

LES P'TITS POTINS DE LA VARENNE

Sommaire

- * Le comité de rédaction
- * Mot de la directrice par interim
- * Mot de l'accueil
- * Mot de l'animation
- * Retour sur le spectacle folklorique de début d'été
- * L'histoire du lait d'autrefois à aujourd'hui
- * Biographie : *Françoise HARDY*
- * Retour sur les grandes animations et quelques photos
- * Les grandes animations à venir
- * L'équithérapie à l'Ehpad
- * Jouons !
- * Quiz sur le thème du « lait »
- * Chanson : « Le temps de l'amour » par Françoise HARDY
- * Nous souhaitons la bienvenue
- * Une pensée pour ceux qui nous ont quitté
- * Quoi de neuf chez le personnel ?

Janvier à Juillet 2024

N°26



COMITÉ DE REDACTION

Mesdames,

Deshayes

Foucher

Grandjean

Monsieur

Foinet



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

LE MOT DE LA DIRECTRICE PAR INTERIM

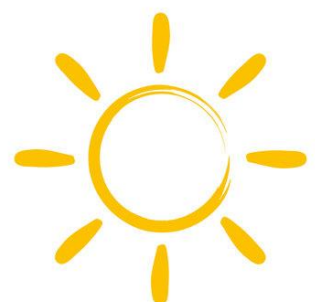
L'ARS m'a confié depuis le 1^{er} juin 2024 la direction par interim de l'Ehpad La Varenne. Je vais suivre les projets en cours notamment le projet architectural du nouvel ehpad.

Je suis à votre écoute préférentiellement le mardi.

Je vous souhaite un bel été ensoleillé et convivial.

Isabelle REDON

Directrice par interim



LE P'TIT MOT DE L'ACCUEIL

Site internet

N'hésitez pas à aller faire un tour sur notre site internet <http://ehpadlavarenne.fr/>.

Il est régulièrement mis à jour.



famileo

L'établissement est abonné à Famileo et propose ce service gratuitement aux résidents et aux familles.

Famileo c'est quoi ?

Anecdotes, photos de famille, jolis souvenirs... Chaque membre de la famille partage les messages et photos de son quotidien en quelques clics sur Famileo.

Chaque membre de votre famille poste ses messages à partir de son smartphone, de sa tablette ou de son ordinateur.

Tous les messages sont **automatiquement** mis en page et imprimés sous la forme d'un journal papier personnalisé. Cette gazette est imprimée et distribuée tous les 15 jours au résident dans leur chambre par l'animatrice.

Pour pouvoir alimenter la gazette, un code famille est remis aux proches à chaque entrée d'un nouveau résident. Si vous souhaitez en avoir un, n'hésitez pas à demander aux animatrices quand vous les voyez ou par mail à animation@ehpadlavarenne.fr.

Connectez-vous à : <https://www.famileo.com> et saisissez votre code famille.

À chaque famille sa formule

Votre proche réside dans un établissement abonné ?



Famileo vous est **Offert** !

Si votre proche est dans une maison de retraite ou un lieu de vie spécialisé abonné à Famileo vous devez avoir reçu de la part de l'établissement un code famille qui va vous permettre de vous inscrire.

> en savoir +

JE RENTRE MON CODE FAMILLE

Votre proche réside à domicile ?

Abonnez votre famille sans engagement.

Le conseil de vie sociale va prochainement renouveler ses membres

En fin d'année 2024, des élections vont se dérouler afin d'élire de nouveaux représentants des résidents et des familles.

Les membres déjà en place peuvent bien sûr continuer à assurer leurs rôles et nous comptons sur eux pour accueillir de nouveaux membres.

Des courriers seront envoyés à tous les résidents et aux familles. N'hésitez pas à vous manifester à l'accueil ou auprès des animatrices pour faire connaître votre souhait d'intégrer le CVS.

Voici la composition actuelle du CVS :

Membres à voix délibérative :

Représentants des familles

- ✓ Monsieur Boulant Alain, frère de Mme Boulant Suzanne, président et membre au conseil d'administration
- ✓ Monsieur Deshayes Jean-Yves, fils de Mme Deshayes Madeleine.

