

# Le petit canard de Changey

EDITION N° 9

ANNÉE 2012—DECEMBRE



EHPAD Cournot Changey – 11 rue de la vieille tuilerie – 70100 GRAY  
03 84 64 56 00 – [www.cournot-changey.com](http://www.cournot-changey.com)



# Editorial



Par **Frédéric MEUNIER**  
Directeur

Editorial.....1

Histoire  
locale.....2, 3

Aux dernières  
nouvelles.....4, 5,  
6, 7, 8, 9

Carnet.....10, 11,  
12, 13, 14

Trucs et  
astuces.....15

Cuisine.....16

Quoi de neuf  
dans nos  
locaux.....17, 18

Ta mémoire...19  
20

Temps  
forts..21,22,23,24  
25

Jeux.....26,27

Poésie.....28

Un petit tour en  
chanson.....29

Le français d'ici,  
de là, de là  
bas.....30

Avec la  
participation...31

Edité le

Me voici promu Directeur après 17 années passées aux services des résidents, des familles et du personnel puisque le Conseil d'Administration m'a honoré de sa confiance sur proposition de Monsieur Charles JOLYOT, Trésorier, et Monsieur Marc CHABOT, Président et là, je les en remercie.

Ainsi, les débuts de ma jeune carrière ont été formateurs mais mon caractère, ma motivation et surtout ma grande patience m'ont permis d'accéder à ces nouvelles fonctions. J'ai pu acquérir une certaine expérience grâce aux trois directeurs que j'ai secondés au sein de notre belle Institution. J'ai beaucoup appris d'eux mais je pense avoir bien répondu à leur attente.

Je veux profiter de cet édito pour remercier l'équipe qui m'entoure. Nous avons bien travaillé ces dernières années et notre plus grande fierté est la reconnaissance de la qualité de notre travail par cette labellisation que vous connaissez bien maintenant.

Je veux insister sur le fait que si notre établissement en est arrivé là, c'est grâce à toute une équipe.

Je remercie donc toute mon équipe et j'espère que nous travaillerons encore longtemps ensemble dans le même état d'esprit et avec toujours le même plaisir en vue de construire ensemble un bel avenir à notre Institution avec comme « leitmotiv » : le bien-être de nos résidents.

Je souhaite aussi remercier toutes les familles et résidents pour leur témoignage de sympathie lors de ma prise de fonction. J'ai été très agréablement surpris. Je veux en profiter pour leur signaler que je reste disponible. Qu'elles n'hésitent pas à venir me trouver si elles ont un souci, une question, une réflexion, une remarque ou même des doléances.

La critique, si elle est fondée, est constructive.



Jean MOUGENOT  
AMP

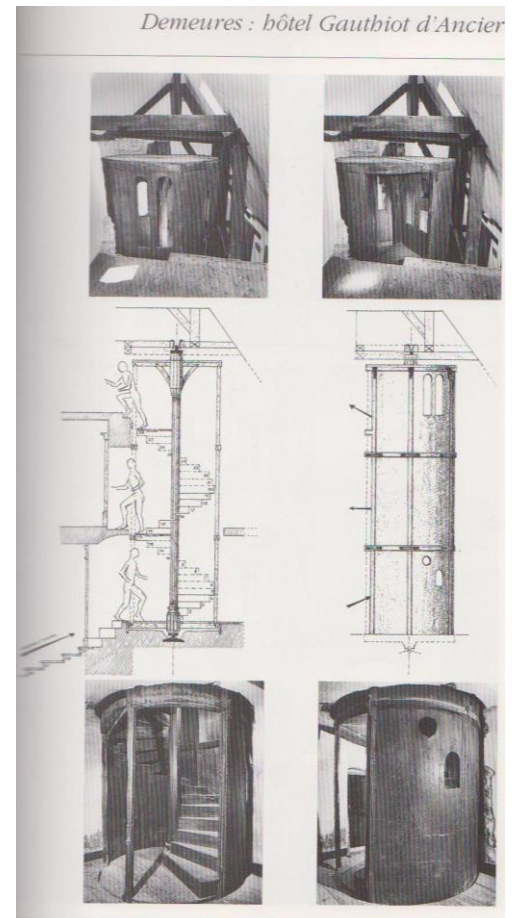
Mesdames et messieurs les résidents, pour ce neuvième numéro du journal « le petit canard de changey », je souhaitais vous faire découvrir ou plutôt redécouvrir quelques édifices ou monuments qui font partie de la vie Grayloise. En effet, il me semble intéressant de découvrir un peu l'histoire de tout ce patrimoine qui fait la fierté de notre ville.

### L'HÔTEL-DIEU :

Conçu par l'architecte bisontin Jacques-François TRIPARD selon un plan en croix grecque, l'Hôtel-Dieu fut bâti entre 1716 et 1750. Le chantier débuta par la construction de l'aile Est et de la chapelle. Située au centre de la composition architecturale, celle-ci fut achevée en 1722. L'autel en bois doré est la seule pièce de mobilier du début du XVIIIème siècle qui subsiste, l'aménagement actuel datant du troisième quart du XIXème siècle. Les lambris, la chaire à prêcher et la clôture de chœur sont attribués au sculpteur Graylois Constant Grandgirard. La porte de la chapelle fut réalisée, en verre transparent coloré et en verre américain, par le maître verrier bisontin Alphonse Gorgeon au début de XXème siècle.

Située dans l'aile Est, la pharmacie fut inaugurée en 1722, en même temps que la chapelle. Elle est constituée de deux pièces : un laboratoire, réaménagé en 1889 avec des lambris de hauteur du menuisier Graylois Pierre Thévenin, et une apothicairerie. Celle-ci ouvrait sur le jardin de l'Hôtel Dieu, aujourd'hui disparu, par deux grandes fenêtres séparées par une glace de trumeau surmontée d'un tableau représentant un sacrifice humain.

