

LE P'TIT JOURNAL

JANVIER – FÉVRIER – MARS 2019



*EHPAD Auguste Arvier
21360 Bligny-Sur-Ouche*



LE MOT DE L'ANIMATRICE

Le p'tit journal du dernier trimestre 2018 n'est pas paru en raison de mon arrêt maladie, veuillez m'en excuser.

Vous retrouverez donc dans ce premier exemplaire 2019 les thèmes développés comme dans les précédents, ainsi que la page jeux détente.

Toutes nouvelles suggestions de votre part ou de votre famille sont les bienvenues.

Je reste à votre écoute et vous remercie.

Dominique



POÈME



LA NOCE DES OISEAUX

Les arbres se sont habillés de couleurs pastels,
Jonquilles, crocus ont bravé la fraîcheur du temps,
Que déjà, les oiseaux publient leurs noces dans le ciel.
Neiges et froidures sont parties : "Vive le Printemps"!

Immense symphonie, où des millions de fleurs,
Se mélangent en un jour, aux bourgeons de velours
D'un coup de baguette magique : le ciel sort ses couleurs
Pour éblouir nos yeux, il devient troubadour.



Dans un ballet de cabrioles fantastiques
Les oiseaux dansent, s'accouplent et préparent leur nid,
Guidés par une force invisible et mystique,
Leur chant monte en hommage : au Maître de Symphonie.



Les oiseaux se sont embrassés sur les branches,
Et des angelots coquins ont ajusté leurs flèches....
Etrange ! tout ce que le Printemps en un jour change!

Les arbres se sont habillés de couleurs pastels,
Tandis que sous leurs branches les amoureux de mèche,
Se contentent fleurette quand roucoulent les tourterelles.



Jean-Claude Brinette



ATELIER D'ECRITURE



Au cours de cet atelier, chacun se remémore des souvenirs enfouis depuis fort longtemps dans un tiroir de sa mémoire.

Ce moment d'échanges permet d'ouvrir des portes chez certains résidents et de confier un petit morceau de leur histoire de vie.

C'est pourquoi j'ai nommé cette activité : « *Perles de vie* »

★ *Hier, quand on travaillait...*

★ *Moi, j'étais coiffeuse à Dijon. Pendant la guerre, une cliente avait attendu pas mal de temps avant de se faire coiffer. Elle était pleine de poux. Je l'ai nettoyée et j'ai fait très attention car ça m'est arrivé d'en attraper... Alors... Merci !!*



Les poux, c'était commun pendant la guerre et même après... même maintenant... Dans les écoles, il y en a encore parfois. Avant, on frottait la tête avec du pétrole. C'était formidable. La Marie-Rose, c'était plutôt une réputation. J'en ai dépouillé des têtes, tiens... Y'a des gens très bien qui avaient et qui ont des poux encore maintenant. J'ai connu ça dans mon métier !

★ Dans la culture

★ On était dans la culture. Les chevaux m'écoutaient. Quand je ramassais les pommes de terre, y'en a un qui venait poser sa tête sur mon épaule. Moi, je nettoyais l'auge des vaches avant de leur donner les betteraves avec la farine. J'aimais que tout soit propre, comme tout ce que je faisais. Les vaches, ça se respecte.

★ Moi, par contre, quand les autres allaient à l'école et que je devais travailler, ça me faisait pleurer.

★ Dans le temps, on mettait des sabots de bois. Nous on avait 1,5 km à faire à pied pour aller à l'école. Un jour, un jeune garçon a cassé son sabot à peine à mi-chemin. Il est venu à l'école avec un sabot partagé en deux sur plus d'1km. Il était courageux.



☆ *C'était un voisin qui conduisait un tracteur et tirait un chariot. Il avançait gaiement ; mais le chariot avait perdu des ridelles et le foin tombait au fur et à mesure que le tracteur avançait ! Le voisin s'était aperçu de rien et continuait sa route tout en saluant les personnes qu'il rencontrait. Quelle ne fut pas sa surprise quand il s'est aperçu de sa catastrophe !*

☆ *Mon papa, il emmenait le grain à moudre au moulin Châtain. Le cheval tirait le chargement et s'arrêtait faire une station à chaque bistrot sans que mon papa lui ait demandé ! Il connaissait le chemin et les habitudes du conducteur !*

☆ *En vélo*

☆ *Mon oncle emmenait sa femme dans une remorque derrière le vélo. Une fois, la remorque s'est détachée sans que mon oncle s'en rende compte. Ma tante riait aux éclats. Mon oncle a enfin compris ce qui se passait et il est reparti chercher sa femme. Heureusement qu'elle n'a pas été blessée !*

✪ Une grosse sottise !

