

LES P'TITS POTINS DE LA VARENNE

DE MARS A JUILLET 2014

N° 1

Sommaire

Le comité de rédaction

Mot de la directrice

Mot de la cadre de santé

Mot du secrétariat

Vacances en Hollande

Séjour Vacances 2013

Les fêtes Dieu

Recette

Une petite risette

Jouons

Les temps forts

La Chanson d'Ambrières

Dates à retenir

Nous souhaitons la bienvenue

Une petite pensée pour ceux qui nous ont quittés

Quoi de neuf chez le personnel ?



COMITE DE REDACTION :

Mesdames BARBE Solange, CHARDON Marthe,
DESAUNAY Suzanne, FLEURY Jeanne,
LAMBERT Hélène, MILON Odette,
RAIMBAULT Germaine, RUAULT Lucienne,
TRIHAN Rachelle

TOUTES LES PERSONNES QUI SOUHAITENT PARTICIPER A LA
REDACTION SONT LES BIENVENUES

MOT DE LA DIRECTRICE

C'est une grande joie et non sans une certaine fierté que nous inaugurons, les résidents, le personnel et moi-même, la parution du N°1 des « p'tits potins de la Varenne », qui prend ainsi le relais, après quelques années d'absence, des « Echos de la Varenne ».

Les résidents ont souhaité changer le nom de la revue trimestrielle afin d'impulser un nouveau départ, un nouveau regard...

Ce journal est un espace d'expression et de liberté pour les résidents, leurs familles et leurs proches qui souhaitent s'adonner à la rédaction ou tout simplement voudraient partager des idées, des récits, des voyages, des divertissements ou toute autre rubrique insolite.

Nous souhaitons également que ce journal soit ouvert vers l'extérieur, par une participation des membres des familles, du personnel et par le relais des habitants de la commune d'Ambrières les Vallées.

Je tiens à remercier les résidents, membres du comité de rédaction, pour leur participation à l'élaboration et la rédaction de ce premier numéro, qui, je l'espère, sera le début d'une nouvelle aventure, rafraichissante et enrichissante pour tous.

Je remercie également Virginie pour le soutien et l'accompagnement qu'elle a apporté au comité, dans la rédaction, mais aussi son travail de synthèse, de rédaction et de mise en page du journal. Un projet qu'elle a mené dans le cadre de sa formation d'animatrice et pour l'obtention de son diplôme de « BPJEPS ».

Enfin, je vous souhaite de passer un agréable moment à la lecture de notre journal et pourquoi pas une inspiration pour notre prochain numéro.

La Directrice

Mounia Vergnet

MOT DE LA CADRE DE SANTE

C'est avec plaisir que nous allons retrouver les petits potins de l'établissement.

Je remercie les résidents faisant partie du comité de rédaction et Virginie qui nous promettent des moments de bonheur.

Je profite de cette période estivale pour vous faire quelques recommandations :

Consignes en cas de fortes chaleurs :



- *Boire beaucoup toute la journée (un agent vous propose régulièrement à boire au long de la matinée et de l'après midi)*
- *S'habiller avec des vêtements légers*
- *Ne pas sortir en pleine chaleur, sortir le matin ou le soir quand la température est plus basse*
- *Fermez les volets et les fenêtres dès le matin et ouvrir la nuit si possible pour faire rentrer la fraîcheur*
- *Venir régulièrement dans les salles à manger qui sont climatisées*
- *Utilisez un gant de toilette humide pour vous rafraîchir ou un vaporisateur d'eau*
- *Évitez les efforts de déplacement inutiles*
- *Faire confiance au personnel qui connaît les bonnes pratiques à adopter et ne pas hésiter à les alerter en cas de malaise*

Je vous souhaite à tous un bel été.

Sylvaine Meslay

Cadre de Santé

MOT DU SECRETARIAT



Arnaque au téléphone :

Attention, vous pouvez recevoir des appels « d'escroquerie » comme France Télécom, ERDF... vous proposant de nouveaux contrats et surtout vous demandant vos coordonnées bancaires.

Soyez vigilants, ne les donner pas par téléphone, ni à quiconque d'ailleurs

Madame MILON Odette

nous raconte....



Vacances en Hollande

Je suis partie une semaine en voyage organisé, c'était un circuit touristique en car.

Sa capitale est Amsterdam.

C'est un très beau pays. J'y suis allée au moment des tulipes. Et j'ai vu des moulins à vent. Il y avait des champs de tulipes de toutes les couleurs et de toutes les espèces. J'ai fait une promenade en bateau sur les canaux d'Amsterdam.