Représentants les résidents

- ✓ Monsieur Anne Roland
- ✓ Madame Deshayes Madeleine,

Représentants du personnel

- ✓ Madame Lochu Nadège, aide-soignante

Représentants du Conseil d'administration

- ✓ Madame Picaut Maryvonne, membre titulaire
- ✓ Madame Corbeau Catherine, membre suppléant

Membres à voix consultative :

- ✓ Madame Redon Isabelle, directrice par intérim
- ✓ Madame Bergue Marion, animatrice
- ✓ Madame Bigot Elodie, assistante de direction
- ✓ Madame Guichard Josiane, bénévole
- ✓ Madame Meslay Sylvaine, cadre supérieur de santé

N'hésitez pas à vous porter candidat !!!

LE P'TIT MOT DE L'ANIMATION

Quelques changements dans l'équipe animation...

Après avoir partagé 4 belles années pour moi, Colleen, et bientôt une année pour moi, Zoé, nous quittons l'animation de l'Ehpad fin août 2024 pour poursuivre d'autres aventures pour des raisons personnelles.

Marion sera de retour au mois de novembre.

Je tenais à vous remercier que ce soit le personnel, les familles et bien-sûr les résidents pour tous ces beaux moments partagés que je n'oublierai pas.

J'ai passé 4 belles années enrichissantes personnellement et professionnellement.

Je vous souhaite une bonne continuation à tous 😊

A bientôt !

Colleen

J'ai passé une belle année au sein de l'établissement, j'ai beaucoup appris, une équipe superbe et de beaux souvenirs avec les résidents.

Je vous souhaite le meilleur pour la suite !

Zoé

Retour sur le spectacle folklorique de début d'ETE

Dans le cadre du **Festival International Folklorique** basé à Domfront, un groupe venu tout droit de la Martinique est arrivé à l'Ehpad pour nous présenter leurs danses, costumes traditionnels, tout en couleurs, lors d'un après-midi festif.

Cet après-midi est organisé et financé par l'association des résidents de la Varenne, elle a lieu tous les deux ans et souvent le 1^{er} lundi du mois de juillet.

Cette année le groupe était composé de 23 danseurs et danseuses. Le temps d'un après-midi, nous avons voyagé sur l'île Martiniquaise.

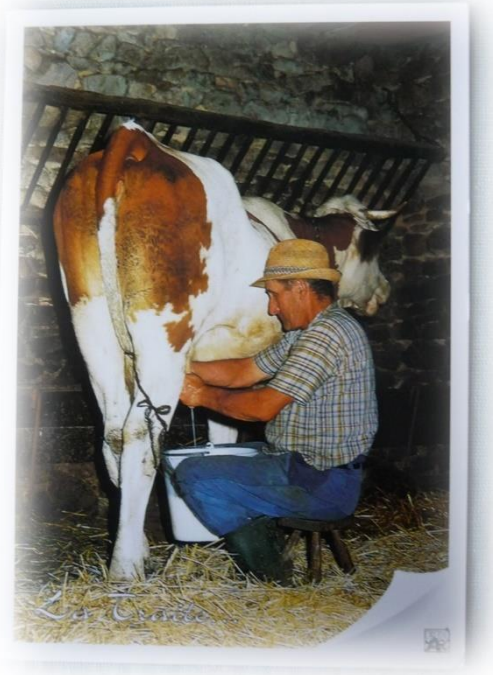
Nous avons tous passé un bon moment et avons gardé de belles images en tête.



Bel été à tous !

L'Histoire du lait d'autrefois à aujourd'hui

Il y a 50 ans, la plupart des fermiers ne possédaient pas de machine à traire, tout se faisait à la main. A cette époque, la plus grande partie des fermes ne comptaient que 7 ou 8 vaches et étaient déjà considérées « riches ». Le fermier utilisait le passât, petit tabouret court sur trois pieds pour traire les vaches.



