



Juillet 2015

Bavard'Agés



Sommaire

1	Edito
2	Anniversaires du Mois Nouveaux résidents Départs de résidents Programme des animations
3	Santé
4	Souvenirs, souvenirs
5	Souvenirs, souvenirs (suite)
6	Les animations du foyer
7	Jeux
8	Parole aux lecteurs

Bavard'Agés revient après une longue absence, tel le phénix, votre petit journal reparait. **Ce journal c'est bien sûr le vôtre.**

Vos contributions, même modestes, étoffent ces quelques pages, reflet de votre vie au sein du Foyer Henri Douet, alors, n'hésitez pas à participer.

La rubrique « **Souvenirs, Souvenirs** » vous appartient. Les mémoires de chacune et chacun d'entre vous en sont remplies. Ces souvenirs enfouis pèle mèle sont prêts à jaillir. Laissez-les s'échapper, partagez-les pour le plus grand bonheur de tous, petits et grands.

Merci à celles et ceux qui ont contribué à ce nouveau départ de « **Bavard'Agés** ».

« **Bavard'Agés** » sous sa forme papier se cantonne aux seuls résidents. C'est dommage. Sans doute pourrions-nous élargir notre partage en faisant naître « **un petit frère électronique** » envoyé aux familles qui souhaiteraient le recevoir. Il serait auprès d'eux notre ambassadeur, offrant ainsi une petite fenêtre ouverte sur la vie du foyer, sur votre vie, un lien entre vous et eux.

J'espère que pour la prochaine parution, les aspects techniques seront surmontés et que le « **petit frère électronique** » sera disponible auprès de son « **grand frère** » version papier.
Bonne lecture à tous.

Gérard BOURDEL
Président

Faire-part de naissance

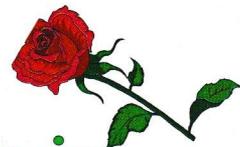
Voici un quart de siècle que le destin m'a fait m'installer ici, à Bel Air de Combrée. J'étais alors la maman d'un petit garçon de 5 ans à la recherche d'un emploi. Le hasard et la nécessité m'ont fait pousser la porte du foyer logement pour proposer ma candidature pour un emploi. J'ai très vite été contactée par Mr BOURGEOIS qui cherchait une remplaçante. C'est ainsi que cette histoire a commencé. Un quart de siècle ! Le temps passe si vite... Avec ses joies, ses peines, une simple histoire de vie, de rencontres, de contacts, d'amitiés.

A ce jour, mon petit garçon va avoir 31 ans. Il a également deux frères (24 ans et 17 ans bientôt). En résumé, une bien jolie famille. Il a souvent fallu jongler pour concilier vie de famille et situation professionnelle, toujours sur la corde raide, comme tous les parents qui travaillent !

Aujourd'hui que mes fils sont grands, on me donne l'opportunité de porter un nouveau « bébé », un projet qui se nomme animation et qui me tient à cœur. Mon plus grand désir est de le « porter » avec vous tous : résidents, collègues, Direction, familles, bénévoles pour le voir grandir, évoluer et nous donner à tous des moments de joie, de partage et d'amitié.

Corinne SAWKA,
Animatrice

Ils ont soufflé quelques bougies...



Avril

03 : Mme AUBRY Odette
11 : Mme CUSSONNEAU Germaine
20 : Mme BELLANGER Andrée
25 : Mlle BLANDEL Annick
29 : Mme TURPIN Joséphine
30 : Mme BLANCHOUIN Danièle



Mai

03 : Mme MADIOT Marie-Louise
03 : Mme MENARD Marie-Thérèse
07 : Mme BOURDEL Marcelle
15 : Mme ROBIN Solange
19 : Mme SALAUN Janine
27 : Mme POIDEVIN Louisette
30 : Mme LEROUEIL Madeleine

Juin

01 : Mr GOHIER André
01 : Mme ROUSSEAU Christiane
03 : Mme PROD'HOMME Madeleine
10 : Mme BERTRAND Denise
15 : Mme MORICEAU Marie-Thérèse
24 : Mme BORDERE Marie-Louise
29 : Mme POTIN Bernadette
29 : Mme ROBERT Thérèse

Nous souhaitons la bienvenue à :

Mr et Mme BODINIER André et Paulette	Arrivés le 11 avril 2015
Mme GUERIN Marie-Louise	Arrivée le 30 avril 2015
Mr HUNAUT Lucien	Arrivé le 4 mai 2015
Mme LE BRETON Yvette	Arrivée le 26 mai 2015
Mme PLANCHENAULT Mélanie	Arrivée le 9 juin 2015
Mr MAILLET Guy	Arrivé le 9 juin 2015
Mme BORDERE Marie-Louise	Arrivée le 12 juin 2015