☆ Pendant l'absence de ses parents, la grande sœur devait garder Lucie, fillette de 5-6 ans. La petite fille est allée chercher du vin à la cave avec une topette. Elle a tiré le vin et l'a bu à la bouteille. Elle voyait tout tourner. Qu'est-ce qu'elle a été malade ! On la couchée... et la grande sœur s'est fait disputer... Elle ne sait pas trop pourquoi elle a fait ça !

☆ Le coin du miroir, c'était un lieu de rendez-vous à Dijon. Le chanoine Kir aimait y faire la circulation. Il était en soutane et agitait les bras pour arrêter ou faire passer les voitures. Quel embouteillage ! Un foutoir pas possible ! Ça klaxonnait de partout ! Tous les Dijonnais se souviennent de cet événement.



Dijon, août 1938 - A défaut de plage, les Dijonnais, cherchant un peu de fraîcheur, peuplent les bords de l'Ouche, là où se situe maintenant le lac Kir, pour s'ébattre dans l'eau et se donner un peu l'illusion d'être à la mer qui se trouve bien loin de Dijon, à 500 kilomètres.

★ *Le facteur, autrefois et maintenant*

★ *Au départ, il faisait sa tournée à pied 9 ou 10km. Puis, à vélo il parcourait 20 à 25km. Et maintenant, en voiture, il fait 50km ! Il portait un uniforme bleu et un képi. Une fois, par méchanceté, une personne a mis une crotte dans la boîte aux lettres... Vous imaginez la mauvaise surprise de la personne qui a relevé son courrier !*

★ *Carnaval*

★ *A la campagne, c'était la tradition. Les enfants se déguisaient. On se retrouvait et on passait dans toutes les maisons. On avait une boîte qu'on agitait pour qu'on nous donne des sous... On avait des bonbons, des gâteaux et quelquefois des sous. La maîtresse nous reconnaissait, nous, « les carnavaux » ! A Dijon, c'était « la mère folle ». Il y avait des chars, des gens déguisés et des batailles de confettis.*



Comité des Fêtes de Dijon – Fête de la Mère Folle des 23 au 28 mars 1935
Archive Municipale de Dijon

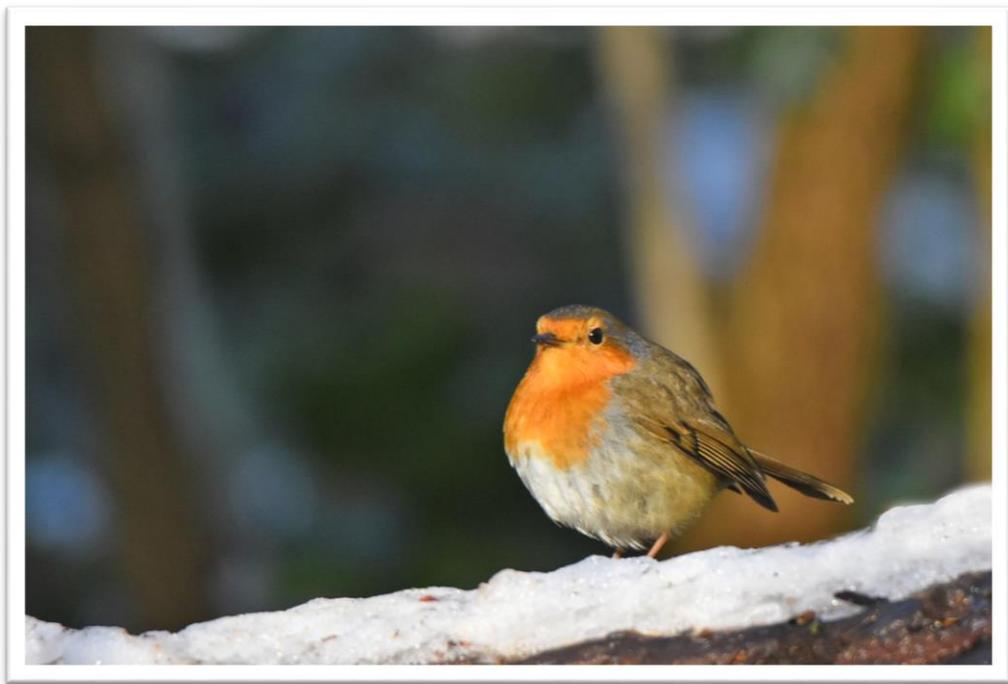
NATURE FAUNE FLORE

LES OISEAUX EN HIVER

Cet hiver, les résidents se sont beaucoup intéressés aux oiseaux. Certains les nourrissent et s'émerveillent devant ces petites boules de plumes qui savent bien les rappeler à l'ordre si l'alimentation n'arrive pas assez vite.