Les lambris de hauteur d'origine comportent dans le soubassement 14 placards surmontés soit de tiroirs, au nombre de 164, soit d'étagères. Celles-ci supportent 119 pots à pharmacie en faïence de grand feu dont l'exécution peut être située entre le XVIIème et le XIXème siècle, 25 pots en bois tourné du XVIIIème siècle et 27 fioles en verre contenant encore d'étranges



substances tel que du sang de dragon, de la poudre d'yeux d'écrevisses et de la corne de cerf calcinée.

Datés en grande partie du XVIIIème siècle, les pots à pharmacie en faïence sont constitués de chevrettes (cruches munies d'un goulot latéral et d'une anse), albarellos (haut pot cylindrique sans anse ni bec), bouteilles plates, piluliers (petits albarellos comportant un pied). Ils proviendraient de Lyon pour ceux à engobe blanc sans décor et de Nevers pour ceux ornés d'un décor bleu. Quelques piluliers et 13 bouteilles, auraient été fabriqués à la faïencerie d'Igny en Haute-Saône, active entre 1800 et 1845.

### **HÔTEL GAUTHIOT D'ANCIER (TOUR ST PIERRE FOURRIER):**

Au n°8 de la rue du Marché subsistent quelques vestiges de l'hôtel, notamment une tour d'escalier en vis, accolée au revers d'un logis, au dessus de laquelle est aménagée une chambre haute (cabinet). L'accès à cette chambre s'effectue par un exceptionnel escalier dérobé, qui semble constituer le seul exemplaire français encore en place d'un type décrit en 1627 dans le traité de charpenterie de Mathurin Jousse.

Ces aménagements, dus à Simon Gauthiot d'Ancier, datent du milieu du XVIème siècle.

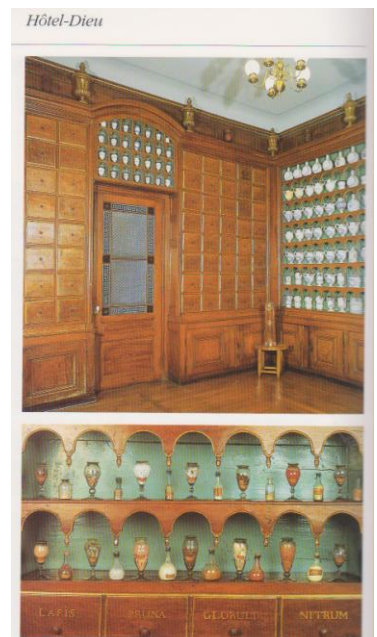
Mais plus qu'au nom de Simon Gauthiot d'Ancier, ce cabinet est associé à celui de Saint Pierre Fourier qui mourut à Gray en 1640.

La porte de la pièce donne accès à l'escalier dérobé appelé localement « le tour saint Pierre Fourier ». Constitué d'une vis en bois de 28 marches autour d'un noyau polygonal, il possède la particularité d'être enfermé dans un cylindre de chêne de 6,40m de haut et de 1,50m de diamètre qui tourne sur lui même grâce à deux pivots en fer.

Le cylindre est pourvu de trois ouvertures superposées permettant d'accéder de bas en haut :

1. à la vis située à l'intérieur et qu'on emprunte depuis celle de la tour.
2. à la chambre haute (cabinet).
3. au comble qui la surmonte.

L'intérêt du système réside dans le fait que le cylindre pivotant permet à l'envi, d'une simple pression de la main, de libérer ou masquer ces ouvertures condamnant alors les accès intérieurs et extérieurs. La chambre haute devenue inaccessible ou invisible par le subterfuge de l'escalier tournant permettait à son occupant de s'adonner à loisir à l'étude ou à la méditation.





Jean MOUGENOT  
AMP

## **FRÉDÉRIC MEUNIER, NOUVEAU DIRECTEUR.**

Frédéric, alias Fred, pour tous ses collègues, est arrivé à la maison de retraite Cournot Changey le 25 juin 1995 en qualité de secrétaire comptable.

Sa prise de fonction au sein de l'EHPAD, sous la direction de Claude RONGIERAS coïncidait avec la pose de la première pierre de ce qui allait devenir la nouvelle maison de retraite. Peut être les prémices de son ascension professionnelle.



Il aura connu au même titre que les résidents et le personnel un moment très fort en émotion lors de l'emménagement dans le nouvel établissement.

C'est en 2006 que Alain-Louis JOUBERT reprend la direction de l'établissement puis nomme Frédéric chef de bureau.

En reconnaissance de son travail de gestion exemplaire et de son implication dans le bon fonctionnement de l'établissement, il est nommé à juste titre Adjoint de Direction en août 2007.

Suite au départ pour raison de santé de Jean-Michel HUCHON, successeur de Monsieur JOUBERT depuis Janvier 2010, le poste de Directeur restait vacant.

Le conseil d'administration, sous la présidence du regretté Marc CHABOT, décide à l'unanimité, de promouvoir Frédéric au poste de Directeur.

Ayant réussi avec brio les examens requis pour ses nouvelles fonctions, Frédéric est officiellement nommé Directeur le 19 juillet.

Au nom de toute l'équipe, nous te souhaitons, Fred.....pardon...  
.....monsieur le Directeur une belle et longue carrière dans tes nouvelles fonctions !!!!



**Sylvie BOCQUENET**  
Aide soignante

# BIENVENUE A



**JESSICA CONSOLI**, qui travaille dans notre établissement depuis le mois de Juillet.

Elle obtient tout d'abord un brevet professionnel spécialisé en vente.

Puis, elle travaille auprès de personnes âgées à domicile et suit une formation « Assistante de Vie Dépendance ».