Nous disons au revoir à :

Mme RIVRON Denise	Décédée le 1 avril 2015
Mlle COTTIER Colette	Décédée le 4 mai 2015
Mme BILLARD Eliane	Partie le 27 mai 2015
Mme BEDOUET Bernadette	Partie le 26 mai 2015

Planning des animations

Juillet

01 : Pot d'accueil Mme BORDERE
Atelier lecture à 15h
06 : Anniversaires avec la Brise
d'Anjou à 15h.
07 : Pot d'accueil Mr MAILLET
08 : Atelier peinture à 15 h
09 : Repas à thème
Commission menus à 14 h 30
Passage jury maisons fleuries
15 : Loto à 15 h
23 : Décoration thème Eté
24 : Atelier peinture à 15 h
27 : Vernissage du travail avec Mr
DESGRE à 11 h 30
29 : Concours de belote à 14 h 30

Août

04 : Atelier mémoire à 15 h
06 : Anniversaires avec Mr
PERTRON à 15 h
13 : Atelier peinture à 15 h

Septembre

02 : Atelier mémoire musical à 15 h
07 : Atelier pétanque avec les enfants
08 : Atelier pétanque avec les enfants
10 : Atelier pétanque avec les enfants
12 : Portes ouvertes
15 : Atelier peinture à 15 h



**Bonnes
vacances!**

Santé Santé Santé Santé

Voici quelques conseils à suivre pour vous protéger de la chaleur :

Canicule : les précautions à prendre



Éviter les endroits confinés (voiture, landau...).



Fermer les volets et les fenêtres le jour. Les ouvrir la nuit pour **laisser pénétrer la fraîcheur.**



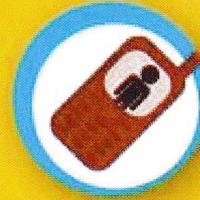
Boire au minimum **2 litres d'eau** par jour et manger léger. Éviter l'alcool, les graisses et les sucres.



Se rafraîchir régulièrement à l'aide d'un **brumisate**ur ou en prenant une **douche.**



S'habiller de vêtements aux **tissus clairs**, légers et naturels. À l'extérieur, porter casquette ou chapeau.



Ne pas hésiter à **demande**r de l'aide (parent, voisin, médecin).



Rechercher les endroits **frais et à l'ombre.**



Passer, si possible, **2-3 heures par jour** dans un **endroit frais** (supermarché...)

iclé



La Cranberry

Petites baies rouges appartenant à la famille des myrtilles, les cranberries (canneberges en français) sont cultivées avant tout en Amérique du Nord.

Elles possèdent toute une panoplie de substances précieuses telles que le potassium, le phosphore, le sodium mais aussi de la vitamine C et d'autres antioxydants.

Reconnue pour ses effets bienfaits sur la vessie et dans la prévention de la cystite, la cranberry renferme différents types de puissants antioxydants qui permettent de neutraliser les radicaux libres du corps et, ainsi, prévenir l'apparition des maladies cardiovasculaires et de diverses maladies liées au vieillissement.

La consommation de cranberry pendant un an ralentit la conséquence d'infections du système urinaire.

La cranberry est recommandée aux sportifs car elles les aident à compenser les pertes de zinc et de magnésium.

Par ailleurs, des recherches ont montré son efficacité à lutter contre les calculs rénaux et elle contribuerait également à soigner ou prévenir les gingivites ou parodontites.

Souvenirs, Souvenirs...

Les fenaisons et les moissons d'autrefois

Les fenaisons commençaient en juin. Le foin était ramassé rapidement car, quand il y avait des tourbillons de vent, tout s'envolait annonçant la pluie ou l'orage. Les paysans constituaient des veilles, c'est-à-dire des gros tas de foin pour que celui-ci ne prenne pas l'eau. On transportait les veilles dans des charrettes tirées par des chevaux ou des bœufs afin de les entasser dans le grenier ou l'étable pour nourrir les animaux l'hiver.

Les fermiers plantaient également des betteraves et des choux pour nourrir les vaches. L'hiver, ils récupéraient le pion de chou (cœur du chou) pour leur repas.



