

Année 2013

Décembre - N° 11

# Le Petit Canard de Changey



Dans ce  
numéro



Par Frédéric MEUNIER  
Directeur

## EDITORIAL

Editorial.....1,2

Les reconnaissez  
vous ?.....3,4

Aux dernières  
nouvelles.....5,6,7,8,9  
10

Carnet....11,12,13,14,15,  
16, 17,18

Hommages.....19, 20

Trucs et astuces.....21

Culinaire.....22

Quoi de neuf dans nos  
locaux.....23, 24

Les traditions de  
Noël.....25,26,  
27

Temps forts.....28,29,30  
31

Jeux.....32

A retenir.....33,34,35,  
36, 37

Parole des  
résidents.....38,39,40

Astuces.....41

Citations.....42

Edité le 05/12/2013

En cette fin d'année, plusieurs grands projets pour la vie de notre Institution sont lancés. Ils mobilisent toutes nos équipes et demandent une implication très importante pour bon nombre d'entre nous.

Certes, certains projets sont réglementaires. La loi du 2 janvier 2002 qui rénove l'action sociale et médico-sociale oblige les établissements sociaux et médico-sociaux (ESMS) dont nous faisons partie, à s'inscrire dans une démarche d'évaluation.

Cette démarche comprend une *évaluation interne* qui correspond à « l'évaluation de nos activités et de la qualité des prestations que nous délivrons » et une *évaluation par un organisme extérieur*.

La certification AFNOR à laquelle nous répondons depuis 2010 nous permet de respecter à hauteur de 80% les exigences de cette évaluation. Il nous faudra donc faire appel à un organisme habilité pour remplir entièrement cette mission.

Le résultat de cette démarche nous permettra ensuite de procéder au renouvellement de notre *convention tripartite* qui nous lie à nos deux autorités de tarification : l'Etat et le Département.

Il est important de comprendre que tous ces processus, certes très lourds pour les établissements sociaux et médico-sociaux, garantissent la qualité de prise en charge des personnes que nous accueillons. Ils sont des leviers servant à obtenir des moyens ou du moins de projeter nos ambitions quant à nos besoins futurs pour améliorer la prise en charge et la prise en soins de nos aînés.

Enfin, les autres projets en cours ne revêtent pas une obligation réglementaire mais sont nécessaires car ils contribuent, eux aussi, à l'amélioration de la qualité de vie de nos résidents :

- La **création d'un Pôle d'activités et de Soins Adaptés (PASA)** - fin 2014
- La « refonte » de la **gestion du temps des soignants** – juin 2014.

Le PASA a déjà longuement été évoqué avec vous lors du dernier Conseil de la Vie Sociale et notes d'informations. Par contre, le projet de réorganisation du temps de travail des soignants nous permettra de mieux répartir notre effectif soignant en fonction des besoins de nos résidents.

Voici donc beaucoup de beaux projets que nous avons à cœur de finaliser avec vous et surtout pour le bien-être de tous ceux que nous accueillons.



**Jean  
MOUGENOT  
AMP**

**L  
E  
S  
  
R  
E  
C  
O  
N  
N  
A  
I  
S  
S  
E  
Z  
  
V  
O  
U  
S  
  
?**



Pour ce onzième numéro du journal le petit Canard de Changey, nous vous proposons un jeu, basé sur une série de photos montrant plusieurs membres du personnel dans leur plus tendre jeunesse.

Cette rubrique ayant remporté un vif succès dans les éditions n°4 et n°5 du journal, nous vous proposons donc, à nouveau, d'essayer de reconnaître qui se trouve sur les photos qui vous sont présentées ci-contre.

Nathalie MILLOT (cadre de santé), Aude BARBIER (psychologue), Patricia HOCHET (secrétaire), Alain BAILLY (médecin), Laura PAGNY ( infirmière), Katia CHAMPY (infirmière), Jean-Marie DEMOLY (médecin), Martine NOEL (infirmière). Attention, comme vous pouvez le constater, il y a plus de noms que de photos....le piège !!!....

Merci d'indiquer sur papier libre à votre nom, votre réponse et de le déposer dans la boîte aux lettres à l'accueil.

Le service animation procèdera au dépouillement lors des prochains anniversaires qui se dérouleront le 08 Janvier et suite aux bonnes réponses à un tirage au sort afin de déterminer 3 gagnants qui recevront un lot.



N°1



N°2



N°3



N°4



N°5



N°6

# BIENVENUE A



**Sylvie  
BOCQUENET**  
Aide soignante



**Elise MAUCLAIR**



**Marine MICHEL**



**Sophie NASRI**

A  
U  
X  
  
D  
E  
R  
N  
I  
È  
R  
E  
S  
  
N  
O  
U  
V  
E  
L  
L  
E  
S

**ELISE MAUCLAIR**, aide-soignante fraîchement diplômée de l'école de Chalon en Champagne, Arrivée début Octobre, au sein de la maison de retraite, elle exerce sur le secteur du Parc. Cette jeune femme de vingt-trois ans habite Gray. Elle fait partie de la troupe « Musical Story ».

**MARINE MICHEL**, aide-soignante fraîchement diplômée de l'école de Vesoul. Arrivée début Octobre, au sein de la maison de retraite, elle exerce sur le secteur du Belvédère. Cette jeune femme originaire de Fougerolles habite Gray.

**SOPHIE NASRI**, aide-soignante fraîchement diplômée de l'école de Dole. Arrivée depuis Août au sein de la maison de retraite, elle exerce sur le secteur du Parc. Nous la connaissons bien puis qu'elle a déjà travaillé de Mars 2012 au 30 Août 2012.



**CHARLOTTE BARBEROT**, jeune infirmière diplômée de l'IFSI de Montbéliard depuis Juillet 2013. Elle a rejoint l'équipe d'infirmière depuis le 06/09/2013 à 75%, en remplacement de Marie-BESANCENOT. Elle est avec nous jusqu'au 31/12/2013 et recherche un emploi sur Besançon, ville qu'elle connaît bien, pour habiter à proximité de celle-ci, plus exactement à Champvans-Les-Moulins. Cette jeune femme de 25 ans pratique l'équitation et la course à pied de temps en temps.



**EMILIE GAILLARD** en contrat SIFA jusqu'au 01/01/2014 qui est arrivée à la maison de retraite depuis début Octobre.

Son objectif professionnelle est de devenir aide-soignante c'est pourquoi elle prend des cours qui l'aideront à passer le concours.

Cette jeune Grayloise est très sportive puisqu'elle pratique de la course à pied au sein de l'association « Val de Gray Marathon ».



**VALERIANE GONGET** en contrat SIFA jusqu'au 30/12/2013, qui vient renforcer l'équipe de la restauration.

Cette jeune fille de vingt-trois ans est originaire de Champlitte et a obtenu un certificat d'aptitude professionnelle en cuisine et en pâtisserie.

Elle a déjà une expérience en restauration traditionnelle.



**ELISA JOSSELIN** en contrat SIFA jusqu'au 07/12/13 qui sera suivi d'un emploi avenir, aide au secrétariat qui vient renforcer l'équipe de l'administration.

Pendant cinq années, elle travaille dans une entreprise en qualité de tampographe et sérigraphie.

De formation secrétaire médicale, elle est déjà venue en stage en Juillet et en Septembre 2012.

Cette jeune femme de vingt-cinq ans habite GY, elle est maman d'une petite fille qui s'appelle LOLA qui a deux ans et demie.