Cette jeune fille de vingt-ans est originaire de Gray.

Lorsqu'elle a du temps libre, elle aime lire.

**VÉRONIQUE BEUCHET**, que nous connaissons déjà puisqu'elle travaille dans les services depuis 2010.

Aujourd'hui, elle intègre définitivement la maison de retraite. En tant qu'agent de restauration en cuisine sur un poste à mi-temps.

Puis, renforce l'équipe de la lingerie sur un poste à quart temps.



# FORMATIONS 2012-2013



Depuis le mois de Septembre, **Christine MAGEL** et **Julie HULIN** suivent une formation d'Aide Médico Psychologique à l'Institut Régional du Travail Social de Besançon.



**Marianne ROYER** a intégré l'institut de formation en soins infirmiers de Vesoul pour obtenir le diplôme d'aide-soignante.



**Félicitations à toutes les 3  
et bonne chance !!!**

Aux dernières nouvelles...Aux dernières nouvelles...Aux dernières nouvelles...

# AU REVOIR A



Océan Pacifique

Hienghène

**Isabelle Keller** infirmière, qui travaille dans notre établissement depuis 2009.

Aujourd'hui, elle a décidé de poursuivre sa carrière professionnelle en Nouvelle Calédonie à Nouméa. Elle s'est investie au sein de la maison de retraite dans son métier mais aussi en participant à la troupe des **COURNOT DANCER'S**.

Son dynamisme, son sourire, son sens de l'humour et son investissement vont nous manquer énormément...

de corail

Noumea

# Bonne chance et bonne continuation !!



Aux dernières nouvelles...Aux dernières nouvelles...Aux dernières ...Aux dernières...

# EVENEMENTS



*Hélène Lafarges et Julien Richard se sont unis le Samedi 7 Juillet 2012 à 16h à la mairie puis à 16h30 en église d'Apremont.*



*Familles, Amis et collègues étaient présents pour partager ce grand jour de joie et de bonheur.*



*Isabelle Bolot et Michaël Keller se sont unis par les liens du mariage le Samedi 21 Juillet 2012 d'abord à la mairie puis ensuite en l'église de Vars.*

*Petits et Grands étaient rassemblés pour partager ce grand évènement.*

*Tous nos voeux de bonheur aux jeunes mariés*



Jean MOUGENOT  
AMP

## 12<sup>ème</sup> TRIATHLON VAL DE GRAY ÉDITION 2012

Le 28 juillet 2012 a eu lieu le 12<sup>ème</sup> triathlon val de Gray.  
Les trois épreuves étaient :

1. **LA NATATION** : réalisée par Thomas DEMOLY, fils du docteur DEMOLY, médecin coordonnateur de l'EHPAD Cournot Changey.
2. **LE CYCLISME** : réalisé par Dominique RUI, compagnon de Delphine NARDELLA, animatrice coordinatrice de l'EHPAD Cournot Changey.
3. **LA COURSE À PIED** : réalisée par Frédéric MEUNIER, Directeur de l'EHPAD Cournot Changey.

Le départ des épreuves a eu lieu à la plage à Gray sous un ciel mitigé et sous les encouragements d'une foule de supporters.

Nos trois compères se sont brillamment défendus puisqu'au final ils se sont classés premiers dans la catégorie ENTREPRISE.



Encore toute nos félicitations pour ce brillant trio de vainqueurs !!!



**Laurence CLERGET**  
Veilleuse de Nuit

## **BIENVENUE A :**

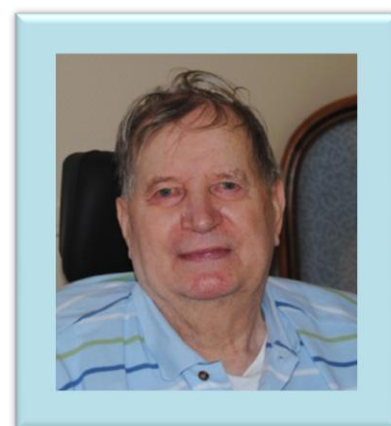
### **SUR LA RÉSIDENCE DU PARC**



C'est dans la commune d'ARC-LES-GRAY qu'est née le 24 juillet 1923 **Madame Berthe BLANCHETETE**. Maman de 2 filles, Berthe exerçait la belle profession de comptable dans l'entreprise de son mari. Douce et discrète, elle est parmi nous depuis le 18 septembre 2012. Autrement, elle aime le jardinage, le tricot et regarde volontiers la télévisions, elle participe également de temps en temps à l'animation.

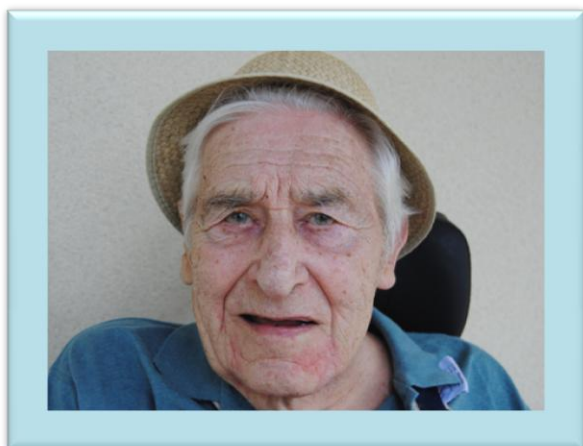
### **SUR LA RÉSIDENCE DU BELVÉDÈRE**

C'est le 9 janvier de l'année 1935 qu'est né, à GRAY, **Monsieur Lucien ADNOT** dans une fratrie de 4 enfants. Ferrailleur de son état, Lucien qui préfère plutôt que nous l'appelions par son deuxième prénom Camille est un féru de pêche à la truite. Il a vécu notamment à GRAY et à SAINT-CLAUDE dans le JURA. Actuellement, ce père d'un enfant apprécie la télévision, les jeux de société et principalement le jeu du nain jaune mais aussi le tarot. Ayant toujours eu l'oreille musicale, Camille aime le chant et la musique. Son instrument favori est le violon. Il est entré sur ce secteur le 14 août 2012.