Le lait était récupéré dans des seaux pour ensuite être stocké dans des « pots au lait ».

Il fallait compter de 15 à 30 minutes par vache suivant ce que la bête donnait. La technique consistait à tirer sur la mamelle tout en exerçant une pression. Le jet était parfois très puissant, le bon lait arrivait en moussant dans le fond du seau. Deux mamelles étaient vidées en même temps, dans un joli chassé-croisé. ! Il fallait beaucoup de force dans les mains et de l'expérience.

De retour à la ferme, le lait était versé dans l'écrémeuse qui séparait la crème du petit lait.

Le petit lait était généralement laissé aux



cochons pour les nourrir.

Le laitier passait, deux fois par semaine, ramasser la crème.

En cas de fortes chaleurs les bidons étaient entreposés dans la rivière afin de les garder au minimum au frais.

Lorsque c'était l'heure de la traite il fallait faire attention à ce qu'il n'y ait pas de signes d'infection sur les mamelles (mammite). Sinon tout le lait récolté était perdu et donc jeté car il contenait des bactéries.

Une fois que le laitier avait fait le tour des fermes et était bien chargé, il allait direction la laiterie. A la laiterie différents laits étaient produits (entier, demi-écrémé...) ainsi que la production de fromage, ...)

Plus tard, les pots au lait ont été interdits par manque d'hygiène. A l'époque, il n'y avait pas de stérilisation seulement un rinçage à l'eau très chaude.

Dans les années 1960, c'était le début de la machine à traire dans certaines fermes.

Et ensuite le 1^{er} robot de traite arrive en France dans le département de la Somme en 1992. Ce qui révolutionne le milieu de l'élevage agricole par un gain de temps pour les agriculteurs. Néanmoins cela reste onéreux et en cas de panne cela peut s'avérer contraignant.

Nom : HARDY

Prénom : Françoise

Née le : 17 janvier 1944 à Paris

Décédé le : 11 juin 2024

Chanteuse, auteur et compositrice française



C'est à seulement 17 ans que la jeune Françoise va se lancer dans la guitare et le chant en 1961, et pourtant Jacques Wolfsohn, directeur artistique chez Vogue, la fait signer cette même année. L'année qui suit, Françoise Hardy sort son premier disque «Tous les garçons et les filles», celui-ci fait le tour du monde et se vend très vite à plus de 2 millions d'exemplaires.

Après s'être essayée au cinéma, elle sort son deuxième album en 1963, «Le 1er bonheur du jour» qui va précéder beaucoup d'autres. Un troisième album, «Mon ami la rose», enregistré à Londres en 1964 va lui permettre de chanter au «Savoy Hôtel» de Londres devant tout ce que la capitale anglaise compte de célébrités. Elle croise notamment les Beatles et les Rolling Stones. En

1967, Françoise Hardy crée son propre label «Asparagus», sa maison de production, et signe un nouveau contrat avec Vogue pour la distribuer. Les années suivantes, les albums s'enchaînent : De «Comment te dire adieu ?» (1968) à «Soleil» (1970), en passant par «Message personnel» (1973), le succès est toujours là.

Elle décide de faire une pause dans ses tournées au début des années 70, et son temps libre est mis à profit pour suivre un temps des cours de psychologie, avant de se tourner vers l'astrologie traditionnelle. Elle rompt ensuite avec les disques Vogue. De plus, elle se marie avec Jacques Dutronc en 1981. Cependant de nouveaux albums sortent encore les années qui suivent, très souvent en collaboration avec de nombreux artistes : Michel Berger, Jacques Dutronc, Maurane, Alain Souchon ou encore Serge Gainsbourg.

Pour couronner une carrière d'auteur et d'interprète depuis plus de quarante ans, Françoise Hardy reçoit la Grande Médaille de la chanson française en 2006, décernée par

l'Académie française. Son dernier album en date, «La pluie sans parapluie», est sorti en 2010.