# Diplôme 2013

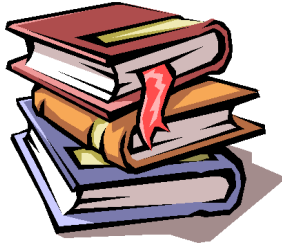
Depuis le mois d'Octobre, **CHRISTINE MAGEL**  
**ET JULIE HULIN** ont obtenu leur  
diplôme d'Aide Médico-Psychologique.



**NATHAN MAILLARBAUX** a obtenu son  
certificat d'aptitude professionnelle en  
maintenance et bâtiment.

# Sincères Félicitations !





# Formation 2013



Depuis début Septembre, **NATHALIE MILLOT** a intégré le lycée Condé de Besançon pour se former au métier d'aide- soignante.

Depuis le mois de Novembre, **IRÈNE LAZHAR ET SANDRA SCHOLER** suivent une formation à Gray afin de les aider à préparer le concours d'aide-soignante qu'elles passeront en 2014.



## Bon courage !

## Félicitations !!

# EVENEMENTS



## *Aurélie Acker et Cyrille Prieur*

Se sont unis le samedi 3 Août 2013.  
La cérémonie civile et religieuse ont eu lieu  
à la Mairie d'Ancier puis à l'église.

Pour la plus grande joie de leur fils Wallas  
et de leurs familles !

Ils sont heureux de vous annoncer la  
naissance de :

**Nolan**

le 05 Octobre 2013

Il pèse 4,004 kg et mesure 51cm.



Il fait le bonheur de son frère : Wallas.



Sincères félicitations  
et tous nos vœux de bonheur aux jeunes mariés



# AU REVOIR



**MARIANNE ROYER**, qui a décidé de voguer pour d'autres horizons.



**PAULINE MARTINI** qui a décidé de se consacrer à sa vie familiale.



**NATHAN MAILLARBAUX** qui a trouvé un poste à l'ADAPEI de Besançon en tant qu'agent d'entretien.

**ZUHRE DREVILLE**, qui a travaillé pendant trente-sept ans au sein de la maison de retraite. Elle a débuté sa carrière en 1976 en tant qu'agent de service hôtelier. Elle travaillait dans les différents secteurs. Elle effectuait des remplacements de nuit. Puis, en 2005, elle intègre le service de la lingerie. Aujourd'hui, elle décide de se retirer du monde professionnel pour se consacrer et profiter pleinement de sa vie personnelle. Nous garderons l'image d'une personne sérieuse et dévouée envers nos anciens.



# Bonne chance et bonne continuation !!

# BIENVENUE A :

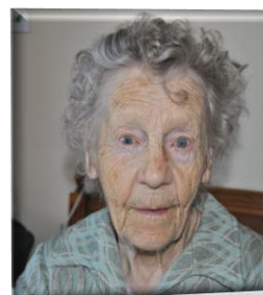
## SUR LA RÉSIDENCE DU BELVEDERE



**Laurence  
CLERGET**  
Veilleuse de nuit



**Rosalie CARRY**



**Colette DAGUET**

C  
A  
R  
N  
E  
T

C'est à PLOUGONVEN dans le FINISTERE qu'est née **Madame Rosalie CARRY** le 30 octobre 1921 dans une fratrie de 7 enfants dont elle est l'aînée. C'est avec un petit sourire plein d'humour et de charme, qu'elle nous a demandé de l'appeler Agnès, prénom qu'elle préfère. Nous avons donc avec joie accédé à sa demande. C'est à PARIS où elle est arrivée à l'âge de 23 ans qu'elle a rencontré son époux qui était cheminot. Elle-même a exercé notre belle profession dans les hôpitaux de la capitale pendant 5 ans d'abord en tant qu' Agent de Service puis en tant qu'Aide-Soignante. Ce n'est qu'à l'heure de la retraite que le couple s'est installé sur Gray. Agnès apprécie toujours autant les jeux comme le scrabble et le loto ainsi que la lecture et la télévision pour ses documentaires. Elle est parmi nous depuis le 9 juillet.

**Madame Colette DAGUET** est née le 16 octobre 1916 dans la belle cité médiévale de NOLAY située à quelques kilomètres de BEAUNE. Avant la guerre, elle travaillait chez un médecin, son mari étant maître d'hôtel dans une ambassade. Par la suite, le couple a travaillé dans l'agriculture. Maman de 3 enfants, elle apprécie le tricot, les activités créatives mais surtout la lecture des journaux. Elle a résidé notamment à ESMOULINS, PARIS, en SUISSE et à GRAY avant de rejoindre ce secteur le 16 juillet.



C'est dans la MEUSE précisément à FLABAS qu'est né **Monsieur Lucien LEFEBVRE**. Père de 2 enfants il a été chef de gare pendant 18 ans puis comptable. Il apprécie le jardinage et l'entretien des espaces verts. Lucien souhaite être associé à ces travaux dès le retour des beaux jours. En attendant le soleil, il lit beaucoup et écrit des poèmes. Musicien dans l'âme il aime particulièrement l'accordéon et apprécie les jeux de société comme le tarot et les dames. Lucien habitait GRAY avant de nous rejoindre le 15 octobre.

Le 25 juin 1924 a vu l'arrivée sur notre belle planète de **Madame Elia MOREAU** dans le village des SAUVIGNEY-LES-GRAY. Cultivatrice, Elia a su combiner sa vie professionnelle et sa vie de maman de 4 enfants. Cette grand-mère comblée par 10 petits enfants et 4 arrières petits enfants chantait lors des offices religieux. Fidèle à ses racines, Elia apprécie aller marcher dans la nature. Depuis son arrivée le 22 octobre, elle participe activement au loto et aime jouer au jeu des petits chevaux.



### SUR LA RÉSIDENCE DU PARC



**Madame Lucienne ADNOT** a vu le jour le 24 janvier de l'année 1932 dans notre belle cité Grayloise. Son mari étant ferrailleur, cette maman de 3 filles est tout naturellement devenue famille d'accueil. Lucienne a vu son cercle familial s'agrandir avec les naissances de 4 petits-enfants et de 2 arrières. Toujours active, elle apprécie les promenades et participe à certaines activités proposées par la maison de retraite. C'est avec toujours autant de bonheur qu'elle retrouve en soirée sa sœur Amélie, résidant sur le secteur du Belvédère, pour passer un bon moment en toute convivialité. Lucienne est parmi nous depuis le 13 août.

C'est à CHAMPVANS qu'est née le 05 septembre 1923 **Madame Andrée BRELET**. Très active et appréciant les sorties, elle a commencé à travailler à l'âge de 16 ans et a effectué une carrière de 42 ans dans les Télécoms. Son père était facteur et receveur des Postes. Andrée a uni sa destinée à celle de René en 1962. Après avoir résidé à MONTBELIARD et à GRAY-LA-VILLE, elle vient de rejoindre son époux, lui-même résidant sur ce secteur, le 7 novembre.



C'est le 1<sup>er</sup> août de l'année 1921 qu'est né **Monsieur Arthur JACQUOT** dans la commune de BRESILLEY vers PESMES. Professeur d'histoire et de français, il a transmis son savoir à nos chères têtes blondes en primaire et en secondaire. Son épouse était elle-même institutrice. Pendant le dernier conflit mondial, Arthur s'était réfugié dans une ferme du HAUT-DOUBS puis dans une ferme dans le JURA. Père d'une fille, il apprécie toujours autant les mathématiques et la lecture sans oublier la marche. Arthur est parmi nous depuis le 30 octobre.