**Madame Monique SPRINGAUX** est née le 1<sup>er</sup> octobre 1935 à RIGNY. Mère au foyer, elle a élevé ses 2 filles avec son mari qui était fromager. Monique a résidé notamment à ANCIER et à ARC-LES-GRAY. Sa passion : les couvertures piquées. Mais cette femme active a également d'autres cordes à son arc en appréciant la pose du papier peint et la rénovation en peinture de son intérieur. Elle apprécie aujourd'hui la télévision pour les jeux et participe activement à l'atelier épluchage de légumes ainsi qu'aux diverses animations proposées. Monique a rejoint l'équipe soignante le 26 juin dernier.

### **SUR LA RÉSIDENCE DE LA VERRIÈRE**



C'est le 3 février 1925 qu'est né **Monsieur Serge FASSET** à AVRIGNEY-VIREY dans une fratrie de 5 enfants. Très actif, ce père de 2 enfants était gérant d'une boutique d'alimentation mais, il a également été débardeur de bois et transporteur. Parmi nous depuis le 19 juillet dernier, Serge apprécie la chasse, le jardinage et le bricolage. Il est également mélomane et voue une passion toute particulière à l'accordéon.

La Direction, l'ensemble du personnel de Cournot Changey et les résidents leur souhaitent la bienvenue et de bons moments parmi nous.

## UNE PENSÉE POUR :

### SUR LA RÉSIDENCE DU PARC



**Madame Denise CREUSY** était née le 1<sup>er</sup> mars 1913 à SAINT-BROING. Elle était agricultrice. Maman de 2 filles, Denise avait eu la joie et la fierté de voir son cercle familial s'agrandir avec l'arrivée de plusieurs petits-enfants. Femme de la terre, Denise était très courageuse et travailleuse. Parmi nous depuis le 17 Mars 2003, elle qui appréciait le jardinage et les fleurs nous a malheureusement quitté le 10 novembre 2012.

C'est dans notre belle cité Grayloise que **Monsieur André BEUREY** avait vu le jour le 2 janvier 1914. Père de 2 enfants, il avait été élevé par son grand-père jusqu'à l'âge de ses 10 ans. André était entré dans notre établissement avec son épouse Carmen le 7 décembre 2010. Lui qui fut toute sa vie professionnelle durant gérant d'une station-service, a rangé ses clés et fermé sa pompe à carburant le 24 septembre 2012.



C'est le 18 décembre 1918 qu'était née à ROSEY **Madame Henriette BOILLOT**. Maman de cinq enfants, Henriette avait su concilier sa vie de famille et son travail de distribution du courrier aux PTT. D'un caractère doux et discret, elle appréciait le contact avec les autres résidents. Henriette a longtemps résidé dans la petite commune d'APREMONT avant de nous rejoindre le 2 janvier 2002. Cette passionnée de fleurs qui en cultivait même devant la porte fenêtre de sa chambre a finalement fini par déposer son sécateur le 3 septembre 2012.



**Monsieur Julien DRUT** était né le 20 janvier 1920 à ANCIER. C'est tout naturellement qu'il a repris l'exploitation maraîchère familiale. Père de 2 enfants, Julien appréciait les jeux de cartes et principalement le tarot et la belote. Il était entré sur ce secteur le 1<sup>er</sup> mars 2012. Ce passionné de chasse a rangé son fusil et ses cartouches le 13 novembre dernier.



### **SUR LA RÉSIDENCE DU BELVÉDÈRE**



**Madame Henriette BOUILLOT** avait vu le jour le 21 août 1922 à DIJON. Mère de 3 enfants, elle nous parlait très souvent de sa ville de cœur CHALON-SUR-SAONE. Très coquette, Henriette appréciait la mosaïque et avait participé à la création exposée dans le coin salon de la maison. Elle ne manquait également jamais le jeu du loto. Très entourée de sa famille, elle était très fière de ses enfants et petits-enfants. Couturière de profession, elle qui partageait notre quotidien depuis le 23 août 2002 a tiré pour la dernière fois son aiguille le 29 juin dernier.

La petite commune de GREUCOURT située dans le canton de FRESNE-SAINT-MAMES avait accueillie, le 25 septembre 1921, une âme de plus avec la naissance de la petite **Geneviève BRAUD**. Maman de 2 enfants, elle avait travaillé aux côtés de son époux sur l'exploitation agricole familiale. Geneviève avait eu la joie de voir son cercle familial s'agrandir avec l'arrivée de petits-enfants et d'arrière petits-enfants. Femme très volontaire, elle aimait le jardinage et principalement les fleurs. Il ne se passait pas une journée sans qu'elle demande à l'une d'entre nous le temps qu'il faisait. Elle, qui était avec nous depuis le 22 janvier 2007, a fermé ses yeux le 12 juin 2012 et ne scrute plus le ciel à la recherche du soleil ou de la pluie.



C'est dans le JURA et plus précisément à BIEFMORIN, qu'était né le 6 septembre 1913 **Monsieur Robert PONSOT**. Père de 3 enfants, Robert avait eu la douleur de vivre 2 veuvages. Homme de cœur, fier de ses racines et de son terroir, il était devenu fromager. Médiatique et aimé de tous, Robert fut également maire de sa commune et avait tenu pendant de nombreuses années le poste de Président du conseil de vie sociale au sein de notre établissement. Toujours à l'écoute des résidents, il prenait à cœur son rôle de Président. Depuis, le 14 avril 2005, il gâtait les membres du personnel par ses incontournables friandises. Robert nous a quitté le 31 juillet 2012.