Quelques tubes de Françoise HARDY

 Tous les garçons et les filles

 L'amitié

 All over the world

 Message personnel

 Comment te dire adieu



RETOUR SUR LES GRANDES ANIMATIONS



JANVIER

Sortie au cinéma

Vœux du directeur autour d'une part de galette des rois

2 sorties jeux de société organisées au Pop d'Ambrières avec les élèves du lycée Rochefeuille

Projection commentée « Marcher la France » avec Constant Pelhate

Célébration de la messe

Goûter d'anniversaire

FEVRIER

Projection commentée de photos animalières avec Robert Penot

Après-midi crêpes party à l'occasion de la chandeleur

Représentation de la chorale l'îlot Soleil

Sortie à Hyper U

Goûter d'anniversaire

Célébration de la messe

MARS

Repas du CCAS d'Ambrières

Atelier pâtisserie

Repas de Printemps animé par Mick et Pipo

Goûter d'anniversaire

Célébration de la messe de Pâques et Confessions

AVRIL

Réunion du Conseil de Vie Sociale

Loto inter-ehpad à Oisseau

Reprise de l'équithérapie

Atelier pâtisserie

Jardinage

Sortie au musée la Cité du Lait à Laval

Célébration de la messe

Réunion de Commission Menus

Goûter d'anniversaire

MAI

Après-midi musicale avec M. Beunard Camille

Equithérapie

Atelier tricot à la médiathèque de Mayenne pour le projet
« Tricote ta ville »

Sortie au plan d'eau de Céaucé

Représentation de la chorale d'Ambrières

Vente de vêtements à l'Ehpad avec la société l'Aged'Or

Célébration de la messe

Goûter d'anniversaire

JUIN

Sortie à la Roseraie à Lassay-les-châteaux

Kermesse d'été

Equithérapie

Célébration de la messe

Sortie au cinéma

Sortie à Hyper U

Atelier tricot à la médiathèque de Mayenne

Repas d'été animé par Lucette et Dany

Goûter d'anniversaire

Olympiades inter-ehpad avec Siel Bleu

Pique-nique inter-ehpad au parc de Vaux à Ambrières

JUILLET

Sortie au restaurant à Granville

Promenade en bateau sur la Mayenne

Spectacle d'un groupe folklorique sur le thème de la Martinique

Pique-nique sur la voie verte

Equithérapie

Sortie au refuge du l'Arche à Château-Gontier

Sortie à la madeleine à Mayenne

Quelques photos des grandes animations



Après-midi jeux de société avec les élèves du lycée Rochefeuille



Crêpes party à l'occasion de la chandeleur



Repas du CCAS D'Ambrières



Loto inter-ehpad à Oisseau



Musée La Cité du Lait à Laval



Atelier tricot à la médiathèque de Mayenne



Sortie au Plan d'eau de Céaucé



Projet intergénérationnel animé par Jean-Claude ROCHE avec les enfants du Relais Petite Enfance



Repas d'été animé par Lucette et Dany



Pique-nique avec l'Ehpad de Chantrigné et Oiseau au Parc de Vaux



Sortie au Restaurant à Granville



Groupe folklorique sur le thème de la Martinique

Les grandes animations à venir



JUILLET

Après-midi musical avec David Luka

Célébration de la messe

Goûter d'anniversaire

AOUT

Sortie au restaurant à St Pair sur Mer

Equithérapie

Sortie à la base de loisirs de la haie traversaine

Goûter d'anniversaire

SEPTEMBRE

Matinée intergénérationnel « Jeux en extérieurs » avec les enfants du Relais Petite Enfance

Repas d'automne animé par « Mick et Pipo »

Sortie à l'Ehpad de Chantrigné pour un loto inter-Ehpad

Goûter d'anniversaire

L'Equithérapie à l'Ehpad

Ces séances sont bénéfiques pour les personnes âgées dépendantes ou non, cela permet de créer un lien avec l'animal, interagir avec lui et partager un moment agréable qui rappelle parfois la jeunesse des résidents.