Avant l'arrivée de la moissonneuse lieuse, les paysans faisaient le tour du champ à la faux pour lui faciliter le passage. La faucheuse était équipée, après la barre coupeuse, d'un tablier pour faire la javelle. Celle-ci était faite de paquets de paille que l'on mettait sur les liens pour faire des gerbes. La faucheuse passait dans les champs et les agriculteurs faisaient eux-mêmes les gerbes avec les liens préparés le matin même. Pour faire les liens des gerbes, ils attachaient de bonne heure les brins de paille pour que cela ne brise pas. Ils récupéraient la javelle, c'est-à-dire le reste de blé que la faucheuse n'avait pas coupé à l'aide de faucilles.

Ensuite, les javelles (ou gerbes) étaient entreposées en quinto (ou veille) pour qu'elles ne prennent pas l'eau. Elles étaient transportées jusqu'à l'aire en attendant d'être battues. L'entrepreneur et ses ouvriers venaient avec une batteuse pour battre le blé.

Les fermiers se rassemblaient le jour de la batterie pour se répartir les tâches. Les uns montaient les grains au grenier, les autres faisaient le pailler.

La chaudière de la batteuse faisait tourner la vanneuse. Avant de mettre les gerbes dans celle-ci, on coupait les liens afin de les détendre pour que le grain et la paille soient séparés. Les premières moissonneuses batteuses sont arrivées dans les années 50 début 60.

Le « pou » était le déchet du blé. Les garçons avaient coutume de pousser les filles dedans.

Pour faire le pailler, on montait la paille à l'aide d'un monte-paille ou d'une fourche sur l'épaule. Les jeunes hommes montaient le blé au grenier dans des sacs et les y vidaient. C'était un travail difficile, c'est pourquoi ils avaient le droit de boire du vin rouge. Quand un jeune homme faisait un pailler pour la première fois, on installait un bouquet en haut de son pailler pour le remercier. Pour faire un beau pailler, il fallait de bons passeurs pour bien caler la paille afin qu'il ne s'écroule pas. Les personnes de petite taille poussaient la paille pour la ranger dans les greniers.



dreamstime.com

Les gens glanaient quand les champs étaient débarrassés des gerbes. Ils ramassaient les tiges de grains restés dans le champ. Il fallait régulièrement aller au grenier pour mélanger le grain afin qu'il sèche bien. Le blé servait pour la farine et pour nourrir les poules, il était vendu au négociant afin de dégager un revenu.

Le jour de la batterie, c'était jour de fête. Les participants se rassemblaient pour le repas. Avant de commencer le matin, ils prenaient un petit déjeuner composé de saucisson, pâté... Le midi, ils s'arrêtaient pour déjeuner vers 13 h. A 16 h, c'était le temps de la collation. On prenait la rôtie.

Les battages duraient entre 1 et 2 jours en fonction de la grandeur de la ferme. Ils allaient de ferme en ferme, cela durait une quinzaine de jours.

La fin des moissons, dans chaque ferme, donnait lieu à un bon repas appelé la barbatte. On faisait des gâteaux pour l'occasion.

Les femmes avaient aussi beaucoup de travail. Elles préparaient les repas des fermiers. Elles se levaient très tôt le matin pour plumer et préparer les volailles. Chaque soir, elles faisaient la vaisselle. Avant chaque repas, elles mettaient des bassines d'eau chaude à disposition pour que les hommes puissent se laver.

A la fin de toutes les moissons, fin juillet début août, tout le monde se regroupait pour faire une grande fête. On chantait (parfois des chansons paillardes). C'était un temps de rencontre et de partage.



Les animations au Foyer Logement

Atelier fleurs



L'arrivée des beaux jours et du soleil ont donné l'envie aux résidents de mettre un peu de couleurs et de gaieté dans l'établissement. Aussi, lors des ateliers plantations et art floral, certains ont préparé les jardinières de lierre afin qu'elles soient installées sur les balcons. D'autres ont confectionné des bouquets qui ont égayé les tables de la salle à manger ainsi que le salon et l'accueil. L'idée d'avoir un jardin a été évoquée et pourrait voir le jour si nous avons des jardiniers volontaires. Affaire à suivre...



Gymnastique douce

Depuis quelques semaines, les séances de gymnastique douce ont repris. Celles-ci sont animées par Sylvie ou Gwendoline qui prodiguent des conseils pour travailler les articulations et les muscles tout en douceur. Grâce aux jeux proposés, les résidents entretiennent leur motricité et leurs réflexes. Même si les séances d'abdominaux sont parfois difficiles (rassurez-vous, il s'agit de lever les pieds le plus longtemps possible assis sur une chaise), ce moment est très apprécié car il y a beaucoup de rigolade et de convivialité. N'hésitez pas à rejoindre le groupe d'habituels.