### SUR LA RÉSIDENCE DE LA VERRIÈRE

**Madame Monique BAUER** a vu le jour le 18 décembre 1937 à GRAY dans une fratrie de 3 enfants. Cette maman a élevé ses 3 enfants et à eu la joie de voir sa famille s'agrandir avec les naissances de ses 5 petits-enfants. Toujours bienveillante avec les autres, Monique est dotée d'un grand sens de l'humour qui enchante tout le monde depuis son arrivée le 25 juin de cette année. Elle a notamment vécu en Alsace, en Bretagne et à TROYES. Monique apprécie les activités culinaires, de jardinage ainsi que le jeu du scrabble. Elle vient d'intégrer le secteur du belvédère depuis peu.





C'est le 24 mars 1920 qu'est née **Madame Hélène GAUTHEROT** à BEZEZNO dans un beau pays bien loin de nos frontières à savoir la POLOGNE. Ce n'est qu'à l'âge de 25 ans qu'elle quitte son pays natal. Femme au foyer, elle a élevé ses 4 enfants. Entrée dans notre institution depuis le 30 juillet, Hélène apprécie la télévision, le tricot, le jardinage et bien entendu la bonne cuisine.

**Madame Huguette CANNELLE** est née le 02 septembre 1946 à GRAY dans une fratrie de 5 enfants. A l'âge de 17 ans, Huguette est partie au CANADA et travaillait comme secrétaire au cabinet de son mari, orthodontiste. Elle a même exercé la profession de mannequin. La grande passion de sa vie : les chiens et les longues balades dans la nature. De plus, elle appréciait d'aller danser. Huguette nous a rejoint le 26 septembre.



Le petit village de VARS a accueilli depuis sa naissance le 05 juin 1930 **Madame Gilberte ENDERLIN**. Mère au foyer, elle a élevé ses 3 filles, son mari exerçant la belle profession de chauffagiste. Gilberte à vu son cercle familial s'agrandir avec l'arrivée de 6 petits-enfants et 5 arrières. Elle passait son temps libre à habiller, au crochet, des poupées mannequin dont elle décorait son intérieur. Gilberte entretenait avec soin sa maison. Très altruiste, elle demande toujours des nouvelles des autres et de ses proches. Gilberte est sur ce secteur depuis le 09 octobre.

C'est le 16 août 1931 qu'est née à CHENOVE en COTE-D'OR, dans une fratrie de 4 enfants **Madame Lucette BORNERT**. Femme très coquette et active, elle était secrétaire en gendarmerie. Très appréciée et reconnue dans son travail, elle s'occupait également des papiers et des comptes du ménage. Lucette aimait également préparer des petits plats pour régaler toute sa famille. De plus, toutes les semaines, elle allait danser. Elle a rejoint notre structure le 24 octobre dernier.



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 BELVÉDERE



C'est le 28 décembre de l'année 1927 qu'était née **Madame Madeleine RAMPANT** à VILLERS-LA-COMBE dans le DOUBS. Agricultrice, elle travaillait aux côtés de son mari sur une exploitation laitière. Mère de 6 enfants, Madeleine était toujours fière de partager avec nous les faire parts de naissance de ses arrières petits enfants. Les murs de sa chambre étaient d'ailleurs décorés des photos de famille. Entrée sur le secteur le 22 mai 2007, Madeleine a retrouvée ses vertes prairies le 26 juin dernier.

C'est à BROYE-AUBIGNEY-MONTSEUGNY qu'était née **Madame Jeanne BOUHAND** le 11 mai 1913. Cette maman de 3 enfants avait travaillé dans la culture aux côtés de son époux. Orpheline dans sa jeunesse, Jeanne avait eu la douleur de perdre son mari de façon brutale. Elle aimait les sorties, la lecture et participer aux fêtes d'anniversaires ainsi qu'au loto. Depuis son entrée dans notre institution, Jeanne avait accueilli notre mascotte Nestor qui n'hésitait jamais à venir dormir avec elle. Elle nous a quitté le 30 juin 2013.



**Monsieur René CHALLAND** avait vu le jour le 1er novembre 1926 à BUCEY-LES-GY. Militaire de carrière, il était Adjudant Chef dans l'armée de l'air. René avait eu la joie de rejoindre, dans notre structure son épouse Juliette. Bonheur de courte durée puisque notre "Juju" est décédée en février dernier. Lui qui aimait la pêche en rivière et en mer méditerranée a posé cannes à pêche et nasses le 29 septembre de cette année.



**Madame Elisabeth BONVALOT** avait vu le jour dans le petit hameau du TREMBLOIS. Agricultrice, elle était l'heureuse maman de 6 enfants. Elisabeth appréciait le contact avec les soignants. Lors de son arrivée, en 2008, Babeth n'hésitait pas à nous accompagner dans nos taches quotidiennes et participait activement au dressage des tables pour les repas ainsi qu'aux taches ménagères. Ses paupières se sont refermées sur ses beaux yeux bleus le 8 octobre de cette année.



### SUR LA RÉSIDENCE DU PARC



**Madame Madeleine GOUTRET** était née le 21 mars 1917 à MONTIGNY-SUR-VINGEANNE en COTE-D'OR. Maman de 4 enfants, sa passion pour la cuisine a orienté sa vie professionnelle. Mado avait déjà tenu le bar restaurant du Stade à ARC-LES-GRAY avant d'enchanter tous les gourmands et gourmets dans son bar "Le Gambetta" à GRAY. Madeleine a malheureusement tiré sa révérence

le 5 août dernier.

C'est à Beaujeu qu'était née **Michèle MARTIRADONNA** le 29 mars 1925. Elle était l'aînée d'une famille d'agriculteurs de trois enfants. De son enfance passée à la campagne, Michèle gardera le goût de la culture des fleurs, de la bonne cuisine et notamment celle des asperges. Michèle qui avait eu la douleur de perdre les deux hommes de sa vie avait trouvé auprès de Monsieur Roger Gilles, également résident sur le même secteur, une nouvelle et tendre complicité. Toujours coquette et souriante, elle nous a quitté le 18 octobre.





C'était le 13 avril 1921 à PARIS qu'était né **Monsieur Roger GILLES** dans une fratrie de 5 enfants dont le père était ébéniste et la mère couturière. A l'âge de 17 ans et demi, il s'engage dans la Marine Nationale. Embarqué sur un navire école, Gilles en était ressorti matelot breveté électricien. Au début de la seconde guerre, il avait rejoint la 2<sup>ème</sup> escadrille de sous-marins à ORAN. C'est sous ce doux climat qu'il

avait rencontré son épouse. En 1946, Roger avait intégré l'école de gendarmerie à CHARENTON-LE-PONT dans le VAL-DE-MARNE. Il avait fini sa carrière professionnelle comme cadre dans une usine de contreplaqué. Ce n'est qu'en 1981 que le couple était venu s'installer à VELESMES. Suite au décès de son épouse, il avait rejoint notre institution en 2011, il était devenu Président du Conseil de la Vie Sociale. Puis Gilles avait rencontré Michèle et ... une tendre relation s'était installée entre eux. Roger nous a quitté le 21 octobre.

### SUR LA RÉSIDENCE DE LA VERRIÈRE

**Madame Josette DECAILLOT** avait vu le jour à CAPPEL-LA-GRANDE dans le département du Nord. Jeune fille, elle avait travaillé comme guichetière à la Poste. Josette avait fuit sa région natale pendant la 2<sup>ème</sup> guerre mondiale. Après avoir vécu en BOURGOGNE, en DORDOGNE et dans l'AIN, elle avait posé ses valises en 1976 en s'installant à ARC-LES-GRAY. Josette qui aimait tant la musique à rejoint, le 14 juin dernier, "La Montagne" de son artiste préféré Jean FERRAT.