Le centre équestre d'Ambrières-les-Vallées intervient les vendredis matin une semaine sur deux pour une séance d'environ d'une heure et trente minutes.

Quatre poneys viennent accompagner de Barbara se faire brosser, câliner sur la terrasse au 3^{ème} étage donnant accès à la voie verte.

Dix séances sont programmées sur la période de début avril à début août. Et environ huit séances sur la période de septembre à décembre selon la météo.

Six à sept résidents participent à chacune des séances.



ÉCOLE D'EQUITATION
D'AMBRIÈRES LES VALLÉES



JOUONS !

Qui suis-je ?

*Je suis toujours mouillée
mais je ne suis jamais dans
l'eau.

*J'habite dans un palais qui
n'est pas le mien.

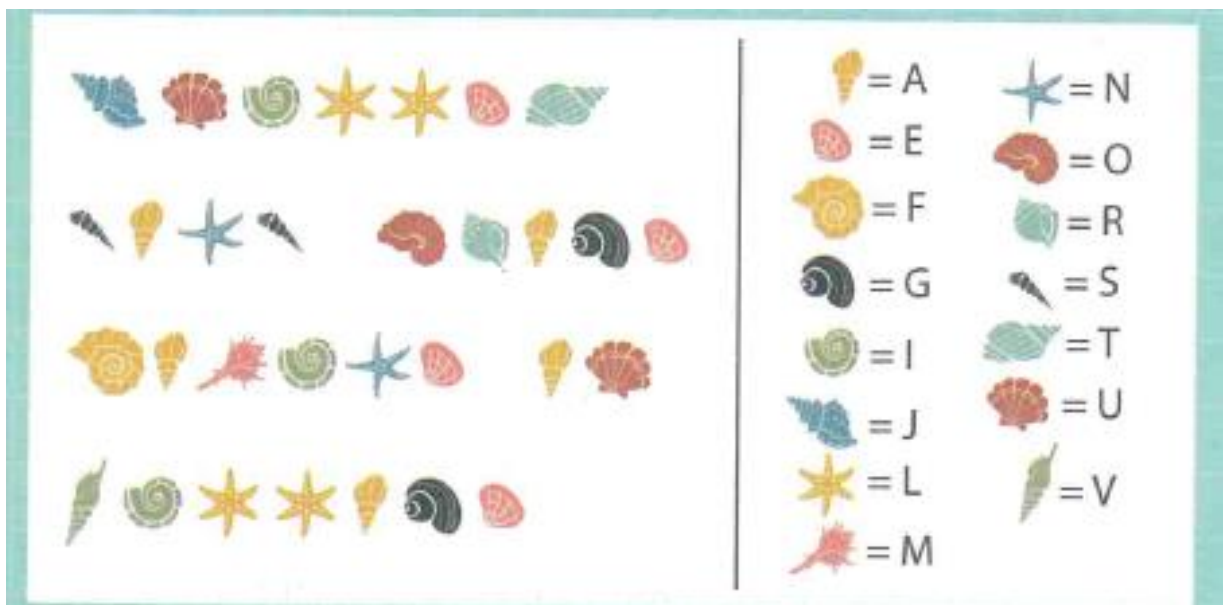


Qui suis-je ?

Réponse : La langue

Dicton

Décodez ce dicton, sachant que chaque
symbole correspond toujours à la même
lettre.



Réponse : Juillet sans orage, famine au village.

Quiz sur le thème « du lait »

1. Par quel procédé est stérilisé le lait vendu en briques dit UHT ?

- A. Pasteurisation B. Upérisation C. Tyndallisation

2. Quelle est la principale protéine du lait ?

- A. La caséine B. La créatine C. L'albumine

3. Qu'est-ce que le « lait cru » ?

- A. Un lait qui ne ment pas B. Un lait de premier cru
C. Un lait qui n'a pas subi de traitement thermique supérieur à 40 °C

