

LE P'TIT JOURNAL

OCTOBRE 2014



*EHPAD « Auguste Arvier »
21360 Bligny-sur-Ouche*





Automne

L'automne est l'une des quatre saisons de l'année dans les zones tempérées. Elle suit l'été et précède l'hiver.

L'automne se caractérise par une baisse progressive des températures. Cette saison est notamment marquée par un temps devenant progressivement plus nuageux, pluvieux et venteux, parfois neigeux en fin de saison. Mais l'automne peut encore donner de belles journées ensoleillées et douces notamment en début de saison.



Octobre

Octobre est le dixième mois des calendriers grégorien et julien.

Son nom est issu du latin *october* (de *octo*, huit) car il était le huitième mois de l'ancien calendrier romain.

La révolution d'Octobre a commencé en 1917 le 25 octobre (parfois appelé aussi *octobre rouge*) du calendrier julien (utilisé dans la tradition orthodoxe russe), soit le 7 novembre du calendrier grégorien.

Dans la plupart des pays ou régions d'Europe qui appliquent l'heure d'été, le dernier dimanche d'octobre est celui du passage à l'heure d'hiver, c'est-à-dire le retour à l'heure normale du fuseau horaire. Dans certains pays ou régions de l'hémisphère sud, ce même dimanche est celui du passage à l'heure d'été.

Dans la religion catholique, le mois d'octobre est dédié à Notre-Dame du Rosaire et aux anges gardiens.

Octobre est un mois connu dans la sorcellerie. En effet, les rites sorciers ont toujours lieu lors des mois d'octobre, notamment les dates impaires.

C'est le mois des vendanges tardives, de la récolte des pommes à cidre et des

glands. Les nuits seront de plus en plus précoces : les jours diminuent d'une heure quarante-sept minutes dans le mois.

Dictons du mois et interprétations :

Ces dictons traditionnels, parfois discutables, ne traduisent une réalité que pour les pays tempérés de l'hémisphère nord.

- « Gelée d'octobre rend le vigneron sobre », « Octobre de froid pas chiche ne fait pas le vigneron riche. »

Un octobre froid compromet les vendanges.

- « Octobre en brumes, mois à rhumes », « Octobre en gelées, chenilles trépassées », « Octobre glacé fait vermine trépasser », « En octobre, il

faut que l'homme vite s'habille quand le mûrier se déshabille », « Si octobre s'emplit de vent, du froid tu pâtiras longtemps », « Vent d'octobre, ta pelisse il faut que tu sortes », « En octobre, c'est le vent qui mène les feuilles au champ », « En Octobre, si tu es prudent, achète grains et vêtements », « En octobre, qui n'a pas de robe en cherche. »

- « Beaucoup de pluie en octobre, beaucoup de vent en décembre », « Brouillards d'octobre et pluvieux novembre font bon décembre », « S'il neige en octobre, l'hiver sera sobre », « Octobre emmitouflé annonce décembre ensoleillé », « Quand d'octobre vient la fin, Toussaint est au matin. »

Le temps d'octobre annonce celui des mois suivants.

Évènements en octobre :

Happy
Halloween

Le 31 octobre, est célébrée la fête d'Halloween dans certains pays occidentaux. Les maisons et vitrines des magasins peuvent être décorées et les enfants font du porte à porte afin de récolter des bonbons.



POURQUOI LES FEUILLES CHANGENT DE COULEUR EN AUTOMNE AVANT DE TOMBER ?



Les arbres feuillus changent radicalement d'aspect en automne et en hiver. C'est pour eux le moyen le plus efficace de survivre aux mois froids et pauvres en eau.

Les arbres et les arbustes dont la fraîche verdure nous a réjouis au printemps et en été se transforment en automne et jusqu'aux premières gelées en une mer de feuilles jaunes, rouges et brunes.



Plusieurs causes expliquent la coloration automnale :

La coloration hivernale permet aux feuillus de se préparer à la saison froide et pauvre en eau. Les jours plus courts et les premières nuits fraîches déclenchent dans les feuilles un processus de vieillissement régulé génétiquement.

Le transfert de pigments entraîne un changement de couleur.