De la semaine, je n'ai pas mangé de fromage alors que le pays en produit (le gouda, la mimolette). Les Hollandais dînent souvent vers 18 heures et mangent plus le soir que le midi. La cuisine est principalement faite à partir de friture.



Madame Chardon Marthe , Madame Trihan Rachel , Madame Fleury Jeanne ont choisi de vous raconter :

Nous étions 6 résidents, accompagnés de Catherine et Isabelle, à partir en Séjour vacances du 17 au 21 juin 2013 à Saint Pierre de Quiberon, organisé par l'EHPAD.

Nous avons retenu que la météo n'était pas favorable (pluie, grêle). Au programme : le mardi : visite de la confiserie « Les Niniches », et visite de la sardinerie « La Belle Iloise », le mercredi : départ pour Belle Ile en mer et tour de l'île en car, le jeudi : promenade autour des mégalithes d'Erdeven et promenade en petit train touristique de Quiberon et sa côte sauvage.

Il y avait une bonne ambiance pendant les 5 cinq jours.

Nous avons apprécié les petits déjeuners : beurre salé, baguette fraîche, confiture. Nous avons été reçu comme des princesses.

Les déjeuners étaient pris au restaurant. Un midi, dans une brasserie, nous avons eu un énorme dessert.

C'était appréciable d'aller en vacances, et de sortir de la routine. Nous serions bien restées plus longtemps mais avec un peu plus de soleil.



Les fêtes Dieu

Au mois de juin, de notre temps, on décorait les rues, les fenêtres avec des pétales de fleurs, de mars de café, des draps brodés. Les enfants avaient une corbeille de pétales qu'ils jetaient au moment du passage du Day avec le prêtre. C'était un honneur de porter le Day, ils étaient 4 hommes. Le Day s'arrêtait à chaque reposoir, le prêtre sortait du Day, avec l'ostensoir et bénissait la foule. Sur chaque route, il y avait un reposoir et c'était un honneur de l'avoir devant sa maison. Il y avait de très beaux reposoirs. On chantait des cantiques tout au long du chemin.

Cela se faisait 2 dimanches de suite, au moment de la fête Dieu.

Il fallait se lever de bonne heure pour faire la décoration.



RECETTE

Terrine de blancs de Saint Jacques aux herbes

Pour 6 à 8 personnes :

Ingrédients : 750 gr de Saint Jacques décortiqués, 2 citrons verts, 2 cuillères à soupe de ciboulette, aneth et persil plat, 6 œufs, 1 petit pot de crème, 3 tranches de pain de mie sans croûte, 24 gr de beurre, sel et poivre

Méthode de préparation : Séparer les blancs des coraux.

Conserver 4 blancs et couper finement le reste. Arroser de jus de citron vert, saler et poivrer. Ciseler finement les herbes.

Battre les œufs avec la crème fraîche. Ajouter les tranches de pain de mie mixées, saler, poivrer et mélanger en ajoutant les herbes. Ajouter les blancs et les coraux émincés à ce mélange.

Enduire les parois d'une terrine de beurre fondu. Y verser la moitié de la préparation, disposer les 4 blancs de Saint Jacques et finir de remplir avec le reste de la préparation.

Faire cuire au bain marie pendant 1h15. thermostat 6 (180°).

Conserver 12h au réfrigérateur avant de déguster.

Astuce : vous pouvez servir cette terrine avec une sauce à la crème, citron et ciboulette.

UNE PETITE RISETTE

Devinette :

Quel est le comble pour une clé ?

Histoire vraie :

En 1956, un petit garçon de 6 ans, à son premier jour d'école, découvre la classe. Il demande à sa maitresse, en regardant son bureau, - « y'a un petit pot, mais rien dedans, il faut mettre des fleurs. »

La maitresse lui répond « - ce n'est pas pour mettre des fleurs mais de l'encre pour écrire sur ton cahier. »

JOUONS

Mon premier est un oiseau

Mon deuxième circule dans les veines

Mon troisième est là où vous dormez

Mon tout est une fleur jaune.

Qu'est ce qui a une trompe, 2 défenses, 2 grandes oreilles, un énorme corps, une petite queue et qui ne pèse que 10 grammes ?