4. De quelle couleur sont les briques de lait entier ?

- A. Bleue B. Verte C. Rouge

5. Comment s'appelle cet ustensile de cuisine utilisé pour faire du beurre ?

- A. Une baratte B. Une marâtre
C. Une beurrâtre



6. Que faut-il ajouter au lait pour faire du yaourt ?

A. Des levures

B. Des bactéries lactiques

C. De la présure

7. Quel est le lait le plus proche par sa composition, du lait maternel humain ?

A. Le lait de poule

B. Le lait d'ânesse

C. Le lait de vache

8. Comment s'appelle cet ustensile de cuisine utilisé pour faire de la crème ?

A. Une écrémeuse

B. Une trailleuse

C. Une crèmeuse



Réponses au quiz dans le prochain numéro qui paraîtra en décembre 2024

Chanson « Le temps de l'amour » par Françoise HARDY

C'est le temps de l'amour
Le temps des copains
Et de l'aventure
Quand le temps va et vient
On ne pense à rien
Malgré ses blessures
Car le temps de l'amour
C'est long et c'est court
Ça dure toujours
On s'en souvient

On se dit qu'à vingt ans
On est les rois du monde
Et qu'éternellement
Il y aura dans nos yeux
Tout le ciel bleu

C'est le temps de l'amour
Le temps des copains
Et de l'aventure
Quand le temps va et vient
On ne pense à rien
Malgré ses blessures
Car le temps de l'amour
Ça vous met au cœur
Beaucoup de chaleur
Et de bonheur

Un beau jour c'est l'amour
Et le cœur bat plus vite
Car la vie suit son cours
Et l'on est tout heureux
D'être amoureux

C'est le temps de l'amour
Le temps des copains
Et de l'aventure
Quand le temps va et vient
On ne pense à rien
Malgré ses blessures
Car le temps de l'amour
C'est long et c'est court
Ça dure toujours
On s'en souvient
On s'en souvient
On s'en souvient
On s'en souvient
On s'en souvient

NOUS SOUHAITONS LA BIENVENUE A

M. et Mme TROHEL Roland et Edith de Ernée entrés en hébergement temporaire le 02/02/2024 et sorties le 2/03/2024

M. et Mme RIVIERE Auguste et Jeannine de Gorron entrés en hébergement temporaire le 06/02/2024 et sorties le 1^{er}/03/2024

M. GAUTEUX Pierre de Saint Baudelle entré le 08/02/2024

**Mme MARTEL Jacqueline de La Haie Traversaine entrée le
15/02/2024**

Mme BESNEUX Jeannine de Céaucé entrée en hébergement temporaire le 05/03/2024 et sortie le 29/03/2024

M. CHARDRON Christian de Louverné entré le 11/03/2024

**Mme COTINEAU Annick de Parigné-sur-Braye entrée le
25/03/2024**

Mme DUROY Marie de Céaucé entrée le 26/03/2024

M. RETE Michel de Parigné-sur-Braye entré le 05/04/2024

**Mme PLASSART Marie-Françoise de Villaines-la-Juhel entrée en hébergement temporaire le 22/04/2024 et sortie le 29/04/2024
puis en hébergement permanent le 03/06/2024**