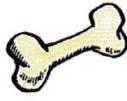
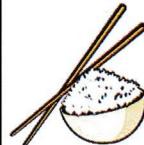


Jeux

Mots fléchés

Trouvez les cases portant un chiffre et inscrivez les lettres correspondantes dans les cases ci-dessous

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

		7				4		12
					↔			
9		Un crayon ... une gomme			Il soigne les dents			Début de « oasis »
		←						←
		Me, te, ...		1				« Re » à l'envers
		↑	←	↕				←
5	Saison chaude	Huitième mois			6	10		
		→						↕
					Début de « otarie »			3
		↓			←			↙
		2						8
						Je suis son frère, elle est ma ...		
					↙			
	Après le repas, je mange un ...					11		
	↑				Contraire de mouillé			→

Devinettes

- 1- Qui peut rester dans son lit nuit et jour ?
- 2- Qu'est-ce qui a des trous partout et ne laisse pas passer l'eau ?
- 3- Qu'est-ce qui a 4 dents et ne mord pas ?
- 4- Qui nous suit fidèlement et disparaît dès que la nuit tombe ?



Parole aux lecteurs

Le don du sourire

*Un sourire ne coûte rien et produit beaucoup,
Il enrichit celui qui le reçoit sans appauvrir celui qui le donne,
Il ne dure qu'un instant, mais son souvenir est parfois éternel,
Personne n'est assez riche pour s'en passer,
Personne n'est assez pauvre pour ne pas le mériter,
Il crée le bonheur au foyer, soutient les affaires,
Il est le signe sensible de l'amitié,
Un sourire donne du repos à l'être fatigué,
Donne du courage au plus découragé
Il ne peut ni s'acheter, ni se prêter, ni se voler,
Car c'est une chose qui n'a de valeur qu'à partir du moment où il se donne.
Et si toutefois, vous rencontrez quelqu'un qui ne sait plus sourire,
Soyez généreux donnez-lui le vôtre,
Car nul n'a autant besoin d'un sourire
Que celui qui ne peut en donner aux autres.*

Raoul Follereau

Belle leçon de vie et d'amour

Un agriculteur avait des chiots qu'il voulait vendre. Il a peint un panneau annonçant les 4 chiots et le cloua à un poteau sur le côté de sa cour. Comme il plantait le dernier clou dans le poteau, il sentit qu'on tirait sur sa salopette. Il baissa les yeux et vit un petit garçon.

« Monsieur », dit-il, « je veux acheter un de vos chiots ».

« Eh bien », dit le fermier en frottant la sueur à l'arrière de son cou, « ces chiots viennent de parents très racés et coûtent beaucoup d'argent. »

Le garçon baissa la tête un moment. Ensuite, fouillant profondément dans sa poche, il sortit une poignée de monnaie et la tendit à l'agriculteur.

« J'ai trente-neuf cents. Est-ce suffisant pour en acheter un ? »

« Bien sûr » dit le fermier et il laissa échapper un sifflement. « Ici Dolly ! » a-t-il appelé...

Venant de la niche et descendant la rampe, Dolly courut, suivie par quatre petites boules de fourrure. Le petit garçon pressa son visage contre le grillage. Ses yeux brillaient de joie. Comme les chiens arrivaient à la clôture, le petit garçon remarqua quelque chose d'autre qui remuait à l'intérieur de la niche. Lentement, une autre petite boule apparut, nettement plus petite. En bas de la rampe, elle glissa... Ensuite, de manière un peu maladroite, un petit chien a clopiné vers les autres, faisant de son mieux pour les rattraper.

« Je veux celui-là » dit le petit garçon montrant l'avorton. L'agriculteur s'agenouilla à côté du garçon et lui dit : « mon garçon, tu ne peux pas choisir ce chiot. Il ne sera jamais capable de courir et de jouer avec toi comme les autres chiens le feraient. »

Le petit garçon recula de la clôture, se baissa et commença à rouler une jambière de son pantalon. Ce faisant, il révéla une attelle en acier des deux côtés de la jambe, fixée sur une chaussure spécialement conçue. En regardant en l'air vers l'agriculteur, il dit : « vous voyez, monsieur, je ne cours pas très bien moi-même et il aura besoin de quelqu'un qui le comprend. »

Avec des larmes dans les yeux, l'agriculteur se baissa et ramassa le chiot. Le tenant délicatement, il le tendit au petit garçon.

« Combien ? » demanda le petit garçon.

« Rien », répondit le paysan, « il n'y a pas de prix pour l'amour ».

Le monde est plein de gens qui ont besoin de quelqu'un qui les comprend.