Ils attendent perchés sur le rebord du balcon comme pour me dire « eh, oh tu m'as oublié ! »

Bien que cette année, l'hiver semble vouloir prendre son temps : c'est la saison la plus difficile pour les oiseaux qui résistent bien moins au froid à cause du manque de nourriture et de boisson. L'aide qui peut leur être apportée en cette saison est nécessaire à leur survie.



Rouge-gorge

Quand l'hiver arrive, les aliments naturels dont se nourrissent les oiseaux se font bien plus rares. Pour affronter le froid, ils doivent brûler davantage de calories que durant le reste de l'année. Un oiseau peut ainsi perdre en une seule nuit jusqu'à 10 à 12 % de son poids!

Quand le froid ne se fait pas trop ressentir et que la température ne descend pas trop bas, les oiseaux ont encore la possibilité de trouver de la nourriture dans les haies comme des cenelles (les fruits de l'aubépine) ou alors dans les cours de ferme.



Cenelles

☆ Je me rappelle dans le temps, les haies étaient rouges tellement elles étaient recouvertes de cenelles. Maintenant, c'est comme tout, on broie les haies et on détruit peu à peu le refuge des petits oiseaux.

Comment les aider à passer cette période difficile?

Dès l'apparition des premières gelées et jusqu'à l'arrivée du printemps, il est possible de leur venir en aide en leur donnant des mélanges de petites graines. Elles conviennent à plusieurs espèces et sont adaptées aux différents becs des oiseaux.

Les graines de tournesol sont idéales car elles sont très riches en graisse. Les oiseaux craignent moins le froid que le manque de nourriture

Les fruits, telles que les pommes ou les poires conviennent parfaitement. Les rouges-gorges, les mésanges et les merles sont friands de ce genre d'aliments.

☆ Les pies sont à l'affût du moindre petit morceau d'aliment, tout leur convient. A la maison, elles venaient « chiper » les croquettes de mes chats.

☆ Quand je donnais à manger aux poules un mélange de pain et d'eau, elles guettaient et sitôt partie, elles en prenaient de grosses becquées.

☆ Moi, chaque matin j'émiette du pain sur le balcon pour les mésanges. Les moineaux viennent également se régaler, il faut bien nourrir tout le monde. C'est mon travail quotidien durant l'hiver.

☆ Quand le sol est recouvert de neige, les oiseaux la becquent. Sur mon balcon, je leur mets un petit récipient d'eau tiède quand il gèle. L'avantage, c'est que l'eau gèle moins vite l'eau qu'on tire du robinet.

Attention tout de même : quelquefois, en essayant de rendre service aux oiseaux, on peut être néfaste.

L'erreur la plus fréquente comme ils le disaient à la télé l'autre fois, c'est de leur donner des restants de repas. Ils sont souvent trop salés, trop sucrés ou trop cuits, inadaptés pour leur petit gésier.

☆ Quand on commence à les nourrir, il ne faut pas interrompre jusqu'à l'arrivée des beaux jours. Les oiseaux seraient perturbés par ce changement alors qu'ils se sont peu

à peu habitués à un point d'alimentation fixe. Ils ne sauraient plus où aller chercher de la nourriture.

☆ Si par malheur j'ai oublié de remplir leur mangeoire de petites graines, ils viennent me le rappeler en virevoltant devant ma fenêtre.

Toutes ces attentions permettent à ces petits êtres fragiles de passer l'hiver plus sereinement.

☆ Nous, nous sommes bien au chaud, alors qu'eux, leur vie ne tient qu'à un fil par grand froid.

Alors peut-être qu'à l'arrivée du printemps, vous gratifieront ils de leurs chants mélodieux, avant de s'éloigner vers d'autres horizons.



Un verdier

ACTIVITÉS PRÉVUES POUR LE TRIMESTRE PROCHAIN

➔ 1, 2, 3, Albums :
Echanges avec les
collégiens
accompagnés de
Madame
MOUILLON,
bibliothécaire



➔ Visite du Musée
Papotte sur deux
lundis.