Le feuillage des peupliers et des érables tourne au jaune, celui des chênes rouges d'Amérique étonne par sa rutilance. Au printemps et en été, c'est le pigment vert qui domine, c'est-à-dire la chlorophylle, indispensable pour la photosynthèse. La couleur brune n'apparaît qu'à la mort de la feuille.

Le changement de couleur est également lié au fait que des éléments minéraux sont dégradés et des éléments importants comme le phosphore, le fer, le potassium et l'azote sont déplacés vers les parties vivantes du tronc, des branches et des racines.

Pour éviter des pertes en chlorophylle, la plante la fractionne en plus petits composants, qu'elle extrait des feuilles pour les stocker dans le tronc, les rameaux, ou les racines jusqu'au printemps suivant, lorsque les nouvelles feuilles auront à nouveau besoin de ce pigment vital.

Ceci explique que le jaune domine dans le feuillage en automne.



Contrairement à la coloration jaune et brune, le rouge est dû à un groupe d'éléments, les anthocyanes, qui sont produites durant cette phase de transition.

Les arbres perdent leurs feuilles pour s'adapter à la sécheresse hivernale.

La chute annuelle des feuilles en automne est une adaptation au manque d'eau en hiver. En temps normal, les arbres transpirent sur la face supérieure des feuilles une grande partie de l'eau absorbée par leurs racines.

Un chêne rouge d'Amérique d'une centaine d'années perd ainsi environ 400 litres d'eau par jour, un gros bouleau entre 40 et 150 litres par jour.



La chute automnale des feuilles n'est donc pas causée en premier lieu par le gel et les vents forts, mais résulte d'un processus actif pour préparer l'arbre à des conditions hivernales pendant lesquelles l'alimentation en eau dans un sol gelé posera le principal problème.



La chute des feuilles n'est pas seulement une protection efficace contre le dessèchement, mais aussi une cure de détoxification. En perdant ses feuilles, l'arbre se débarrasse en même temps des substances toxiques qu'il a accumulées pendant l'été.

En outre, grâce à l'absence de feuilles, les bourgeons sont mieux exposés à la lumière

nécessaire à leur développement au printemps.



Des exceptions :

Contrairement à la plupart des feuillus, certaines essences telles que le hêtre, le charme ou le chêne conservent jusqu'au printemps leurs feuilles mortes et desséchées.

Les feuilles restent généralement sur l'arbre jusqu'aux premières tempêtes printanières.

Divers facteurs environnementaux peuvent provoquer une chute prématurée des feuilles. Celles-ci sont alors encore vertes, parfois aussi brunes.

Les longues canicules estivales dessèchent les feuilles, mais un sol très humide peut aussi entraîner un flétrissement parce que les racines pourrissent et ne peuvent guère plus absorber d'eau. Les arbres fragilisés par les conditions climatiques extrêmes et les polluants sont particulièrement vulnérables aux infections fongiques et aux attaques d'insectes, qui causent à leur tour la chute prématurée du feuillage.

Quant au feuillage des frênes, des aulnes et des sureaux, il est normal qu'il tombe lorsqu'il est encore vert car il ne change pas de couleur.





Matin d'Octobre (François Coppée)

*C'est l'heure exquise et matinale
Que rougit un soleil soudain.
A travers la brume automnale
Tombent les feuilles du jardin.*

*Leur chute est lente. Ou peut les suivre
Du regard en reconnaissant
Le chêne à sa feuille de cuivre,
L'érable à sa feuille de sang.*

*Les dernières, les plus rouillées,
Tombent des branches dépouillées :
Mais ce n'est pas l'hiver encore.
Une blonde lumière arrose
La nature, et, dans l'air tout rose,
On croirait qu'il neige de l'or.*

*Recette de velouté
potimarron-moutarde*



Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Ingrédients pour 4 personnes :

- 600g de pulpe de potimarron
- 1 cube de bouillon de volaille déshydraté
- ½ litre d'eau
- 1 cuillère à soupe de moutarde mi forte, saveur douce
- 20 cl de crème légère liquide 12% mat.gr
- 25 g de beurre doux extra fin

Couper la pulpe de potimarron en cube de 2 cm et les mettre dans une cocotte. Ajouter ¼ de litre d'eau, couvrir la cocotte et laisser cuire à feu moyen pendant 20 minutes avec le bouillon de cube. Verser la crème bien froide dans un bol et la fouetter pour obtenir une chantilly. Lorsque le potimarron est tendre, ajouter le bouillon et la moutarde. Mixer finement. Incorporer la crème fouettée en tournant avec un fouet.