**Madame Anna MOINE** avait vu le jour le 21 novembre 1914 à PLUMONT dans le JURA. Fille d'une fratrie de 10 enfants, elle-même n'avait eu qu'une seule fille qui lui rendait de nombreuses visites. Toujours souriante, Anna avait rejoint notre structure le 30 septembre 2008. Appréciant le loto et les ballades dans le parc, elle qui aimait tant les fleurs nous a quitté le 14 juillet.



C'était en RUSSIE qu'était née, le 25 mai 1924, **Madame Catherine PRZERADZKI** que tout le monde appelait "Dame Catherine". Elle avait dû s'expatrier en Allemagne pour le travail obligatoire. C'est là qu'elle avait rencontré celui qui était devenu son époux. Sa fratrie comptait 6 frères et sœurs qu'elle n'avait jamais revus depuis qu'elle avait quitté son pays natal. Maman de 3 enfants, toujours souriante et coquette, « Dame Catherine » s'était installée à VESOUL après la guerre. Elle qui aimait tant les livres historiques a refermé la dernière page de sa propre histoire le 15 septembre 2013.



**Monsieur Louis RUFFINONI** avait vu le jour le 17 octobre de l'année 1928 dans notre belle cité Grayloise. Ce père de 3 enfants avait passé toute sa vie professionnelle au sein de l'entreprise FOUINETOT. Sociable, Louis appréciait le jardinage et les ballades dans la campagne. A son arrivée, en novembre 2010, il rejoignait souvent mon équipe de nuit afin de m'initier ainsi que ma collègue à la fabrication de paniers à salade. Louis nous a quitté le 27 septembre dernier.

La petite commune d'AVRIGNEY-VIREY avait accueilli un nouvel habitant le 3 février 1925 en la personne de **Monsieur Serge FASSET** dans une fratrie de 5 enfants. Très actif ce père de 2 enfants avait été le gérant d'une boutique d'alimentation mais aussi débardeur de bois et transporteur. Ce chasseur dans l'âme aimait également le jardinage et le bricolage. Mélomane averti, Serge a définitivement rangé son instrument fétiche l'accordéon le 16 septembre 2013.



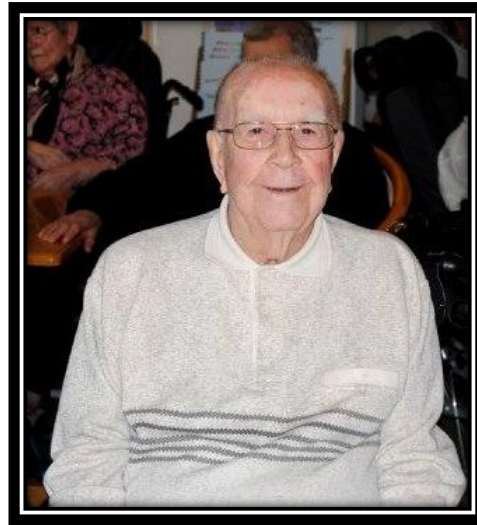
Madame Térésa VILLEMOT, originaire d'Italie, avait vu le jour le 29 décembre 1920. Elle est arrivée sur le sol français avec sa famille dès son plus jeune âge. Maman de cinq enfants, elle avait également treize petits enfants et trois arrière petits enfants. Térésa aimait particulièrement la musique et les chansons. C'est le 30 novembre qu'elle a décidé d'aller pousser la chansonnette vers d'autres cieux.

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

## Hommage spécial à M. Gilles



Jean  
MOUGENOT  
AMP



## H O M M A G E

*Mesdames et messieurs les résidents, par le biais de ce 11<sup>ème</sup> numéro de votre journal « le petit Canard de Changey », nous tenions à rendre un hommage à **Monsieur Roger GILLES**, que chacun d'entre vous a pu apprécier, non seulement en tant que résident, mais en qualité de Président du Conseil de la Vie Sociale. Ce fut un homme intègre, assumant pleinement et avec un grand cœur sa fonction en sachant être à votre écoute et prendre en considération vos demandes ou remarques.*

Roger a eu un parcours de vie très riche et il n'est pas aisé de le retracer en seulement quelques lignes. Néanmoins, il était très fier de la carrière qu'il a suivie dont il aimait nous conter quelques moments, ainsi que de sa famille.

Roger est donc né le 13 avril 1921 à Paris. Il est le troisième d'une fratrie de cinq enfants dont le père était artisan ébéniste et la mère couturière.

Après l'obtention du certificat d'études, du certificat d'études complémentaire et du brevet, il s'engage pour cinq ans dans la marine nationale, en novembre 1938. Il fait ses classes à Toulon, sur un navire école, d'où il sort matelot breveté électricien, puis il rejoint au début de la guerre la 2<sup>ème</sup> escadrille de sous-marins à Oran (Algérie). Roger est nommé quartier-maître électricien en novembre 1940.

C'est au début de l'année 1942 qu'il se fiance avec une jeune Oranaise prénommée Françoise et le 14 mars 1942 ils se marièrent. De son union avec Françoise naîtront trois filles : Marcelle en 1943, Michelle en 1946 et Jeannine en 1949.

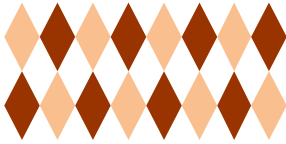
Réengagé pour un an en novembre 1943, il est démobilisé en 1945. Il se retire en métropole à Conflans Saint Honorine où il trouve un emploi comme électricien d'entretien. Bientôt, la nostalgie de la vie militaire le pousse à déposer sa candidature pour la gendarmerie où il est admis à l'école en novembre 1946. Il en sort sous officier de carrière en avril 1947. A sa demande il est affecté comme gendarme à cheval à la brigade de PICARD (Algérie). Le 1<sup>er</sup> janvier 1950, il est affecté à l'atelier principal de la gendarmerie départementale à Oran. En 1958, à sa demande il est muté dans la gendarmerie mobile à l'atelier principal. Puis, après avoir réussi brillamment son concours de comptable, il est affecté comme gendarme comptable dans la même caserne à Oran.

A la suite de l'indépendance de l'Algérie, il prend ses fonctions à la gendarmerie mobile de Hodeve (Hérault).

Il est en retraite de la gendarmerie le 1<sup>er</sup> Août 1964 et se retire en région parisienne où ses compétences et sa droiture le feront prendre successivement les fonctions de gérant de magasin puis magasinier. Il terminera sa carrière avec la fonction de cadre et c'est en avril 1981 qu'il prendra sa « véritable » retraite.

**La Direction, les résidents et l'ensemble du personnel s'associent pour présenter leurs sincères condoléances à toute sa famille.**





**Jocelyne  
LESTAGE**  
Agent de service

T  
R  
U  
C  
S  
  
E  
T  
  
A  
S  
T  
U  
C  
E  
S

## ***ASTUCES CONTRE LES PUCES DE VOS ANIMAUX DE COMPAGNIE***

Contre les puces, mettre des petits sachets remplis de fleurs séchées de camomille un peu partout dans la maison et surtout dans le panier de votre animal. La camomille repousse les parasites, pensez à changer régulièrement la camomille.



