

# LES P'TITS POTINS DE LA VARENNE

DE SEPTEMBRE A DECEMBRE 2019 N° 17

## Sommaire

Le comité de rédaction  
Mot de la direction  
Mot du cadre de santé  
Mot du secrétariat  
Séjour vacances  
La vie quotidienne autrefois  
Recette : la poule au blanc  
des métiers: Sabotier et cor-  
donnier  
Jouons  
Les temps forts  
Chanson : La balade des  
gens heureux  
Dates à retenir  
Nous souhaitons la bienvenue  
Une petite pensée pour ceux  
qui nous ont quittés  
Quoi de neuf chez le person-  
nel ?



**COMITE DE REDACTION:**

Mesdames , FLEURY Jeanne,  
LAMBERT Hélène, LOUVEL Marthe,  
VALLEE Henriette,  
GARRY Simone, DUBOIS Jeanne,  
GOUSSIN Solange



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



## Le mot du directeur

Le moment des fêtes est un moment joyeux de l'année ou se succèdent des moments chaleureux à l'EHPAD Marché de Noël, repas d'hiver, distribution de cadeaux aux enfants du personnels, etc

Ces festivités sont autant de moments de rencontres et d'échanges avec les résidents et aussi avec les professionnels de l'établissement autour souvent de bons repas.

Après 6 mois de direction au sein de l'EHPAD La varenne, j'ai pu apprécier l'engagement des équipes, leurs implication au service des résidents et leur bonne humeur.

J'ai aussi passé avec les familles et les résidents des moments agréables que je souhaite poursuivre.

Je vous donne donc rendez-vous à l'année prochaine pour 2020

Monsieur DESIRE DIT GOSSET Emmanuel

## LE MOT DU CADRE DE SANTE

*Nouvelle année, nouveaux projets... changement des tenues de travail du personnel, modification de l'organisation des soins, changement du logiciel de soins... et encore d'autres projets qui fleuriront tout au cours de l'année, afin de continuer à améliorer nos prestations.*



*Je vous souhaite à tous et à toutes une bonne et heureuse année 2020, qu'elle soit riche de moments partagés et d'échanges, remplie de bonheur pour vous et vos proches.*

*Meslay Sylvaine  
Cadre de santé*



## LE P'TIT MOT DU SECRETARIAT

### Tarifs repas visiteurs 2020

Comme vous le savez, votre famille et vos amis peuvent venir déjeuner avec vous le midi.

L'invitation à déjeuner de parents ou d'amis doit être signalée

**72 heures à l'avance** au secrétariat,

l'heure du service étant semblable au vôtre, soit **12h**.

Le prix du repas est fixé en Conseil d'administration.

Le règlement se fait auprès du Trésor public de Gorron après réception de la facture.

Pour 2020, voici les nouveaux tarifs :

La semaine (du lundi au samedi) : 7,20 €

Le dimanche : 12,40 €

Jours de fête (Noël, Jour de l'an, dimanche de Pentecôte, dimanche de Pâques) : 20,05 €



### Carte Mutuelle Complémentaire

Une carte complémentaire est demandée à l'entrée de chacun d'entre vous.

Cependant, cette carte se renouvelle tous les ans.

N'oubliez pas de déposer au secrétariat le renouvellement de votre mutuelle

dès que vous la recevez afin de faciliter vos remboursements. Merci.



Bonne Année 2020

## **SEJOUR VACANCES**

*Me Vallée, Me Duval, Mr Deslandes et Me Baglin nous ont raconté leur séjour vacances à Asnelles en septembre.*

« Nous sommes partis début septembre à Asnelles dans la Calvados, avec Catherine et Marie Ange.

Nous avons eu du beau temps toute la semaine ! C'était parfait.

Nous avons visité la chocolaterie de Drakar. Ils nous ont passés un film montrant la fabrication du chocolat du début jusqu'à la fin. Ils fabriquent des chocolats individuels mais aussi des tablettes. Nous avons pu en acheter sur place.

Nous avons aussi visité une fabrique de parapluie. Il y avait de très beaux parapluies, ils coutaient relativement chers. Ils font aussi la réparation des parapluies si besoin.

Nous nous sommes baladés à Honfleur, une très belle ville bien fleurie.