➔ Plantations pour
le fleurissement de
l'EHPAD
L'occasion d'aller au
marché de Bligny-
Sur-ouche.



➔ Intervention de Monsieur JACQUOTTIN : diaporamas balade provençale.



➔ Repas en terrasse sous chapiteau au mois de juin.



➔ Intervention de l'Age D'Or : vente de vêtements au mois de juin.



RETOUR EN IMAGE SUR LES ANIMATIONS

★ Le LOTO

*Une activité très prisée des résidents
Un réel succès.*



Patience et concentration sont de rigueur.



Chacun est en haleine à l'annonce des numéros.



LES GAGNANTES



Madame VANSTAEVEL Ghyslaine



Madame QUINARD Eliane



Madame THEURET Dolly



*Madame GUILLEMARD Marcelle
et sa nièce*

★ *Après-midi Crêpes*

Recette de la "pâte à crêpes"

Ingrédients:

Farine 3 oeufs entiers 3 Cuière à soupe 50 gr 30 Cl

Ustensiles:

fouet couteau saladier verre mesureur une poêle

Confection:

1 formez un puit 2 3 faire les crêpes

<http://nounoudanslain.centerblog.net>

Et vous ? Quelle est votre recette de crêpes ?

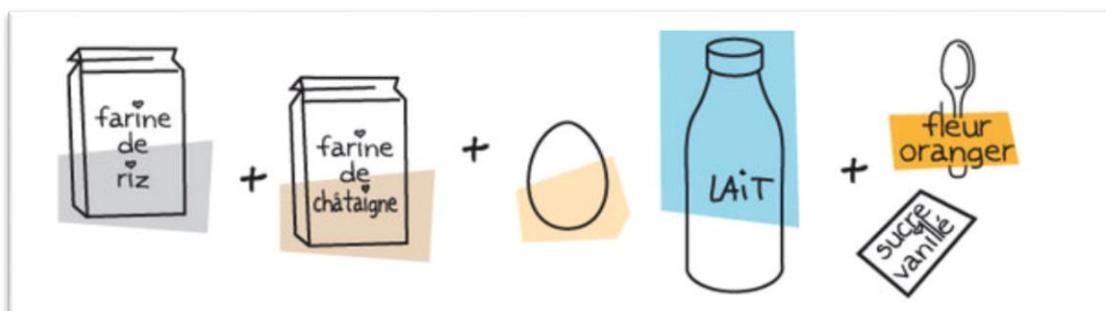


Madame VANSTAEVEL Ghislaine

***Toujours le sourire et le souci de nous faire plaisir !
Madame Vanstaevel nous prépare nos crêpes dans la
bonne humeur. Un moment de partage que l'on
attend avec impatience. Cela sent bon ! Difficile de
résister Une, deux, trois... allez une quatrième !***

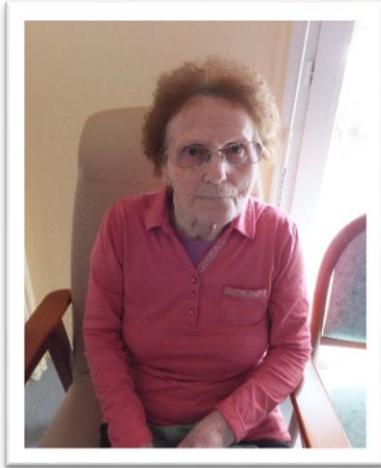


***Madame TAINURIER Raymonde
Madame QUINARD Eliane***





**LES
NOUVEAUX
ARRIVANTS**



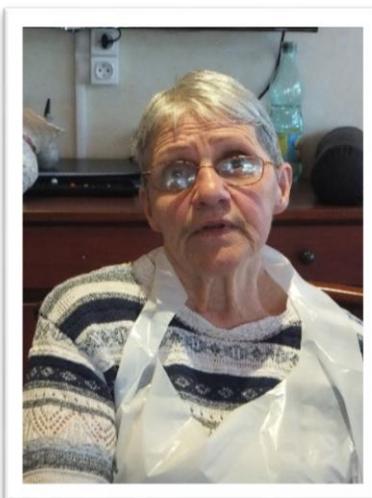
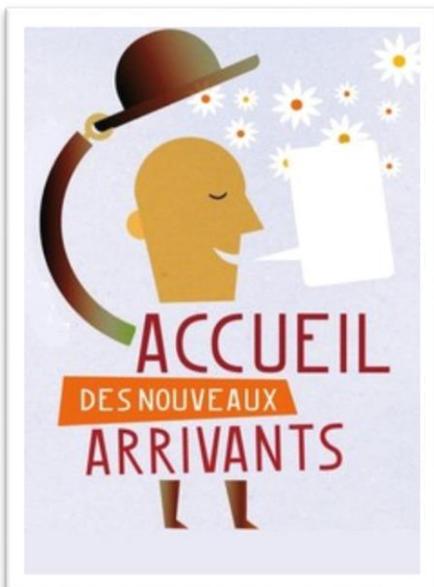
***Mme FINOT
Chantal***