A leurs familles et à leurs proches, La Direction ainsi que tout le personnel de Cournot-Changey adresse leurs plus sincères condoléances.



Jocelyne LESTAGE  
ASH

## TROIS PRODUITS MIRACLES

### LE VINAIGRE

Fait briller les robinets en inox... et les cheveux ternes  
Décape les brûleurs encrassés  
Nettoie les vitres, l'argenterie, les sols en pierre et le carrelage,  
les poêles qui accrochent, les cadres dorés, les meubles  
en bambou  
Détartre la verrerie  
Détache théière et carafe à vin  
Elimine les traces de moisissures, ressuscite la pointe  
desséchée d'un feutre.



### LE SEL

Récure les casseroles brûlées.  
Détache théières, cafetières et carafes à vin.  
Elimine le calcaire (ajouter un jus de citron).  
Prolonge la durée d'une bougie et limite les coulures (à déposer au pied de  
la bougie).  
Nettoie porcelaine et faïence. Fixe les couleurs du linge.  
Rend le linge plus facile à repasser, lorsqu'il est ajouté à l'eau de rinçage.  
Ravive le parfum d'un pot-pourri.  
Nettoie la semelle du fer à repasser.  
Elimine les tâches de café.



### LE CITRON

Désodorise l'évier. Fait étinceler la porcelaine  
Adoucit les mains.  
Blanchit les ongles, fortifie les ongles mous (ajouter de l'huile d'olive).  
Blanchie les dents.  
Nettoie les sièges en paille et bronzes dorés.  
Ravive le marbre (ajouter du sel fin).  
Blanchit l'ivoire et le coton.  
Elimine tâches d'encre, de fruits (sur tissu synthétique), traces de  
transpiration (sur tissu délicat).  
Lustre les bijoux en argent.  
Evite aux bijoux en toc de noircir les doigts  
Fait briller les cheveux.







**Christine DOS SANTOS**  
Agent de restauration

## **DÔME FEUILLETÉ AUX NOIX DE ST-JACQUES ET GIROLLES**

**Préparation : 30 mn | Cuisson : 15 mn | Difficulté : Facile**



### **Pour 4 personnes**

- 1 rouleau de pâte feuilletée pré-étalée
- 16 petites noix de St-Jacques avec corail (on peut prendre des noix surgelées et les faire décongeler au micro-ondes)
- 120 g de girolles
- 2 tranches de jambon de pays (ou des lardons allumettes)
- 1 blanc de poireau
- 1 briquette de crème liquide
- 1 tomate
- 1 jaune d'oeuf (pour la dorure)
- sel, poivre

**1/Dans un mélange beurre/huile (la valeur d'une cuillère à soupe), faire revenir les noix de St-Jacques avec les girolles, nettoyées au préalable. Ajouter ensuite le jambon coupé en fine lamelles, saler et poivrer.**

**2/Sortir de la poêle ce mélange et y remettre un peu de beurre à chauffer. Faire revenir le blanc de poireau émincé. Déglacer avec un peu d'eau si besoin, saler et poivrer.**

**3/Pendant ce temps, répartir le mélange précédent dans 4 ramequins allant au four.**

**4/Couper 4 fines tranches de tomates à déposer sur chaque ramequin.**

**5/Lorsque le poireau est devenu translucide, ajouter la crème liquide. Laisser réduire doucement quelques minutes.**

Répartir le poireau dans les 4 ramequins.

**6/Mettre le four à préchauffer sur thermostat 7 (210°C).**

Étaler la pâte feuilletée devant soi. À l'aide d'un couteau et d'un bol de diamètre plus grand que les ramequins, couper 4 ronds de pâte.

Battre le jaune d'œuf avec une goutte de lait et passer cette dorure au pinceau sur les pourtours des ronds de pâte. Retourner les ronds, les poser sur les ramequins, en rabattant et collant bien les bords de pâte sur les parois extérieures (l'œuf va jouer le rôle de colle). Passer de la dorure également dessus.

Enfourner une quinzaine de minutes environ, il faut surveiller que le feuilletage monte bien et qu'il soit bien doré. Servir chaud



**Jean MOUGENOT**  
AMP

### **SECTEUR DE LA VERRIÈRE :**

Ce secteur qui accueille les personnes âgées désorientées avait besoin d'un bon relooking.

C'est l'entreprise Bonfils qui a réalisé la pose du nouveau revêtement de sol.

De nouvelles plaques de porte avec le numéro des chambres ont été fixées.

A l'entrée de chacune d'elle, un porte photo a été posé afin de donner un point de repère aux résidents.



Ce service manquant cruellement de décoration, pour lui redonner plus de gaieté, nous avons fait appel à Véronique CARTIER, artiste peintre. Sur chacune des grandes portes de placard, elle a réalisé des peintures en trompe l'œil représentant les quatre saisons. Puis ce sont les portes de chambre qui sont passées sous son coup de pinceau artistique afin de les personnaliser.

Enfin, l'équipe d'entretien a effectué tous les travaux de peinture.

Cerise sur le gâteau, le mobilier a été entièrement changé et étudié spécifiquement pour les personnes âgées à mobilité réduite ou en fauteuil roulant.

### **SERVICE SALLE À MANGER :**

Suite à un cruel manque de place et pour répondre à des besoins de sécurité, les tables de la salle de restauration ont été changées le 16 octobre 2012, jour du repas à thème. Ce mobilier est identique à celui de la Verrière, très fonctionnel, principalement pour les fauteuils roulants. Cette nouvelle disposition permet d'avoir plus d'espace entre chaque table et facilite le passage des chariots pour la distribution des repas.