## ***ASTUCES CONTRE LES ODEURS DE TABAC (HUILES ESSENTIELLES)***

Dans un vaporisateur, mettre 250 ml d'eau puis :

- 20 gouttes d'huile essentielle de romarin
- 20 gouttes d'huile essentielle de pin
- 20 gouttes d'huile essentielle de thym

Bien agiter et vaporiser dans les pièces, mais aussi sur les tissus (rideaux, tapis etc...).



### ***RECETTE***

#### **« LAIT DE POULE POUR SE REQUINQUER »**

Battre un jaune d'œuf, avec 1 c à café de sucre en poudre et quelques gouttes de fleur d'oranger. Ajouter au lait chaud et boire par petites gorgées. Boisson riche en protéines, lipides, elle aide à surmonter les périodes de grande fatigue.

### ***UN PEU D'HUMOUR !***

Les salons de coiffure sont bien les seuls endroits où l'on casque pour se faire défriser !



**Christine  
DOS SANTOS**  
Agent de restauration

C  
U  
L  
I  
N  
A  
I  
R  
E

## NOËL EN ALSACE



La pâtisserie occupe depuis des siècles une place essentielle des festivités de Noël.

Il existe des gâteaux de toutes les tailles et de toutes les formes. Des gros gâteaux tel « le **Christolle** » sont moulés à la main et cuits couchés sur une tôle. Sa forme représente l'enfant Jésus enveloppé dans ses langes.

D'autres gâteaux dorés à l'œuf, comme le **Mannelle**, sont torsadés comme des bretzels. Porte bonheur, les gâteaux tressés en croix, en couronne ou en escargots, chassent les mauvais esprits de la maison.

D'autres gâteaux sont pressés dans des moules en bois dur sculptés dont les sujets sont des personnages de Noël.

Des moules en terre cuite vernissée servent à la cuisson de spécialités comme le **kougelhof**. Des petits gâteaux sont découpés à l'emporte pièce en fer blanc et représentent une étoile, un sapin, un croissant de lune.

Au début du XVIe siècle, dans les offrandes destinées à **Saint Nicolas**, on trouve également le **pain d'épices**. Les ingrédients de base des pâtisseries de Noël ont peu changé depuis. Œufs, farine, miel et épices. Les épices parfument et favorisent la digestion : anis, cannelle, fenouil, clous de girofle, macis, cardamome, badiane. Les incontournables sucre et beurre, n'apparaissent que plus tard au XIXe siècle.

## NOËL ANGLAIS



La fête de Noël ne serait pas complète sans **un pudding**. Riche et bourratif, épais et lourd, aux saveurs douceâtres, le pudding est un dessert qui tient bien au corps lors des grands froids de l'hiver. Traditionnellement il était préparé 5 dimanches avant Noël. Le pudding doit vieillir et se bonifier. Le soir de Noël il est arrosé de punch puis flambé.



**Christine  
DAGDOUG**  
Aide Soignante

Q  
U  
O  
I  
  
D  
E  
  
N  
E  
U  
F  
  
?

## **TERRAIN DE PETANQUE**

Un terrain de pétanque vient tout juste de voir le jour au sein de notre établissement.



Une nouvelle aire de loisirs et de détente qui fera, sans nul doute, beaucoup d'adeptes parmi nos résidents et qui plaira tout autant aux spectateurs ravis d'être témoins des chamailleries des joueurs.

Enfin un petit air de Canebière et même si la saison ne s'y prête pas vraiment, avec un peu de rêve et d'imagination, le soleil et les cigales pourraient bien être au rendez-vous !!

## **NOUVEAU SERVICE DE RESTAURATION**

Suite à la demande de bon nombre de nos résidents, un plat unique est servi à chaque repas, et ce, depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2013.



Cette nouvelle formule, élaborée après moult concertations de part et d'autre, permet d'en améliorer la qualité et la variété, de limiter considérablement le gaspillage et d'éviter les tensions générées au cours des repas avec l'ancienne formule.

Merci de votre compréhension à tous !



## **LE PÔLE D'ACTIVITE ET DE SOINS ADAPTÉS (PASA)**



Avec pour objectif de toujours mieux soulager et d'apporter un certain réconfort à quelques uns de nos résidents atteints de pathologies type Alzheimer ou apparentées, un pôle d'activité et de soins adaptés (PASA) prend ses marques depuis début octobre.

Environ 15 résidents sont concernés par ce projet et sont pris en charge par deux Assistantes en Soins Gériatriques, j'ai nommé Isabelle PINTO et Sylvie BOCQUENET qui interviennent par le biais de différents ateliers, à savoir la lecture, le chant, les activités mémoire ou d'autres concernant les actes de la vie quotidienne tels que le pliage du linge, la couture, le tricot, l'épluchage de légumes, le jardinage ou d'autres encore comme l'écriture ou la cuisine et ce, tout au long de la journée de 10h à 17h. Toutes ces activités qui vont contribuer à restaurer ou préserver l'image et l'autonomie de ces personnes âgées en grande souffrance.

Ce projet qui n'en est encore qu'à ses premiers balbutiements nécessitera de gros travaux de restructuration des espaces et seront échelonnés sur une période de 12 à 18 mois.

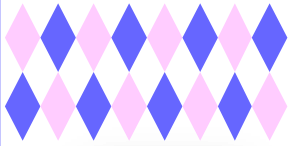
Une initiative à saluer et à encourager !

## **REORGANISATION DES SECTEURS ET MOUVEMENTS DU PERSONNEL**



La création de l'unité PASA que je viens d'évoquer ne pouvait être envisagée sans réorganisation des secteurs et quelques mouvements de personnel. C'est ainsi que :

- Marie-Claire GOITTET, aide soignante est mutée sur la Verrière pour remplacer Sylvie BOCQUENET.
- Sophie NASRI, aide-soignante, remplace Marie-Claire sur le secteur du Belvédère.
- Marine MICHEL, aide soignante, remplace Laetitia FROTEY actuellement en congés parental.
- Christine MAGEL, remplace Isabelle Pinto sur la Verrière
- Elise MAUCLAIR, aide-soignante, remplace Marianne Royer au Parc
- Isabelle COGNEY qui est en mi-temps thérapeutique, assure l'entretien des chambres.
- Lucienne WURGES employée à mi-temps assure deux demi-journées en lingerie et le reste à l'entretien des locaux



Marie-Christine  
BOUTHÉON  
AMP

L  
E  
S  
  
T  
R  
A  
D  
I  
T  
I  
O  
N  
S  
  
D  
E  
  
N  
O  
Ë  
L

## LES TRADITIONS DE NOËL DANS LE MONDE

Outre le Père-Noël, la messe de minuit et le sapin, chaque pays possède des traditions spécifiques pour fêter la naissance du petit Jésus. Tour d'horizon de quelques pays où Noël est une fête familiale incontournable.



### LES TRADITIONS DE NOËL AU ROYAUME-UNI

Chez nos voisins d'outre-manche, c'est Father Christmas qui apporte les cadeaux et les dépose dans les chaussettes que les enfants ont accrochés à la cheminée.

Chaque famille décore également un sapin. Cette tradition a été importée d'Allemagne par le prince Albert, mari de la Reine Victoria, en 1840.