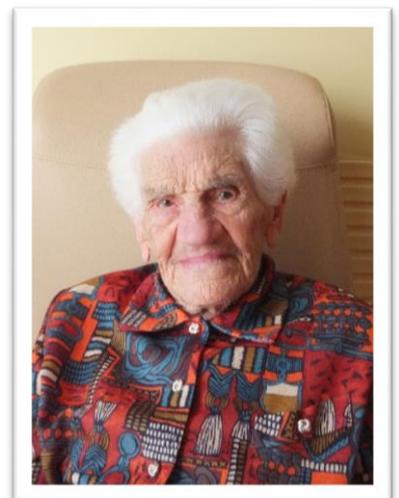
***Mme ANDRE
Suzanne***



***M. LEBOUTET
Edmond***



***Mme GUYARD
Odile***



***Mme DEMONGEOT
Gilberte***

JEUX

***Observez attentivement ces photos pour découvrir
7 différences***



La Recette Inachevée



Le chef a laissé des blancs dans sa recette. Comblez-les avec les mots de la liste ci-dessous !

Vous pourrez ainsi réaliser un délicieux lapin aux raisins et champignons des bois.

Les mots : champignons - bouillon de volaille - persil haché - lapin - ciboulette - vin blanc - ail haché - échalotes – réservez - crème fraîche.

« Mettez une cocotte à chauffer avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et faite dorer les morceaux de (.....) au fur et à mesure. (.....). Ajoutez une cuillère à soupe supplémentaire d'huile d'olive, (.....) et faites dorer vos (.....). Saupoudrez de (.....), salez et poivrez, mélangez et réservez. Remettez votre lapin dans la cocotte avec les (.....) ciselées et le (.....), laissez frémir 5 minutes puis mouillez avec le (.....), salez et poivrez. Couvrez et laissez cuire 20 minutes. Dans la cocotte, versez les champignons et les grains de raisins. Continuez la cuisson 20 minutes. En fin de cuisson, ajoutez la (.....). Décorez avec la (.....). »

LE JACKPOT

Trouvez les 3 symboles qui apparaissent trois fois dans le jeu



SOLUTIONS DES JEUX

Les différences



La recette inachevée

« Mettez une cocotte à chauffer avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et faite dorer les morceaux de **lapin** au fur et à mesure. **Réservez**. Ajoutez une cuillère à soupe supplémentaire d'huile d'olive, **l'ail haché** et faites dorer vos **champignons**. Saupoudrez de **persil haché**, salez et poivrez, mélangez et réservez. Remettez votre lapin dans la cocotte avec les **échalotes** ciselées et le **vin blanc**, laissez frémir 5 minutes puis mouillez avec le **bouillon de volaille**, salez et poivrez. Couvrez et laissez cuire 20 minutes. Dans la cocotte, versez les champignons et les grains de raisins. Continuez la cuisson 20 minutes. En fin de cuisson, ajoutez la **crème fraîche**. Décorez avec la **ciboulette** ».

LE JACKPOT





Tarifs et frais de séjour applicables à compter du 1^{er} avril 2019

I) CHAMBRES SITUÉES DANS L'ANCIENNE AILE

Résidents âgés de plus de 60 ans : **50.40 € + 5.04 € = 55.44 €**
soit **55.44 € x 31 jours = 1 718.64 €**

(Forfait « hébergement » + prix de journée « dépendance »
correspondant aux G.I.R. 5 & 6)

Résidents âgés de moins de 60 ans : **65.44 €**
soit **65.44 € x 31 jours = 2 028.64 €**

II) CHAMBRES SITUÉES DANS LA NOUVELLE AILE

Résidents âgés de plus de 60 ans : **55.44 € + 5.04 € = 60.48 €**
soit **60.48 € x 31 jours = 1874.88 €**

(Forfait « hébergement » + prix de journée « dépendance »
correspondant aux G.I.R. 5 & 6)

Résidents âgés de moins de 60 ans : **70.48 €**
soit **70.48 € x 31 jours = 2184.88 €**