Les solutions dans le prochain numéro

LES TEMPS FORTS

Le mardi 14 janvier nous sommes allés à la médiathèque « Le Grand nord » à Mayenne

Vendredi 24 janvier a eu lieu la cérémonie des vœux



Le mardi 28 janvier, nous avons déjeuné au restaurant de l'ESAT de Gorron

Le mercredi 12 février : goûter d'anniversaires

Le lundi 17 février : atelier lecture animé par une bénévole de la médiathèque d'Ambrières

Le mardi 18 février, nous sommes allés faire les magasins à Mayenne

Le mardi 25 février, nous avons reçu les enfants de l'école Saint Joseph d'Ambrières pour un après-midi jeux, chants et partage du goûter « Après-midi agréable, les enfants nous apportent du bonheur »

Le vendredi 28 février, nous avons visité la biscuiterie de Lonlay l'Abbaye « je ne pensais pas que le travail en usine était aussi dur »

Le vendredi 7 mars, nous avons visionné un diaporama sur le canal du midi avec l'association Roue Libre

Le mercredi 12 mars a eu lieu le repas du CCAS à la salle polyvalente d'Ambrières



Le vendredi 21 mars : repas de printemps animé par la chanteuse Litana

Au menu : apéritif- cake à l'andouille de Guéméné-escalope de saumon à la crème de moules et ses petits légumes– tarte alsacienne pomme poire et sa crème anglaise

Le mardi 1er avril : spectacle cabaret avec l'association ADAMC et goûter d'anniversaires



Le mardi 8 avril, nous nous sommes rendus à l'exposition sur la maison des trolls au collège d'Ambrières

Le lundi 14 avril : atelier lecture par une bénévole de la médiathèque d' Ambrières

Le mercredi 16 avril, nous sommes allés écouter un concert de l'école de musique à Montaudin

Le jeudi 24 avril : messe de Pâques

Le lundi 28 avril : vente de vêtements et de chaussures

Le mardi 29 avril, nous sommes allés déjeuner au restaurant de l'ESAT de Gorron

Le mercredi 7 mai, nous sommes allés à Mayenne faire les magasins

Le mardi 13 mai, nous sommes allés déjeuner au restaurant de l'ESAT de Gorron

Le lundi 16 mai, nous avons applaudi le groupe folklorique de La Baconnière

« Souvenir, souvenir »



Le mercredi 11 juin, nous nous sommes promenés au parc du château de Mayenne

Le vendredi 13 juin : goûter d'anniversaires

Le lundi 23 juin : nous avons écouté la chorale du collège d'Ambrières « félicitations à la prof et aux élèves courageux »

Le mardi 24 juin : repas de l'été « on a bien mangé, journée très sympa »



Le mercredi 25 juin : visite du musée d'objets anciens de Monsieur et Madame Bergue au Ribay



Le vendredi 27 juin : magasins à Mayenne

Le lundi 30 juin : atelier lecture animé par une bénévole de la médiathèque d'Ambrières

LA CHANSON D'AMBRIERES

Paroles :
Paul ROCHE

Musique :
Jules HUBERT

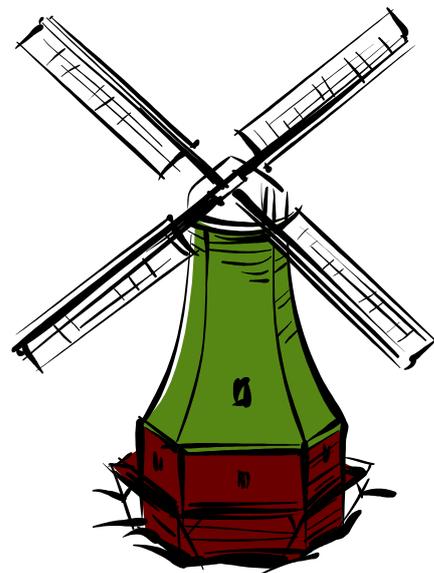
« La Mayenne » et « La Varenne »
Jadis se sont réunies
Sur les prés fleuris, pour faire un nid.
Une fée devint marraine
Et nous fit la bonne aubaine
Du riant petit bourg qui naquit.
Ambrières on l'appela.
Vive le Maine, et voilà !

REFRAIN

Et vive ! Amis !
Notre charmant pays.
Nid d'amoureux.
De gens heureux.
Où l'on chante, où l'on rit.
Buvons, trinquons.
Et le soir sur le pont.
Formons la ronde,
Et bruns et blondes.
Ambriv'rains, dansons !

Pan ! Pan! Pan ! Les lavandières !
Tic, tac ! La roue du moulin
Mêle à l'angélus son gai refrain.
De « La Touche » à « La Roussière »
Par les près, les bois, les terres,
S'en vont nos fermiers tous pleins d'entrain.
« La Varenne » à l'unisson
Redit aussi ma Chanson.