*Quoi de neuf?... Quoi de neuf?... Quoi de neuf?... Quoi de neuf... Quoi de neuf*

### **HALL D'ACCUEIL ET SALON :**

Pour répondre à des besoins économiques, tous les luminaires du hall d'accueil et du salon ont été changés. Dans le hall d'accueil, ce sont des luminaires fluo compact (économie d'énergie), identiques à ceux de la Verrière qui ont été posés. Au salon par contre ce sont des spots à LED. Tout deux ont l'avantage de produire plus de lumière et de consommer moins d'énergie.

### **QUELLE HEURE EST-IL ?:**

Afin de permettre aux résidents d'avoir un repère dans le temps et grâce au don du CCAS de Gray, le service animation a acheté des horloges grand format (diamètre 50cm) pour chacune des unités de vie et la salle à manger.



### **INAUGURATION DU SOLARIUM :**

Mercredi 7 novembre 2012, l'Abbé BRETILLOT a célébré une messe en hommage à Monsieur Marc CHABOT, président du conseil d'administration de la Maison de Retraite COURNOT CHANGEY (2001-2012), décédé le 18 mai dernier.

L'épouse et les enfants du défunt, Monsieur Bernard DEBIEF, son successeur, les membres du conseil d'administration, le Directeur, plusieurs résidents et quelques membres du personnel ont assisté à l'office religieux.

En mémoire de Monsieur Marc CHABOT, une plaque commémorative a été posée à l'entrée du solarium qui porte dorénavant son nom.



**Marie-Christine BOUTHÉON**  
AMP

Pour ma première rubrique dans le petit journal, je propose un poème très émouvant sur la maladie d'Alzheimer afin de mieux comprendre ce que vivent les personnes atteintes par cette maladie et l'impact qu'elle peut avoir sur l'entourage direct de ces personnes. Ce poème devrait nous permettre à tous de porter un regard bienveillant sur elles.

### **DANS LE SILENCE DE TA MEMOIRE !**

**TOI...**

Qui t'éloignes de plus en plus  
Dans le silence et dans le noir  
Tu deviens ta propre inconnue  
Il y a des trous dans ta mémoire  
Je me sens seule et perdue  
Tu ne me reconnais plus  
Je ne fais plus partie de ton histoire

**TOI...**

Que j'ai connu jadis  
En des temps plus heureux  
Ton regard n'était jamais triste  
Mais aujourd'hui  
C'est la mort dans tes yeux  
Comment peuvent passer dans l'oubli  
Ceux à qui on a donné la vie

**TOI...**

Qui ne me reconnais plus  
Souviens-toi pourtant  
Tu m'as déjà prise dans tes bras  
Et je t'ai appelée maman  
Je voudrais revoir ton sourire comme avant  
Mais on a volé nos plus beaux souvenirs  
Depuis tout est devenu néant

**TOI...**

A qui j'aurais eu tant de choses à dire  
Avant qu'on ne tourne tristement la page  
Quand je te vois souffrir  
J'ai tellement mal  
Il n'y a que des ombres sur ton visage  
On a volé les souvenirs de ma plus belle image  
On a pris ta vie pour la mettre en cage

**TOI...**

Qui connaissais tant de gens  
Te voilà désormais seule  
Mais déjà ta vie  
En a fait le deuil  
Petite femme si fragile  
Prisonnière d'une maladie  
Qui cruellement te plonge dans l'oubli

**TOI...**

Qui semble si seule ce soir  
Tu n'as plus de larmes pour pleurer  
Tes souvenirs se sont effacés  
Je ne vois que les silences dans ta mémoire  
Même ton regard m'est devenu étranger  
Je voudrais tuer cette maladie  
Qui tient ta vie en sursis

**TOI...**

Que je rêve de prendre dans mes bras  
Depuis si longtemps déjà  
Ce soir je te fais un cadeau  
Pour la première fois  
Je laisse tomber les virgules et les mots





**Delphine NARDELLA**  
Animatrice Coordinatrice

## BARBECUE



Comme chaque année, la maison de retraite avait convié les résidents et leur famille au traditionnel barbecue qui s'est déroulé le **Jeudi 21 Juin 2012** dans les locaux. Pour l'occasion était invité le groupe « Sorbet citron » qui a proposé un répertoire de chanson Française. L'équipe des Cournot Dancer's était au rendez-vous, car très attendu des résidents qui apprécient toujours autant le dévouement et l'investissement de chacun. Ce moment de convivialité leur permet de



prendre un moment de détente et fous rire que chacun redemande....

Un grand coup de chapeau également à l'équipe restauration pour la préparation du repas qui a régalé l'ensemble des convives.



## REPAS SURPRISE

L'équipe d'animation et le service restauration propose toujours les repas surprise qui se déroulent tous les mois dans la structure.

Un moment placé sous le signe de la convivialité et la découverte de nouvelles saveurs...



## LA SEMAINE BLEUE

La Semaine Nationale des Retraités et Personnes Âgées qui s'est déroulée **du 15 au 21 Octobre 2012**, appelée Semaine Bleue, est un moment privilégié de la vie associative. Cet évènement vise à **informer et sensibiliser l'opinion publique** sur la contribution des retraités à la vie économique, sociale et culturelle, sur les préoccupations et difficultés rencontrées par les personnes âgées, sur les réalisations et projets des associations. Partout en France, des manifestations locales sont organisées.



Durant toute cette semaine, les résidents ont participé à différentes manifestations avec l'ensemble des résidents des EHPAD du bassin Graylois et les élèves du lycée Sainte-Marie. Le programme bien chargé proposait : une sortie au cinéma de Gray, un spectacle théâtral offert par le CCAS d'Arc-Les-Gray, une rencontre à Dampierre sur Salon sur la présentation des différents stands de la communauté européenne, préparés par chaque maison de retraite, un loto inter établissement à l'Hôtel Dieu, et un après midi récréatif à la salle des congrès mis en place par « l'Association bien vieillir en pays Graylois » pendant lequel les résidents ont présenté une représentation de danse assise.