Bon appétit !



Bonjour à toutes et tous,

l'automne approche ,
et avec lui revient
la traditionnelle période
de vaccination
antigrippale !

Vous allez recevoir très prochainement par
courrier

**le bon de prise en charge
du vaccin contre la grippe !**

Je vous remercie par avance de le transmettre
aux infirmières (ou à tout autre membre du
personnel)

*ou de nous informer
de votre refus de
vaccination*



Les Infirmières

Les Anniversaires de septembre



Madame BAILLE Renée, 93 ans



Madame BELORGEY Jeanne Marie, 94 ans



Madame BRIVOT Denise, 90 ans



Madame COURTOIS Odette, 94 ans



Madame GOUPILLON Madeleine, 90 ans



Madame GUICHARD Eugénie Camille, 99 ans



Madame GUILLEMARD Yvette, 90 ans



Madame JUILLET Andrée, 88 ans



Madame NAUDET Marcelle, 99 ans



Animation musicale



De nombreux anniversaires ce mois-ci !!



Vivement la dégustation du gâteau



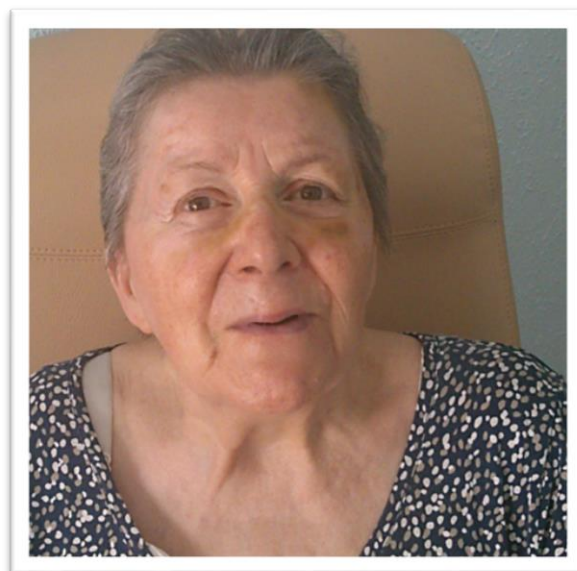
Mesdames Pothier, Larcher et Menaut

NOUVEAUX ARRIVANTS

Nous leur souhaitons la bienvenue



Madame RIPERT Lucienne
Entrée le 15 septembre 2014



Madame DIARD Jeannine
Entrée le 30 septembre 2014

Animations par Marine et Emilie

Bienvenue à Marine REDON, qui vient de rejoindre notre équipe en tant qu'animatrice



Marine REDON



Ambiance d'automne réalisée par Mesdames Balizet, Belorgey, Jacquemard, Guichard, Chevalier, Rocher, Garnier, Fichot et Monsieur Auvray

EVENEMENT Octobre 2014

LA TOMBOLA

Le samedi 20 septembre a eu lieu notre traditionnelle tombola, les familles, les amis sont venus nombreux partager ce moment de convivialité avec les résidents.



Les familles, les amis...



Des jeux, dégustation à la buvette, des gaufres...



Un moment de convivialité



Une animation musicale : le trio Jackie Ambert

JEUX

TROUVER ET BARRER LA PHRASE INTRUS

1. On s'amuse bien
2. On ne plaisante pas
3. On ne fait que se distraire
4. Quelle rigolade !

1. Il fait un froid de canard
2. On gèle
3. Le temps est à l'orage
4. Il fait frisquet

1. Il y a un vent violent
2. C'est la tempête
3. C'est le calme plat
4. Les tuiles s'envolent

1. Je n'en peux plus
2. C'est la grande forme
3. Je suis épuisée
4. J'ai envie de dormir

1. On entendrait une mouche voler
2. Quel vacarme !
3. ça me casse les oreilles
4. On ne s'entend plus

1. Il est malade
2. Il ne se sent pas bien
3. Il fait venir le médecin
4. Il est en pleine santé

1. A ce prix, c'est donné
2. Cela revient cher
3. C'est très onéreux
4. Je n'en ai pas les moyens

1. Il a gagné
2. C'est lui le vainqueur
3. Il a été battu
4. Il aura la coupe

Réponses à la fin du journal

Trouver les capitales du monde

Pays	Capitale
CHINE
CANADA
BRESIL
AUSTRALIE
INDE
ARABIE SAOUDITE
RUSSIE
PARAGUAY
MAROC
CHILI
MEXIQUE
ARGENTINE
COLOMBIE
PEROU
BOLIVIE
TUNISIE
GROENLAND	
JAPON	