Tous les midis nous mangions au restaurant; du poisson principalement, mais aussi des crevettes, des moules, des huitres et même des tripes.

Le logement où nous dormions était situé juste à côté de la mer, nous avons une belle vue de la salle à manger!

Nous mangions très bien, un soir ils nous avaient servis un grand plateau de fruits de mer, délicieux !»



*Quelques photos du séjour vacances*



# La vie quotidienne autrefois

## La mode vestimentaire

Le dimanche nous mettions de beaux vêtements pour la messe, nos chaussures étaient bien cirées. Et quand on rentrait de la messe il fallait se changer. A l'école nous portions des blouses et nous enfilions une autre tenue usagée quand nous rentrions. A Pâque nous sortions les chapeaux de paille et les robes d'été.

## La lessive

Une à deux fois dans l'année il y avait les grosses lessives, c'est-à-dire le lavage des draps, des grosses toiles. Nous mettions l'eau dans une grosse cuve la veille avec le linge pour le mettre à tremper, puis nous remettions de l'eau chaude. Une fois refroidi le linge était emmené au lavoir pour y être battu, rincé et essoré.

Dans certaine famille il y avait une femme qu'on appelait « laveuse » qui passait de maison en maison pour laver le linge.

Plus tard, nous nous sommes équipé de lessiveuse. L'eau bouillante montait par le tube du champignon et arrosait le linge automatiquement. Ensuite on savonnait, on brossait en insistant sur les grosses taches puis on rinçait. Quel soulagement quand les machine à laver électrique sont apparues !



En lessive nous utilisons les marques comme; La Croix, Bonux, Persil et Omo



### Le repassage

Nous étions équipé de fer à repasser en fonte que l'on mettait à chauffer sur la cuisinière.

Nous repassions le linge sur une planche recouverte d'un tissu.



### Couture

Nous reprisions nos vêtements lorsqu'il y avait besoin. Nous apprenions la couture à l'école. Nous en passions du temps à raccommoder les vêtements.

Il passait des vendeurs de vêtements à domicile, on s'habillait aussi au magasin de Me Bansard à Ambrières, dans ce magasin on pouvait s'habiller de la tête aux pieds.



Dans les fermes nous élevions des cochons , que l'on tuait pour le cuisiner.

C'était un « chantier » qui durait 2 jours ! Car « Tout est bon dans le cochon »

On récupérait les pieds de cochons que nous faisons cuire à l'eau puis au four. Pour le boudin nous mélangions le sang avec de la viande, nous ajoutons des oignons, du persil, des feuilles de thym.

On faisait aussi les saucisses, de l'andouille que nous mettions à fumer près de la cheminée, du pâté, des rillettes, nous cuisinions aussi le cœur que nous garnissions de chair à saucisse.

On découpait le jambon, nous le mettions à fumer à la cheminée. Nous cuisinions tout dans le cochon.



On cuisinait beaucoup à la cheminée, on mettait un rôtissoire devant le feu, une marmite sur le feu ou une casserole sur un trépiéd

On faisait notre pain, nous allions chercher de la levure chez le boulanger et la farine au moulin.

Pour le garde manger nous avions une sorte de cage dans la cave, avec un tamis très fin afin que les mouches ne rentrent pas.



## *La poule au blanc*

### **Ingrédients:**

- \* Une poule
- \* Du thym
- \* Du laurier
- \* Poireaux, carottes, navets, champignons, oignons
- \* Beurre
- \* Farine
- \* Crème fraîche



### **Préparation:**

- \* Cuire la poule dans l'eau avec du thym, du laurier; vérifier régulièrement que la poule est cuite
- \* Préparer et cuire les poireaux, choux, navets, carottes, oignons (piqué avec des clous de girofles) et les champignons
- \* Mettre de côté de bouillon pour faire une soupe avec du vermicelle
- \* Découper la poule en morceau, faire chauffer la crème
- \* Faire fondre du beurre, ajouter la farine et le bouillon pour faire la sauce puis ajouter la crème

*Dégustez*

## Un métier: Sabotier et cordonnier

Le sabotier était une personne qui fabriquait les sabots.

Il prenait une bûche de bois, il formait le sabots dedans avec ses outils.