Mme GAUTEUX Monique de Saint Baudelle entrée le 23/04/2024

**Mme HARRY Josette de Ambrières-Les-Vallées entrée le
24/04/2024**

**M. CARACCIOLO Antoine de Ambrières-Les-Vallées entré le
29/04/2024**

**M. BOURDET Michel de Mayenne entré en hébergement
temporaire le 03/05/2024 et sorti le 06/06/2024**

**Mme LESAGE Denise de Ambrières-Les-Vallées entrée le
16/05/2024**

**M. POTTIER Gilbert de Ambrières-les-vallées entré le
29/05/2024**

**Mme CORBEAU Maria de Ambrières-les-vallées entrée le
06/06/2024**

**M. HIBOU Roger de Ambrières-les-Vallées entré en hébergement
temporaire le 11/06/2024 et sorti le 19/06/2024**

Mme GUESNE Jeannine de Mayenne entrée le 14/06/2024

**Mme MOUTIER Louise de La Bazoge-Montpinçon entrée le
10/07/2024**

Mme BESNEUX Jeannine de Céaucé entrée le 15/07/2024

M. GAUTRIN Gilles de Mayenne entré le 17/07/2024

**Mme HERVE Simone de Marcillé-la-Ville entrée en hébergement
temporaire le 19/07/2024**

BIENVENUE

Une pensée pour ceux qui nous ont quittés

Mme MARTEL Marie le 30/01/24

Mme PORROT Jeannine le 15/03/2024

M. DUBOIS Joseph le 29/03/2024

Mme POUSSET Renée le 04/05/2024

Mme ROGER Suzanne le 05/05/2024

Mme TIMON Marie le 13/05/2024

Mme GABORIAU Josiane 13/05/2024

Mme PITTAVINO Eliane le 21/05/2024

M. GAUTEUX Pierre le 25/05/2024

Mme CHANGEON Germaine le 29/05/24

Mme COSNEAU Denise le 29/06/2024

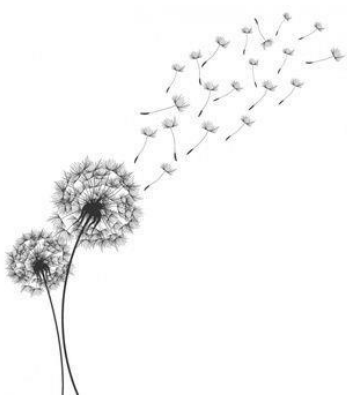
Mme GAUTEUX Monique le 30/06/2024

Mme GOUSSIN Solange le 01/07/2024

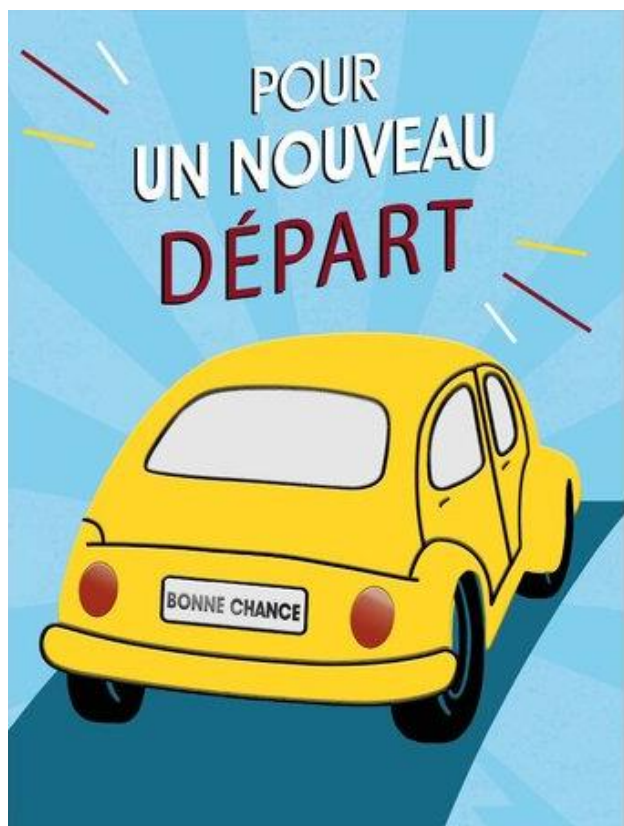
M. GANDAIS Auguste le 01/07/2024

M. CHRETIEN Fernand le 10/07/2024

M. MOTTIN Lucien le 20/07/2024



Quoi de neuf chez le personnel



Départs de : M. DESIRE
DIT GOSSET Emmanuel,
Directeur

Céline LERALLU, Infirmière

Dorothee BETTON, Aide-
Soignante

Départ en retraite de
Mauricette BERGUE, Aide-
Médico Psychologique

Bienvenue

Arrivée de Mme REDON
Isabelle, directrice par
intérim depuis le 1^{er} juin
2024.



Camille LEVANNIER et Ludivine
MACQUET sont en congés
maternité