Réponses à la fin du journal

Mot de départ	Définition	Mot à trouver
Exemple : LOUPE	Grâce à elles j'ai des oeufs	Réponse : POULE
OSURSI	Rongeur se trouvant dans une maison	
LONDAHELL	Pays producteur de tulipes	
NAGE	Il est mignon comme un...	
PEMOM	Fruit avec différentes variétés	
STADE	Certaines sont importantes dans notre vie	
TENTATION	Lors d'un danger il faut faire...	
EPEUPO	Les petites filles aiment y jouer	
CEVHA	Oh la...	
AUE	Elle compose notre corps à 60% à l'âge adulte	
EPRILaura	Utile lorsqu'il pleut	
AELIRAS	Il est perçu en fin de mois	
STAR	Peuvent transmettre la peste	
VETO	Droit obtenu par les françaises après la 2nd guerre mondiale	
FOIS	Il fait chaud, j'ai très...	
GARS	Evitez d'en manger !	
LIME	Bon pour la gorge	
PERSI	Nécessaire pour brancher un appareil électrique	

Réponses à la fin du journal

Anagrammes

Retrouvez le mot (colonne 3) à l'aide de la définition (colonne 2) en prenant les lettres du mot de départ (colonne 1).

Exemple : LOUPE	Grâce à elles j'ai des oeufs	Réponse : POULE
RENAIS	Elles nous servent à respirer	
ASPIRINE	L'habitant de la capitale française	
CASER	Il régna sur l'empire Romain	
CREATION	Maurice Chevalier en portait un	
MINISTRE	On fait appelle à eux quand la charge de travail augmente	
CLOS	Permettent de franchir les sommets	
DIRE	Il plisse son front, cela fait une....	
REVER	Il permet de boire	
TENTATION	Lors d'un danger il faut faire...	
TARTINEM	Le père fouettard en a un...	
CENTRE	N'est pas ancien	
DIETE	Ni chaud, ni froid	
SLIDHONEREL	Elles viennent au printemps	
QUALLIGAME	Il rend les femmes encore plus belles	
TRACE	Elles sont au nombre de 32 ou 54	
VILLE SERAS	On l'appelait « roi soleil », il habitait...	
GRANIT	Il peut être dauphinois	

Réponses à la fin du journal

CHARADES

Mon premier sert à transporter l'eauSEAU.....
On dort dans mon deuxièmeLIT.....
Mon troisième fait la paireDEUX.....
Mon tout est costaudSOLIDE.....

A vous de jouer !

Mon premier fait mal
Mon deuxième fait « miaou »
Mon troisième est un amusement
Mon tout permet de bien dormir

Mon premier est une boisson
Mon deuxième n'est pas beau
Mon troisième n'est pas juste
Mon quatrième est une négation
Mon tout est fixe à la maison et mobile dans ma poche.....

Mon premier est une note de musique
Mon deuxième est très apprécié par les asiatiques
Mon troisième est une attache
Mon tout est indispensable à la fabrication du pain

Mon premier éclaire les bateaux quand ils rentrent la nuit au port
Mon second c'est ce qui sert à tenir les voiles
Mon troisième est l'outil qui coupe le bois
Mon tout est l'endroit où l'on achète les médicaments

Réponses à la fin du journal

MOTS CROISES

↔	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
A												
B												
C												
D												
E												
F												
G												
H												
I												
J												
K												
L												