Si toutes les vieilles pierres
Du château pouvaient parler,
Sous l'orme on irait les écouter.
Votre « Chaussée » millénaire,
Filles et gars d'Ambrières
Revivrait alors son cher passé.
Seigneur Achard, levez-vous :
Venez danser avec nous !



DATES A RETENIR

En septembre

Séjour vacances à Sarzeau du 15 septembre au 19 septembre

Le samedi 27 : Repas des familles avec la chanteuse E. MORY

En octobre

Monsieur Forêt à l'accordéon et au synthétiseur et Madame Poirrier au chant le vendredi 17

Spectacle de jonglage à Gorron le mercredi 29

En novembre

Chorale d'Ambrières (la date reste à définir)

En décembre

Repas d'hiver le mardi 9

Arbre de Noël le mercredi 10

D'autres manifestations peuvent venir s'ajouter
à ce programme

LE COMITE DE REDACTION TIENT A REMERCIER MONSIEUR DEROUET
ROGER (RESIDENT) ET AUX AGENTS D'ENTRETIEN D'AVOIR DESHERBES LES
JARDINIERS AU MOIS D'AVRIL

Nous souhaitons la bienvenue à

Monsieur PERRET Claude de Montreuil Poulay le 8 janvier

Madame WOITRAIN Noëlla de Mayenne le 5 février

Madame GALLIENNE Rolande d'Ambrières le 25 mars

Madame PELTRAULT Huguette d'Ambrières le 22 avril

Madame CHESNEAU Yvonne d'Oisseau le 28 avril

Madame MOREAU Marie-Thérèse de Saint Siméon le 29 avril

Madame COLLET Marie-Louise d'Ambrières le 14 mai

Monsieur DOYEN Albert de Mayenne le 10 juin

Monsieur COLLET Marcel d'Ambrières le 19 juin

Monsieur CRONIER Louis de Saint Fraimbault de Prières le 23 juin

Monsieur LEGROS Louis d'Ambrières le 21 juillet

Madame CHAUCHIS Suzanne est partie à l'EHPAD de Chantrigné

Madame HARY Aline est partie à l'EHPAD de Changé

Monsieur MORICEAU Roland est parti à l'EHPAD « Paul Lintier » de Mayenne

Madame MORISSET Marie-Thérèse est retournée à son domicile

Madame BLAY Yvette est partie à l'EHPAD « La Providence » à Mayenne

Madame WOITRAIN Noëlla est retournée à son domicile

Monsieur HAVARD Joseph est parti à l'EHPAD de Saint Denis de Gastines

**UNE PETITE PENSÉE
POUR CEUX QUI NOUS
ONT QUITTES**

Monsieur CHEMIN Joseph le 1er février

Madame DUROY Angèle le 24 mars

Madame BESNEUX Marie-louise le 27 mars

Monsieur MONTIGNIER Maurice le 1er avril

Madame GRANGE Denise le 1er mai

Madame RIGOUIN Geneviève le 6 juillet

QUOI DE NEUF CHEZ LE PERSONNEL ?

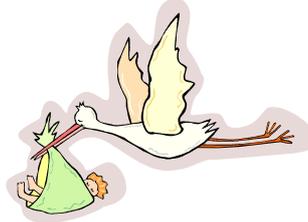


Madame Georgina UTIA s'est mariée le 16 janvier

Madame Séverine MAHERAULT s'est mariée le 21 juin



Madame Germaine TERRIER est partie à la retraite le 15 juillet



Madame Aurélie GRAFFIN a donné naissance à un petit garçon prénommé Estéban le 25 février

Monsieur et Madame Valérie et Arnaud LAIR ont eu une petite fille prénommée Yaëlle le 9 avril

Madame Séverine COLLET a donné naissance à un petit garçon prénommé Soen le 26 avril



Madame Nadège LOCHU termine sa formation d'Aide Soignante et reprend son service de nuit.

Madame Ludivine ANDRE, agent remplaçante de nuit, intègre l'école d'Aide Soignante en septembre.

Madame Tiffany FAUVEAU, agent remplaçante au service « Roseaux », intègre l'école d'Aide Soignante en septembre.

Mesdames Emilie FRUITIER et Justine BEDOUET ont été recrutées dans le cadre d'un contrat emploi avenir au service Soins.

Monsieur Stéphane DRUEL a été recruté dans le cadre d'un contrat unique d'insertion au service entretien.

Madame Jennifer DUEZ a été recrutée dans le cadre d'un contrat emploi avenir au service hôtellerie