Encore bravo pour l'investissement que chacun à pu donner pendant cette semaine, associations, bénévoles, animateurs, professeurs, écoles, lycée, résidents, retraités....Un beau challenge et une belle solidarité.....



Temps forts...temps forts...temps forts...temps forts...temps forts...temps forts

## LES SORTIES ESTIVALES

Pendant tout l'été, les résidents ont participé à différentes sorties mises en place par le service animation. Les résidents en fauteuils roulants ont eu la possibilité de se joindre à nous car la maison de retraite de Champlitte a généreusement prêté son véhicule équipé pour nous permettre de conduire les personnes les plus dépendantes.

Un grand merci à l'ensemble des bénévoles pour leur investissement.

### Retour en images :



Dégustation de glaces à Beaujeu

Pique nique à l'Île Sauvageonne  
à Pesmes



Goûter au parc pour tous



Goûter à la plage de Gray





**Pique nique à L'Abbaye d'Accey**



**Pique nique inter établissement A Cournot**



**Restaurant « Chez Berthe » à Seveux**



**Saboterie « le veau d'or » à Seveux**



**Pique nique à Rigny**

Le 30 Octobre dernier a eu lieu l'élection du Président et Vice-président du conseil de la vie sociale ainsi que des nouveaux membres. La composition du Conseil est la suivante :

**Le Président du Conseil de la Vie Sociale**

- ✓ Monsieur GILLES Roger

**La vice-présidente du Conseil de la Vie Sociale**

- ✓ Madame BINETRUY Monique



**Les représentants des personnes accueillies de l'établissement**

- ✓ Madame QUENOT Fernande
- ✓ Madame PEZET Micheline
- ✓ Madame JOBARD Juliette
- ✓ Madame JACQUEMARD Marie- Thérèse

**Les représentants des familles de l'établissement**

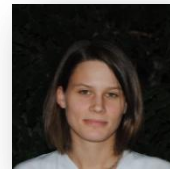
- ✓ Madame CHAMPY Michelle
- ✓ Madame QUENOT Martine
- ✓ Monsieur GUERRIN Yves
- ✓ Madame CUSSE Marie-Claude
- ✓ Monsieur PETITPERRIN Pierre
- ✓ Monsieur DUMORA Gérard
- ✓ Madame PERNIER Geneviève
- ✓ Monsieur BERGERET Bertrand
- ✓ Madame DENIZOT Agnès
- ✓ Monsieur HUMBLLOT Christian
- ✓ Madame COINDET Marie- Françoise
- ✓ Madame GUIBOURDENCHE Monique

**Le représentant du personnel de l'établissement**

- ✓ Monsieur MOUGENOT Jean, Délégué du personnel

**Les représentants de l'organisme gestionnaire**

- ✓ Monsieur DEBIEF Bernard, Président de l'Association



**Julie HULIN**  
Elève AMP

**Retrouvez les animaux qui se cachent dans la grille. Les mots sont lisibles horizontalement, verticalement et en diagonale, mais toujours en ligne droite.**

N	O	A	F	S	T	N	A	H	P	E	L	E
H	L	E	P	O	L	I	T	N	A	U	F	L
E	I	C	A	R	I	B	O	U	J	H	R	F
R	O	P	S	E	L	L	E	Z	A	G	E	F
I	N	G	P	C	U	B	E	Z	G	U	C	U
S	E	I	N	O	S	I	B	E	U	E	R	B
S	R	R	L	N	P	L	E	B	A	P	E	D
O	V	A	E	I	C	O	I	R	R	A	I	R
N	E	F	R	H	U	U	T	E	S	R	L	A
X	I	E	A	R	T	P	E	A	C	D	G	P
N	L	C	S	S	I	N	G	E	M	S	N	O
Y	A	V	S	I	O	M	A	H	C	E	A	E
L	A	M	A	L	O	K	A	P	I	S	S	L

- HIPPOPOTAME
  - RHINOCEROS
  - HERISSON
  - ELEPHANT
  - PANTHERE
  - ANTILOPE
  - GAZELLES
  - SANGLIER
  - GUEPARDS
  - LEOPARD
  - CARIBOU
  - JAGUARS
  - CHAMOIS
  - BUFFLE
  - CHACAL
  - LIEVRE
  - GIRAFE
- OKAPIS
  - BISON
  - ZEBRE
  - SINGE
  - OURS
  - LION
- ZEBU
  - LOUP
  - FAON
  - LYNX
  - CERF
  - LAMA



Avec les 9 lettres restantes, il faut former le nom d'un animal :

- - - - -

**CHARADE :**

Mon premier aide souvent les personnes âgées à se déplacer,  
Mon second est la première lettre de l'alphabet,  
Mon troisième est un gaz expulsé du corps,  
On peut confortablement s'installer sur mon tout.

Réponse :

Mon premier est une plante que l'on cueille souvent à Noël.  
Mon deuxième est un préfixe qui indique la répétition.  
Mon troisième veut dire pays en anglais.  
Mon tout décore les sapins ce Noël

Réponse :

**ANAGRAMME :**

Noix :	Jeune :
Canotier :	Troupe :
Zen :	Cause :
Amande :	Serpent :
Salut :	

Avec l'initiale de chacun des mots trouvés, formez un nom de saison.