Comme en France, les familles se réunissent autour d'un copieux repas dont le plat principal est une dinde rôtie. Mais c'est surtout le PLUM PUDDING qui est caractéristique du repas de Noël. Ce gâteau se prépare des semaines à l'avance car, d'après les Anglais, il se bonifie avec le temps... Le PLUM PUDDING est une recette extrêmement compliquée qui se compose de nombreux ingrédients aussi variés que des zestes d'orange, des raisins de Corinthe, des cerises confites, de la graisse de rognon de bœuf haché, de la soupe de brandy... Chaque convive reçoit une part afin d'avoir la chance de découvrir un des 6 objets qui ont été cachés dans le gâteau : 2 bagues qui apportent l'amour, la pièce de six pences, symbole de prospérité, le bouton de culotte pour le vieux garçon, le dé pour la vieille fille, et le petit cochon qui détermine celui qui est le plus gourmand.

## LES TRADITIONS DE NOËL EN ALLEMAGNE



En Allemagne, les traditions de Noël commencent le premier dimanche de décembre avec l'allumage de la première bougie de la couronne de l'Avent. Chaque dimanche, les enfants en allument une supplémentaire jusqu'au 25 décembre. Ils ouvrent aussi chaque jour une fenêtre de leur calendrier de l'Avent. Pendant le dernier mois de l'année, les familles confectionnent également des PETITS SABLES en forme d'animaux ou d'étoiles afin de les manger le jour de la naissance du Christ. Le 25 décembre, les familles allemandes partagent une oie grillée accompagnée de chou rouge et de pommes. Noël est avant tout une fête familiale car c'est le 6 décembre, jour de la Saint-Nicolas, que les enfants reçoivent leurs cadeaux. Mais ceux qui n'ont pas été sages peuvent aussi recevoir la visite du Père Fouettard, moine bourru vêtu de noir qui porte un bâton pour donner des corrections...

## LES TRADITIONS DE NOËL EN ITALIE



Selon les régions, les traditions diffèrent et les enfants ne sont pas forcément gâtés par la même personne ni à la même date. Dans le nord, c'est le Père Noël "Babbo Natale" ou le Petit Jésus "Gesù Bambino" qui distribue les cadeaux le jour de Noël. Ailleurs, c'est Sainte Lucie "Santa Lucia" le 13 décembre ou encore la sorcière Befana le 6 janvier. Comme en Provence, chaque famille possède une crèche qu'elle prépare 9 jours avant la naissance du petit Jésus. Du côté de la table, le Panettone et le Pandoro sont les gâteaux phares de la fête.

## LES TRADITIONS DE NOËL AUX PAYS-BAS



Les hollandais célèbrent Noël le 5 décembre et non pas le 25. Le Père Noël local s'appelle *Sint Klaas* (Saint Nicolas), il dépose des petits cadeaux et des oranges dans les souliers des enfants avec l'aide de *Zwarte Piet* (qui se traduirait "Pete noir") qui est tout noir de suie à force

de descendre dans les cheminées (une autre version veut que *Zwarte Piet* soit maure, ce qui expliquerait la couleur de sa peau, et qu'il ait accompagné Saint Nicolas depuis l'Espagne).

Les hollandais profitent également de cette occasion pour se retrouver en famille et écrire des poèmes sur chaque membre de la famille. C'est une célébration très familiale où les enfants sont rois. Et il n'est pas rare de voir *Sint Klaas* et *Zwarte Piet* au détour d'une rue, distribuer des petits biscuits appelés *Peppernoten* aux enfants.



**Delphine  
NARDELLA**  
Animatrice  
Coordinatrice

**T  
E  
M  
P  
S  
  
F  
O  
R  
T  
S**

## **SORTIES ESTIVALES**

Durant la période estivale, les résidents ont bénéficié de différentes sorties proposées par le service animation. Nous avons pu bénéficier du véhicule de l'EHPAD de Champlitte équipé pour l'accès handicapé. Nous les remercions ainsi que l'ensemble des bénévoles présents pour ces sorties.

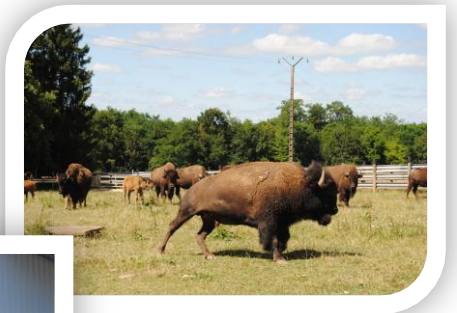
### **RETOUR EN IMAGES !!!!!**



**Abbaye d'Acey**



**Pénichette « Le Ronfleur »**



**Bisons  
à Dampierre**





**Chevaux de trait**



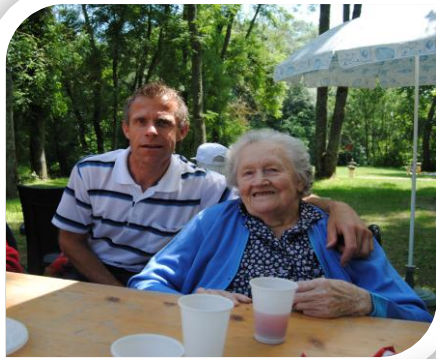
**« Chez Berthe » à Seveux**



**Goûter chez Véronique, Aide Soignante**



**Glaces à Beaujeu**



**Pique à l'Île Sauvageonne à Pesmes**



**Pique nique à Rigny**



**Pique nique à Autet**



**Château de Champlitte**



## **100 ANS MADAME GABRIELLE MARCHAND**

Nous avons fêté les 100 ans de Madame Gabrielle MARCHAND, lors des anniversaires du mois d'octobre célébrés le Mercredi 06 Novembre.

Dimanche 28 octobre toute la famille s'est réunie au sein de la maison de retraite pour fêter dignement son centenaire.

Gabrielle est très fière de toute cette grande famille qui l'entoure et dit avec joie et beaucoup d'émotion : « vous vous rendez compte, j'ai 100 ans et la petite dernière a 18 mois ».

## **APPEL A BÉNÉVOLES**

L'équipe de bénévoles est composée de familles de résidents présents ou décédés. Ils interviennent au sein du service animation dans le cadre de sorties, d'activités manuelles ou encore de jeux de société, préparations diverses... La signature d'une charte/ convention permet aux bénévoles de participer aux animations mises en place dans la structure.

Si vous aussi vous souhaitez donner un peu de votre temps, merci de contacter Delphine NARDELLA – animatrice/coordinatrice !!!

## MARCHÉ DE NOËL

**Samedi 30 Novembre**, se déroulait le premier marché de Noël de la maison de retraite. Familles, résidents, personnel... ont répondu présent à cette grande première. Petits et grands ont su apprécier les différents objets ou encore gourmandises qui leur étaient proposés. Le vin chaud a connu un franc succès !!! Sans oublier le caramel au beurre salé, le pain d'épice, les gaufres.....



Je tiens à remercier les résidents, les bénévoles, le personnel, les familles de résidents et Marie-José coiffeuse pour leur investissement tout au long de l'année afin que cette manifestation puisse avoir lieu !!!!!

## QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION

Je tiens à remercier les résidents et familles qui ont pris le temps de répondre au questionnaire animation – vie sociale. Vous pouvez prendre connaissance du compte rendu sur le tableau d'affichage vers l'accueil.