HORIZONTAL

A: Comprennent plusieurs épaisseurs **B:** Fleuve d'Italie, Rainura **C:** Tricherai, Chef-lieu de canton du Var **D:** Détendu, Lac d'Irlande du Nord **E:** Doubla de coton à pansements, Diminution **F:** Forces françaises de l'intérieur, Maréchal de France à partir de 1765 **G:** Marquai, Volcan actif du Japon **H:** Chef sudiste pendant la guerre de Sécession, Détecteur de poissons, C'est-à-dire **I:** À moitié, Prélevons le zeste **J:** Publiai, Insecticide **K:** Chef-lieu d'arrondissement de Lot-et-Garonne, Relatif à l'aile **L:** Chanteur français (la Mer), Général et homme politique portugais (1935 -)

VERTICAL

1: Copient **2:** Lente, Canard **3:** Ville du Québec, Colère **4:** Sélectionnât, Organisation du traité de l'Atlantique Nord **5:** Faux, Point gagnant **6:** Fille de Déméter, Philosophe chinois (VIe - Ve s) **7:** Femelle du daim, undefined **8:** Pisser, Hospice **9:** Cela, Théologien et philosophe allemand (1260- vers 1328), Arrose Gravelines **10:** Montrent un grand contentement, Dieu de la Guerre et du Savoir **11:** Ville du Nigeria **Frictionner** **12:** Connaisses, Intentes

Quizz

Q1. Quel animal vit dans une frayère ?

- Le renard
- Le koala
- Le jars
- Le saumon

Q2. Quel animal vit dans un clapier ?

- L'hirondelle
- Le dindon
- Le lapin
- La souris

Q3. Que mange le gorille ?

- Des feuilles
- Des poissons
- Des petits mammifères

Q4. Combien une étoile de mer a-t-elle de branches ?

- 4
- 5
- 8
- 12

Q5. Pour quelle célèbre marque un lapin rose fait-il souvent une course ?

- Hertz
- Décathlon
- Duracell
- Elf

Q6. Qu'étudie un ichtyologiste ?

- Les mollusques
- Les bovins
- Les insectes
- Les poissons

Q7. A quelle famille appartient le scorpion ?

- Les arachnides
- Les gastéropodes
- Les mammifères
- Les myriapodes

Q8. Quel animal est un bonobo ?

- Un lion
- Un zèbre
- Un phacochère
- Un singe

Q9. Qu'est-ce qu'un chinchilla ?

- Un chien
- Un rongeur
- Un singe
- Un poisson

Q10. A quel animal une gerbille se rapproche-t-elle le plus ?

- Un rat
- Un chat
- Un serpent
- Un poisson

Réponses à la fin du journal

REPONSES JEUX

Réponses Trouver et barrer la phrase intrusive

1. On s'amuse bien
- ~~2. On ne plaisante pas~~
3. On ne fait que se distraire
4. Quelle rigolade !

1. Il fait un froid de canard
2. On gèle
- ~~3. Le temps est à l'orage~~
4. Il fait frisquet

1. Il y a un vent violent
2. C'est la tempête
- ~~3. C'est le calme plat~~
4. Les tuiles s'envolent

1. Je n'en peux plus
- ~~2. C'est la grande forme~~
3. Je suis épuisée
4. J'ai envie de dormir

- ~~1. On entendrait une mouche voler~~
2. Quel vacarme !
3. ça me casse les oreilles
4. On ne s'entend plus

1. Il est malade
2. Il ne se sent pas bien
3. Il fait venir le médecin
- ~~4. Il est en pleine santé~~

- ~~1. A ce prix, c'est donné~~
2. Cela revient cher
3. C'est très onéreux
4. Je n'en ai pas les moyens

1. Il a gagné
2. C'est lui le vainqueur
- ~~3. Il a été battu~~
4. Il aura la coupe

Réponses Les Capitales

Pékin, Ottawa, Brasilia, Camberra, Bombay, Riyad, Moscou, Asunción, Rabat, Santiago, Mexico, Buenos Aires, Bogota, Lima, La Paz, Tunis, Nuuk, Tokyo.

