisant les lettres indiquées par les dés. Chaque mot doit avoir au moins 3 lettres et doit pouvoir être épelé dans l'ordre orthographique de ces lettres. Ces lettres doivent donc être voisines et se lire dans l'ordre. Exemple : OIE est valable, mais, MONDE ne l'est pas, car, si toutes les lettres se touchent, elles ne sont pas dans l'ordre.

Sont admis : tous les mots figurant dans la première partie du dictionnaire, ainsi que les participes passés.

Sont exclus : les noms propres, les sigles, les abréviations et les verbes conjugués. A vous de jouer

*Réponses au prochain envoi*

*de la part de Ginette Bauschert, intervenante scrabble*

### **Besoin des autres** : Notre besoin humain de socialisation

Si on apprécie parfois de se retrouver seul, cela devient beaucoup plus difficile à supporter quand cette solitude se prolonge. Familles, amis, ils nous ont tellement manqués du 19 mars au 11 mai 2020 où nous sommes restés chez nous, confinés. Le fait de ne pas les voir, les serrer dans nos bras ou encore les embrasser, nous a profondément marqués et confrontés à l'expérience de la solitude.

Mais pourquoi avons-nous tant besoin des autres ? Quatre pistes à méditer...

#### → Pour se construire soi-même

Grâce aux autres, on grandit. Nos parents, nos amis, ou encore l'école participent activement à notre apprentissage de la vie. Ils nous aident à nous connaître nous-mêmes et à nous construire en adulte autonome et responsable.

#### → Pour ne pas être seul

La solitude a une connotation négative et elle est associée à une dimension de souffrance. A l'inverse, être entouré a de réels bienfaits sur notre santé et notre bien-être.

#### → Pour se sentir exister

Cette notion d'existence rejoint d'abord notre capacité à **RESSENTIR** des émotions très souvent liées aux autres : être heureux, triste ou en colère. De plus, la **PENSEE** et la **PAROLE** sont des facultés essentielles pour interagir avec les autres. Nous pouvons ainsi partager nos expériences, nos projets, nos envies.

#### → Pour se sentir utile

Qui n'a jamais écouté, aidé, ou encore conseillé quelqu'un ? Dans ce contexte du confinement, vous avez trouvé des solutions pour supporter cette solitude et maintenir un lien social, certes différent, en raison de la distanciation sociale imposée, mais ô combien important !

*de la part de la Fédération Seniors Moselle*

**PRENEZ TOUJOURS SOIN DE VOUS**

20 mai 2020