Souvent les sabots nous faisaient mal au dessus du pied, il mettait donc un petit bout de cuire pour ne pas que le bois frotte à la peau.

C'était très pratique quand il y avait de la neige. Tout le monde portait des sabots en bois, nous mettions de la paille dans le fond du sabot ou des chaussettes tricotées pour tenir chaud.

Il arrivait que l'on mette des clous de chaque côté du sabot pour ne pas qu'ils fendent.

Il y avait 2 sabotiers à Ambrières.



Le cordonnier lui réparait les talons, les coutures des chaussures. Cela permettait de porter de belles chaussures qui duraient longtemps.

Les dimanches nous cirions nos chaussures pour aller à la messe.

Avec l'évolution du temps, les commerces ont commencé à vendre des chaussures, ce sont donc des métiers qui ont aujourd'hui quasiment disparus



## **JOUONS !**

### **Devinette:**

Qu'est ce qu'un oiseau qui se gratte que d'un côté?

### **Charade:**

Mon premier porte les voiles d'un bateau

Mon deuxième est compris entre 1 et 3

Mon troisième se boit au petit déjeuner

Mon quatrième se fait avec des lacets de chaussures

Mon tout est un petit gâteau

### **Blagues:**

Le papa de Jérôme lui demande ce qu'il a demandé au père Noël, et David lui répond;

« je lui ai demandé qu'il vienne plus souvent... »

**Réponses dans le prochain numéro**

## SOLUTION DU NUMERO PRECEDENT

### Devinette:

Monsieur et Madame Covert ont un fils comment s'appel t-il ?

Harry car Harry Covert (haricots verts)



# *Les temps forts*

## *En septembre*

Sortie au parc de Vaux à Ambrières

Promenade en calèche avec Serge Mauny

Promenades sur la ligne

Sortie à Hyper U à Mayenne

Gouter d'anniversaire du mois

Sortie au restaurant à l'ESAT de Gorron



## *En octobre*

Sortie achats à Ambrières

Sortie au cinéma de Gorron

Célébration de la messe

Repas des familles

Goûter d'anniversaires du mois

Sortie au concert des Huguette the power à Ernée

Sortie spectacle à Passai la Conception

Commission gourmande

Après midi châtaignes



## *fn novembre*

Sortie au cinéma de Gorrion  
Goûter d'anniversaires du mois  
Célébration de la messe  
Kermesse hiver « jeux divers »  
Sortie à hyper U à Mayenne  
Loto inter EHPAD avec Chantrigné et Oisseau



## *fn décembre*

Sortie au marché de Noël à l'EHPAD de St fraimbault de Lassay  
Repas de l'hiver avec Deny Lefrançois à la guitare et au chant  
Sortie aux illuminations de Noël à Céaucé et Domfront  
Arbre de Noël avec un spectacle de magie  
Participation au marché de Noël d'Ambrières  
Célébration de la messe de Noël



## La balade des gens heureux

Gérard LENORMAN

Notre vieille Terre est une étoile  
Où toi aussi tu brilles un peu  
Je viens te chanter la ballade  
La ballade des gens heureux  
Je viens te chanter la ballade  
La ballade des gens heureux

Tu n'a pas de titre ni de grade  
Mais tu dis "tu" quand tu parles à  
Dieu  
Je viens te chanter le ballade  
La ballade des gens heureux  
Je viens te chanter la ballade  
La ballade des gens heureux

Journaliste pour ta première page  
Tu peux écrire tout ce que tu veux  
Je t'offre un titre formidable  
La ballade des gens heureux  
Je t'offre un titre formidable  
La ballade des gens heureux

Toi qui a planté un arbre  
Dans ton petit jardin de banlieue  
Je viens te chanter le ballade  
La ballade des gens heureux  
Je viens te chanter la ballade  
La ballade des gens heureux

Il s'endort et tu le regardes  
C'est un enfant il te

Ressemble un peu  
On vient lui chanter la ballade  
La ballade des gens heureux  
On vient lui chanter la ballade  
La ballade des gens heureux

Toi la star du haut de ta vague  
Descends vers nous, tu verras mieux  
On vient te chanter la ballade  
La ballade des gens heureux  
On vient te chanter la ballade  
La ballade des gens heureux