Réponses Reconstituer le mot dans le bon ordre

Mot de départ	Définition	Mot à trouver
Exemple : LOUPE	Grâce à elles j'ai des oeufs	Réponse : POULE
OSURSI	Rongeur se trouvant dans une maison	SOURIS
LONDAHELL	Pays producteur de tulipes	HOLLANDE
NAGE	Il est mignon comme un...	ANGE
PEMOM	Fruit avec différentes variétés	POMME
STADE	Certaines sont importantes dans notre vie	DATES
TENTATION	Lors d'un danger il faut faire...	ATTENTION
EPEUPO	Les petites filles aiment y jouer	POUPEE
CEVHA	Oh la...	VACHE
AUE	Elle compose notre corps à 60% à l'âge adulte	EAU
EPRILaura	Utile lorsqu'il pleut	PARAPLUIE
AELIRAS	Il est perçu en fin de mois	SALAIRE
STAR	Peuvent transmettre la peste	RATS
VETO	Droit obtenu par les françaises après la 2nd guerre mondiale	VOTE
FOIS	Il fait chaud, j'ai très...	SOIF
GARS	Evitez d'en manger !	GRAS
LIME	Bon pour la gorge	MIEL
PERSI	Nécessaire pour brancher un appareil électrique	PRISE

Réponses Les Anagrammes

Mot de départ	Définition	Mot à trouver
Exemple : LOUPE	Grâce à elles j'ai des oeufs	Réponse : POULE
RENAIS	Elles nous servent à respirer	NARINES
ASPIRINE	L'habitant de la capitale française	PARISIEN
CASER	Il régna sur l'empire Romain	CESAR
CREATION	Maurice Chevalier en portait un	CANOTIER
MINISTRE	On fait appelle à eux quand la charge de travail augmente	INTERIMS
CLOS	Permettent de franchir les sommets	COLS
DIRE	Il plisse son front, cela fait une....	RIDE
REVER	Il permet de boire	VERRE
TENTATION	Lors d'un danger il faut faire...	ATTENTION
TARTINEM	Le père fouettard en a un...	MARTINET
CENTRE	N'est pas ancien	RECENT
DIETE	Ni chaud, ni froid	TIEDE
SLIDHONEREL	Elles viennent au printemps	HIRONDELLES
QUALLIGAME	Il rend les femmes encore plus belles	MAQUILLAGE
TRACE	Elles sont au nombre de 32 ou 54	CARTE
VILLE SERAS	On l'appelait « roi soleil », il habitait...	VERSAILLES
GRANIT	Il peut être dauphinois	GRATIN

Réponse Charades

Mon premier sert à transporter l'eau
On dort dans mon deuxième
Mon troisième fait la paire
Mon tout est costaud

.....SEAU.....
.....LIT.....
.....DEUX.....
.....SOLIDE.....

A vous de jouer !

Mon premier fait mal
Mon deuxième fait « miaou »
Mon troisième est un amusement
Mon tout permet de bien dormir

COUP
CHAT
JEU
COUCHAGE

Mon premier est une boisson
Mon deuxième n'est pas beau
Mon troisième n'est pas juste
Mon quatrième est une négation
Mon tout est fixe à la maison et mobile dans ma poche

THE
LAID
FAUX
NE
TELEPHONE

Mon premier est une note de musique
Mon deuxième est très apprécié par les asiatiques
Mon troisième est une attache
Mon tout est indispensable à la fabrication du pain

FA
RIZ
NOEUD
FARINE

Mon premier éclaire les bateaux quand ils rentrent la nuit au port
Mon second c'est ce qui sert à tenir les voiles
Mon troisième est l'outil qui coupe le bois
Mon tout est l'endroit où l'on achète les médicaments

PHARE
MAT
SCIE
PHARMACIE

Réponse Mots Croisés

↔	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
A	M	U	L	T	I	C	O	U	C	H	E	S
B	I		A	R	N	O		R	A	I	N	A
C	C	O	P	I	E	R	A	I		L	U	C
D	R	E	L	A	X	E		N	E	A	G	H
E	O	U	A	T	A		D	E	C	R	U	E
F	F	F	I		C	L	A	R	K	E		S
G	I		N	O	T	A	I		A	S	O	
H	L	E	E		S	O	N	A	R		I	E
I	M	I		O		Z	E	S	T	O	N	S
J	E	D	I	T	A	I		I		D	D	T
K	N	E	R	A	C		A	L	A	I	R	E
L	T	R	E	N	E	T		E	A	N	E	S

Réponse Quiz

Q1. Le saumon

Q2. Le lapin

Q3. Les feuilles

Q4. 5

Q5. Duracell

Q6. Les poissons

Q7. Les arachnides

Q8. Le singe

Q9. Le rongeur

Q10. Le rat