**S'adresser à Julie pour les réponses**



Patricia HOCHET  
Technicien Administratif

## « TOI QUI A BESOIN DE MOI », ET « MOI QUI AI BESOIN DE TOI »

**Je suis venu vers toi,  
car je n'avais plus de toit.**

**Sous mon toit,  
Je ne me sentais plus chez moi.**

**En me rapprochant de toi,  
nous avons parlé de moi.**

**J'ai voulu vous retracer ma vie,  
mais désormais ce n'est qu'oubli.**

**C'est pour cela que je reviens vers toi,  
pour revivre sans émoi.**

**Pour pouvoir m'accompagner,  
et m'aider à retracer mes chemins  
oubliés.**

**Toi qui tous les jours,  
viens à mon secours.**

**Dans mes moments de détresse,  
tu me redresses et me déstresses.**



*Mais tu sais, si tu n'étais pas là,  
toi mon aîné  
je ne serais pas né,  
et désormais comme tu as veillé sur  
moi,  
je me dois de veiller sur toi.*

*Toi l'ancien,  
si tu n'étais pas là,  
je ne serais rien,  
alors tu vois là bas,  
c'est mes mains,  
que je tends comme ton bien.*

*A la verrière,  
Je regarde derrière,  
parfois avec peur,  
sans terreur,  
mais ensemble  
on se rassemble  
pour t'aider  
avec respect  
à t'accompagner dans ta nouvelle vie  
malgré tes moments d'oubli.*



Aude BARBIER  
Psychologue

## UN PETIT TOUR EN CHANSON

De tous temps la musique a touché, émue, inspiré...

Platon disait que « **la musique donne une âme à nos cœurs et des ailes à notre pensée** ». Quelques siècles plus tard Emmanuel Kant le philosophe exprimait l'idée que « **la musique est la langue des émotions** ». Plus récemment le dicton populaire nous raconte qu'elle adoucit les mœurs !

La musique ne laisse personne indifférent, elle vient nous habiter, nous ravir, nous émouvoir ou encore nous faire danser.

Elle a pour beaucoup d'entre vous été présente tout au long de votre vie et laisse l'emprunte de son plaisir. Voici le Top 50 des chanteurs qui vous ont fait chanter et danser :

Tino ROSSI  
Edith PIAF  
Maurice CHEVALIER  
Jean LUMIERE  
Jean SABLON  
André CLAVAU  
Mike BRANT  
Yves MONTAND  
BOURVIL  
Line RENAUD  
Charles TRENET  
Charles AZNAVOUR  
MISTINGUETT  
Louis MARIANO  
Les compagnons de la chanson  
Lise GAUTY  
Annie CORDIE  
Petula CLARK  
Henri SALVADOR  
Lucien BERGER  
Michel SARDOU  
DALIDA  
BARBARA  
STONE et CHARDEN  
Yvette HORNER

Berthe SILVA  
BREL  
Georges BRASSENS  
FERNANDEL  
Georges ULMER  
Marie-José NEUVILLE  
Joséphine BAKER  
Gilbert BECOT  
Georges GUETARY  
Dario MORENO  
Salvador ADAMO  
Rika ZARAI  
Hervé VILLARD  
Serge LAMA  
PATRICE ET MARIO  
Jacques DUTRONC  
Johnny HALLIDAY  
François CABREL  
Frédéric FRANCOIS  
Mireille MATHIEU  
Sylvie VARTAN  
Christian MERY  
SHELA  
C JEROME  
JAIRO



## EXPRESSIONS FAMILIÈRES DE FRANCHE COMTÉ

Jean-François ALTENHOVEN

J'ai créé ce petit texte en puisant dans le livre de Jean-Paul Colin :  
expressions familières de Franche-Comté. Éditions Bonneton. Avril 2001

Le Matthieu, celui qui avait la comprenotte bouchée, il avait du mal à sortir sa gouieillotte ; on se demandait s'il n'avait pas été bercé trop près du mur!

Sa femme, la Rolande, toujours à aller chercher le bon Dieu derrière l'église ; côté physique, elle a du bois derrière la grangée! Et côté lit, c'est souvent à la retirotte!.

La conséquence, quand le Matthieu rentrait à point d'heure, elle se demandait s'il allait pas aux blondes! Ah ! ce couple, c'est une vraie charrue de chien : quand l'un tire, l'autre retient.

Quant au père de la Rolande, c'est bonjour ma tête, mes pieds viendront demain ; par contre il se tient bien à table, on pourrait même dire que c'est un sac sans fond! Et que nenni de relavure!

En plus de cela il pione la misère! Quant un moucheron le pique, il croit que c'est un tavin.

Parfois le matin il se lève le cul le premier et puis, il se peigne avec des dents de râteau!

C'est droit lui! Quant à sa femme, la mère de la Rolande, c'est du rouge de chêne! Et attention, leur ferme, c'est pas de la ripaupette!

Allez je vous salue bien et à la revoillotte!

### Sa traduction en français

Matthieu, homme pas très futé, avare ; on se demandait parfois s'il n'était pas un peu demeuré!

Sa femme, Rolande, qui cherchait toujours midi à quatorze heures ; côté physique, elle avait une poitrine opulente! Côté lit, ça n'était pas très souvent!

Quand Matthieu rentrait tard dans la nuit, elle se demandait s'il n'avait pas une maîtresse!

Ah ! ce couple, il n'était vraiment pas très uni!

Quand au beau-père, il était tout courbé et avait du mal à se déplacer! ; par contre il avait bon appétit, c'est un gros mangeur! Surtout pas de tambouille!

En plus de cela il se plaint tout le temps! La moindre chose lui arrivant prendra de sacrées proportions! Parfois le matin il se lève de mauvaise humeur et a du mal à se coiffer!

C'est tout à fait ça! Quant à sa femme c'est une personne très vigoureuse! » Et leur ferme, elle n'est pas petite!

Salutations à tous et au plaisir de vous revoir!

A bientôt... A bientôt... A bientôt... A bientôt... A bientôt... A bientôt...



## TOUTE L'ÉQUIPE VOUS DONNE



## RENDEZ-VOUS

## EN ÉTÉ