Roi de la drague et de la rigolade  
Rouleur flambeur ou gentil petit  
vieux  
On vient te chanter la ballade  
La ballade des gens heureux  
On vient te chanter la ballade  
La ballade des gens heureux

Comme un chœur dans une cathé-  
drale  
Comme un oiseau qui fait ce qu'il  
peut  
Tu viens de chanter la ballade La bal-  
lade des gens heureux  
Tu viens de chanter la ballade  
La ballade des gens heureux



## *Dates à retenir*

### EN JANVIER

**Vendredi 3:** Sortie aux illuminations de Noël à Laval

**Mardi 7:** chorale d'Ambrières

**Mardi 14:** Sortie à la médiathèque le Grand Nord à Mayenne

**Vendredi 17:** Cérémonie des vœux à 14h30

**Mardi 21:** Gouter de l'association des résidents de la Varenne

**Vendredi 24:** médiathèque d'Ambrières à 10h30

**Mardi 28:** Gouter d'anniversaire

### EN FEVRIER

**Mardi 4:** Sortie au ciné de Gorron

**Jeudi 6:** Célébration de la messe à 14h30

**Jeudi 13:** Sortie au restaurant de l'ESAT de Gorron

**Mercredi 19:** Repas du CCAS

**Vendredi 21:** médiathèque d'Ambrières à 10h30

**Mardi 25:** Gouter d'anniversaire

**Jeudi 28:** Après midi jeux avec le centre de loisirs

## EN MARS

**Mardi 3**: Sortie au cinéma de Gorron

**Jeudi 19**: Repas de printemps

**Vendredi 20**: Passage de la médiathèque d'Ambrières à 10h30

## EN AVRIL

**Mardi 14**: Vente de vêtements avec l'Age d'Or

**Vendredi 24**: Passage de la médiathèque d'Ambrières à 10h30



*D'autres manifestations s'ajouteront à*

*ce programme*

## **Nous souhaitons la bienvenue à**

Madame GUIHERY Madeleine de Gorron est entrée le 6 septembre

Monsieur LACROIX Albert est entré en temporaire du 4 septembre  
au 1 octobre

Madame MANCEAU Denise de Oisseau est entrée le 17 septembre

Monsieur MARTEAU Maurice d'Ambrières est entré le 27 sep-  
tembre

Madame LOUVEL Marthe de Couesmes est entrée le 4 octobre

Monsieur LOCHU André d'Ambrières est entré le 11 octobre

Madame LESAGE Gisèle du Pas est entrée le 14 octobre

Madame ROCTON Simone d'Ambrières est entrée le 14 novembre

Monsieur LACROIX Albert d'Ambrières est entré le 27 novembre

Monsieur BANSARD Roger d'Ambrières est entré le 28 novembre

Monsieur DEROUAULT Bernard de Chantrigné est entré le 29 no-  
vembre

Madame BOUDIN Julienne de Cigné est entrée le 6 décembre

Madame HIBOU Alice d'Ambrières est entrée le 17 décembre

*Une petite pensée pour  
ceux qui nous ont quittés*

Madame GERAULT Berthe le 12 septembre

Monsieur FARIS Henri le 23 septembre

Madame MANCEAU Denise le 2 octobre

Madame FOUR Jeanne le 13 octobre

Monsieur CHEVALIER Raymond le 3 novembre

Madame HATTE Renée le 3 novembre

Madame BELLOT Gisèle le 16 novembre

Madame CORBEAU Marie Louise le 20 novembre

Monsieur CHEVALIER Daniel le 6 décembre

Monsieur CHANGEON Daniel le 10 décembre

Madame BOUDIN Julienne le 25 décembre

## Quoi de neuf chez le personnel



Denis Pelluet et Clara Raison son rentrés à l'école d'aide soignante



Elodie Bigot, agent administratif est partie en congé maternité

Bienvenue



Nous souhaitons la bienvenue à Emmanuelle Bourd qui remplacera Élodie Bigot pendant son congé maternité



Nous souhaitons une belle retraite à Guy Louveau, agent d'entretien

*Toute l'équipe du comité de rédaction vous souhaite ses meilleurs vœux de bonheur et de bonne santé pour cette nouvelle année 2020*