**Julie HULIN**  
AMP

J  
E  
U  
X

## LE QUIZZ DES MOTS :

### Une gâtine c'est :

- A = une tourte au chocolat et au nougat
- B = une colle utilisée chaude pour poser des fenêtres
- C = une sorte d'amande presque transparente
- D = une terre marécageuse et stérile

### Une baliste est :

- A = une petite balle de cuir
- B = une machine de guerre
- C = un poisson aux dents redoutables
- D = une meneuse de revue

### Une bigarade est :

- A = une peinture de toutes les couleurs
- B = une orange amère
- C = une recette de fruits de mer
- D = une fille avec deux mères

### Une cornouille c'est :

- A = une grenouille à cornes
- B = une bobine de fil très grossier
- C = le fruit du cornouiller
- D = une sorte de grenouille qui vit loin de l'eau

## LE MOT LE PLUS LONG :

AADELNOSU =

ACDEEEHNR =

AEEINNPST =

## ANNAGRAMMES :

Imaginer =

Chicane=

Parisien =

Ironique=



**Patricia HOCHET**

Technicien  
Administratif

A  
R  
E  
T  
E  
N  
I  
R

## LE CONSEIL DE LA VIE SOCIALE « CVS »

### Le CVS est composé d'au moins :

- + deux représentants des personnes accueillies,
- + d'un représentant des familles

*(le mandat des membres élus ou désignés a une durée de 3 ans)*

- + d'un représentant du personnel
- + d'un représentant de l'organisme gestionnaire.

### Nombre de réunions par an : 3, soit :

- + février
- + juin
- + octobre

## **CONSEIL DE LA VIE SOCIALE « CVS »**

### **Son Rôle**

Le CVS a un rôle consultatif et a pour but d'associer les personnes accueillies (résidents) au fonctionnement de l'établissement.

Le Conseil de la Vie Sociale a pour mission de donner son avis et peut faire des propositions sur toute question intéressant le fonctionnement de l'établissement, et notamment, sur :

1. Le règlement intérieur relatif au fonctionnement de l'établissement ;
2. L'organisation intérieure de la vie quotidienne de l'établissement ;
3. Les activités de l'établissement, l'animation socioculturelle et les services thérapeutiques ;
4. Les mesures tendant à associer au fonctionnement de l'établissement les usagers, les familles et le personnel ;
5. L'ensemble des projets de travaux et d'équipement ;
6. La nature et le prix de services rendus par l'établissement ;
7. L'affectation des locaux collectifs ;
8. L'entretien des locaux ;
9. La fermeture totale ou partielle de l'établissement ;
10. Les relogements prévus en cas de travaux ou de fermeture.

Les avis et propositions du CVS sont transmis, après adoption par ses membres, à la Direction de l'établissement.

Le Conseil de la Vie Sociale doit être informé de la suite à donner aux avis et aux propositions qu'il a pu émettre.

Le Conseil de la Vie Sociale pourra consulter, en tant que de besoin, toute personne qualifiée. Les fonctions assurées au sein du Conseil de la Vie Sociale sont bénévoles et n'entraînent aucun remboursement de frais.

## Composition du CVS au 23 Octobre 2013

*Malheureusement notre Président du CVS, M Roger GILLES  
nous a quittés le 21 octobre 2013*

### 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

### Les représentants des familles de l'établissement

- ✓ Madame CHAMPY Michelle
- ✓ Madame QUENOT Martine
- ✓ 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.



## PROJET DE VIE INDIVIDUALISÉ « PVI »

Une fois par semaine a lieu une réunion pour réaliser deux « Projets de Vie Individualisés » de résidents du même secteur.

Le « PVI » de chaque résident est élaboré et/ou réévalué une fois par an avec les différents professionnels intervenants sur le secteur de la personne concernée.

Sont présents :

- + un aide-soignant ou un agent de service,
- + une personne de l'équipe d'animation,
- + la psychologue,
- + et selon ses disponibilités un infirmier est également présent.

La rédaction du « PVI » du résident est réalisée par la psychologue sur les deux supports :

- + la fiche « projet de vie personnalisé & plan personnalisé d'animation », reprend des éléments marquants de l'histoire de vie du résident, ainsi que les éléments concernant sa situation au sein de l'institution.
- + la fiche « action personnalisée », identifie les besoins spécifiques exprimés sous formes d'objectifs ainsi que des actions indicatives répondant à ses objectifs.

Ensuite, la psychologue se rend auprès du résident concerné avec présentation de la fiche « action personnalisée », et après avoir obtenu son approbation concernant les éléments inscrits, elle peut afficher celle-ci dans la salle de bain du résident.

A l'issue de cet affichage, une synthèse est inscrite sur l'outil de transmission informatisé « PSI » afin d'informer le personnel concerné.



## SÉCURITÉ DANS LES CHAMBRES DES RÉSIDENTS

1. L'alimentation de vos appareils électriques doit se faire avec un câble isolant : les deux fils dans un même conduit contrairement aux anciens appareils qui étaient alimentés avec deux câbles séparés.



**INTERDIT**



**AUX NORMES**

2. Les triplettes sont interdites au sein de la maison de retraite, elles doivent être remplacées par des réglettes (plusieurs prises au bout d'un câble).



**INTERDIT**



**AUX NORMES**

3. Les deux luminaires des chambres sont des halogènes de 200 watts. Ils dégagent une température d'environ **100 degrés**. Il est donc interdit de déposer mouchoirs, papiers et autres substances inflammables sur ces appliques au risque de déclencher un incendie. Si vous êtes gêné par la luminosité, merci de vous adresser auprès des agents de service qui nous transmettrons l'information. Nous étudierons la possibilité de peindre le verre situé dans cette applique ou mettre une ampoule moins forte.



## LES TALENTS DES RÉSIDENTS



**Aude BARBIÈRE**  
Psychologue

P  
A  
R  
O  
L  
E  
  
D  
E  
S  
  
R  
É  
S  
I  
D  
E  
N  
T  
S

Dans la rubrique « la parole des résidents » nous souhaitons pour ce numéro mettre en lumière les talents des résidents.

Vous allez pouvoir découvrir les vers de Lucien au travers d'un des nombreux poèmes de sa composition. D'un goût de jeunesse pour la récitation et l'écriture, Lucien eu tout le loisir d'exercer la part littéraire de sa personnalité au gré de l'écriture de nombreuses odes, chansons et poèmes.

« Une rencontre fortuite » est née à l'occasion d'un repas des membres du club du 3<sup>ème</sup> âge. Lucien voulant faire un clin d'œil à un couple qui fêtait l'anniversaire de leur rencontre, composa ce poème dont il fit profiter les participants de la fête après en avoir demandé l'accord aux intéressés. Laissez-vous émouvoir ...

Vous pourrez encore vous faire surprendre par un extrait de l'ouvrage de Denise Guenard « Le récit de l'âne ».

« Jusqu' à l'âge de 8 ans, je mettais ma chaussure dans la cheminée. Cette année là, en rentrant de la messe de minuit mon sabot était vide ; m'a mère me dit : à ton âge, tu n'y croyais plus ? En tout état de fait, j'ai toujours eu un attrait pour le merveilleux. Pour moi les contes nous sortent d'un certain marasme, voilà pourquoi j'ai écrit ce livre avec l'âne pour narrateur qui raconte les contes et légendes de la Franche-Comté.

A la veille de Noël, l'âne transmet aux âmes poètes, ici une jeune fille candide, milles et une histoire comtoise. Laissez-vous emportez ...

Souhaitant que ses lectures vous donnent envie de partager vous aussi vos talents, n'hésitez pas à venir me rencontrer pour nos prochains numéros.

## Une rencontre fortuite.



Le hasard, dit-on, fait bien des choses  
Je vais vous raconter comment  
On peut parfois au milieu des roses  
Cueillir le bonheur bizarrement.

Par un beau dimanche de printemps  
Se promenait dans une roseraie  
Une demoiselle de dix-huit ans  
Répondant au prénom de Renée.

Comme elle marchait nonchalamment  
Au milieu de la grande allée,  
Elle aperçut assis sur un banc  
Un garçon d'une vingtaine d'années.

Ce devait être un prince charmant  
Les yeux ne pouvaient s'en détacher.  
Quand elle vint à passer devant,  
Son pied glissa sur le sable doré.

Le jeune homme se leva précipitamment  
Pour l'aider à se redresser.  
Dans ses bras il la prit délicatement:  
"Mademoiselle, seriez-vous blessée?"

Oh non! répondit-elle en rougissant  
Sentant son petit cœur chauffer.  
Je vais m'asseoir quelques instants  
Et à nouveau je pourrai marcher.

Ils firent connaissance plus amplement  
Et au milieu de son désarroi,  
La petite apprit en devisant  
Que ce garçon s'appelait François.

l'histoire ne nous dit pas comment  
se termina cette belle journée.  
Ils dirent échanger des serments  
Puis qu'ils se sont retrouvés.

La suite: François devint son amant  
Et Renée sa poupée adorée.  
Il ne pouvait en être autrement  
Pour la vie ils se sont épousés.

Ainsi Renée et François démontrèrent  
On peut parfois au beau milieu des roses  
Cueillir le bonheur accidentellement,  
Le hasard ayant bien fait les choses.



« Il serait bon de prendre un bol d'air frais. Je vais te conter l'histoire d'un petit ruisseau au bord duquel j'aimais bien paraître... il s'appelle presque comme toi, c'est la Tenise !

Un petit ruisseau aux eaux limpides, que rien ne disposait à la notoriété, telle est la Tenise, petit affluent sur la rive gauche de la Saône : on ne la remarque pas sur les cartes, elle a même disparu du calendrier des Postes, et pourtant, n'est-ce pas celle que les Franc-Comtois du Val de Saône évoquaient lors des veillées, dans les lointains bivouacs, où ils ne disaient pas sans fierté : « La Tenise... Elle porte bateaux à cinq lieues de sa source ! »

Quel pouvait bien être ce cours d'eau, dont le débit permettait une telle performance ? Il naît tout simplement tout près d'un village : Cugney, et déjà, un historien local, Paget, proclame que lors de ses campagnes, César faisait boire ses chevaux à sa source. Même en scrutant attentivement les fameux « Commentaires », le célèbre Empereur romain y donne peu, ou pas de noms de lieux ; il mentionne çà et là la Source, le Ruisseau, la Rivière, la Colline, rien n'est plus anonyme que tous ces mots-là ! Quoi qu'il en soit, de moins augustes montures s'y sont abreuvées au cours des siècles ; et voilà notre Tenise partie pour un périple qu'elle souhaite bien long.

A Cugney, à peine née, elle fait tourner un moulin, Gommeray, et déjà retentit sur ses berges l'écho de la première histoire : au siècle dernier, le curé de Cugney, l'abbé Martin, défraie la chronique par ses démêlés avec le châtelain de Tromarey, anticlérical notoire ; ce dernier a pour invité un écrivain méridional qui passera à la postérité sous le nom d'Alphonse Daudet qui s'inspirera plus tard de ses souvenirs de vacances, en écrivant une nouvelle pétillante de malice « Le Curé de Cucugnan », dans ses célèbres « Lettres de Mon Moulin », il ne fera aucun effort pour transformer ses personnages, il ne changera même pas le nom du Curé. Les gens de Cugney d'alors se reconnaîtront au cours du récit. Loin d'en être choqués, ils revendiqueront fièrement les faits pour eux, ainsi, il y a quelques années est né le jumelage : Cugney-Cucugnan, et si les Cucugnais n'ont pas une aussi jolie rivière, ils viennent rêver parfois au bord de la Tenise qui, elle, poursuit à travers bois sa course, alimente un autre moulin moins célèbre que Gommeray, et gagne tout doucement Champtonnay.

Là, elle flâne, et se souvient qu'au Moyen Age, la célèbre forteresse de ce nom se mirait dans ses eaux, arrêtait les envahisseurs de tous genres, avec sa jumelle de Frasn-le-Château, propriétés de la célèbre famille de Granvelle et ses riches alliances, abritant le dépit de Caroline d'Autriche édifiant de sourdes intrigues contre la belle Béatrix de Cusance, épouse de son fils, le Prince de Cantecroix. Incendiée par les Suédois, rasée sur l'ordre de Louis XIV, il n'en reste plus que quelques pans de murs, et la Tenise voit venir le jour où elle seule gardera le souvenir de cette grandeur disparue. ....LA SUITE AU PROCHAIN NUMERO »

Denise GUENARD





**Sylvie BERGERET**  
**Véronique BEUCHET**  
Service Lingerie

A  
S  
T  
U  
C  
E  
S

## TERRASSEZ LES TÂCHES



Anti-tâches (la glycérine appelé glycérol)

Plus besoin d'acheter de super détachants qui feront disparaître vos super tâches.

Fiez vous à nos aïeules !

Si vous avez tendance à être maladroit en mangeant, prenez de la glycérine additionnée d'un peu d'eau. Frotter la tâche avec et passer le vêtement en machine. Convient pour les tâches de : thé, café, chocolat, curry...

**Eliminer une tâche de vin sur un tissu :** Soudouler de sel fin pour absorber le maximum de liquide. S'il s'agit de vin rouge, mouillé abondamment avec du vin blanc (astuce de nos grands-mères).

**Garder un peu de vin blanc pour vous désaltérer !!!!!**

**Si vous renversez des spaghettis sur votre chemisier ou chemise, n'en faites pas un drame.** Otez le vêtement, retirez le maximum de spaghettis et de sauce, arrosez la tâche avec de l'eau gazeuse. Puis frotter avec des lingettes pour bébé que vous devriez toujours avoir dans votre sac pour les accidents, du savon liquide ou du shampoing.

**Boue :** Utiliser du détergent en poudre pour lave-vaisselle ou mettez les vêtements à tremper dans l'eau de cuisson des pommes de terre.

**Acide :** Pour neutraliser l'acide de l'urine, des vomissures humaines ou animales sur les vêtements, enlevez le plus gros, lavez avec l'eau gazeuse et soudoulez avec du bicarbonate avant de les mettre dans le lave-linge.



Jean-François  
ALTENHOVEN

C  
I  
T  
A  
T  
I  
O  
N  
S

« La télévision apporte la culture à ceux qui ne l'ont pas et l'enlève à ce qui en ont déjà »

*Umberto Eco*



« Le caramel est un invité du palais qui menace la couronne »

*Tristan Bernard*

« Je suis parti à Lourdes avec ma femme. Il n'y a pas eu de miracles, je suis revenu avec. »

*Seymour Brussel*

« Ce n'est pas parce que l'homme a soif d'amour, qu'il doit se jeter sur la première gourde. »

*Pierre Desproges*

« Parler pour ne rien dire et ne rien dire pour parler sont deux principes majeurs et rigoureux de tous ceux qui feraient mieux de la fermer avant de l'ouvrir »

*Pierre Dac*



« Je trouve que la télévision à la maison est très favorable à la culture. Chaque fois que quelqu'un l'allume chez moi, je vais dans la pièce d'à côté et je lis »

*Groucho Marx*

A bientôt



TOUTE L'ÉQUIPE VOUS DONNE  
RENDEZ-VOUS AU PRINTEMPS !!!

