

# Le petit Canard de Changey



Année 2011 – Juin – Edition N°6





**Dans ce  
numéro :**

**Editorial..... 1.2**

**Histoire et  
Gastronomie 3.4.5**

**Aux dernières  
nouvelles.....6.7.8.9**

**Carnet.  
10.11.12.13.14.15.16.17.  
18**

**Trucs et astuces.19**

**Culinaire.....20**

**Quoi de neuf dans  
nos locaux.....21**

**Les fêtes  
traditionnelles...22  
.23.24**

**Sorties/temps  
forts.....25.26.27**

**Jeux.....28**

**Paroles de  
résidents.....29**

**Photos insolites..30**

**Avec la  
participation.....31**

## **Les nouveaux défis associatifs à relever**

Tel pourrait être le titre de cet édito consacré à la nouvelle gouvernance qui s'impose aux associations dont nous sommes et qui relèvent du secteur médico-social.

Au cours de ces dernières années, la réforme des politiques publiques de santé induit la territorialisation au niveau départemental et surtout régional de l'action publique de l'Etat en matière de santé et de cohésion sociale.

Ces changements interrogent sur le fondement associatif à savoir, ses capacités d'initiative à entreprendre et à être force de propositions pour répondre aux besoins des populations de proximité et non pas devenir de simples prestataires de service des pouvoirs publics qui nous imposent par voie d'injonction des mesures de gestion.

Mesures de plus en plus contraignantes et incitatives à des choix cruciaux d'arbitrage interne entre développement de la qualité des prestations efficaces et réponse à des besoins en constante évolution quantitative et qualitative dûs à l'aggravation de l'état de dépendance des personnes accueillies.

Cela suppose des facteurs d'adaptation réactifs, notamment à travers les voies de la coopération et de la mutualisation associative choisies, développant aussi une intelligence collective nouvelle nécessaire à promouvoir et accompagner les transformations du travail social.

Les associations seront donc amenées à rechercher de nouveaux types de ressources sans que cela se fasse au détriment de leurs actions actuelles en direction de leurs usagers.

## Editorial (suite)

Il est d'autant plus urgent à le faire qu'elles auront aussi à faire face à une concurrence d'acteurs privés intégrés à une économie marchande, celle des maisons de retraite par exemple.

Les associations du secteur médico-social à but non lucratif ne devraient pas pour autant se résoudre à concevoir et organiser leurs services selon les seules critères de performance économique.

En effet, cela serait contraire à l'éthique qui est leur de contribuer à promouvoir une société plus juste et plus équitable en accueillant notamment des personnes dites précarisées.

Il appartient aux usagers acteurs des politiques publiques de venir au droit des associations, peser sur les orientations stratégiques à donner pour Co-construire avec les instances tutélaires le devenir de nos structures d'accueil qui leur sont avant tout destinées.

Restant à votre écoute et mobilisé, soyez assurés de mes sentiments dévoués.



Par Jean MOUGENOT  
AMP

**Mesdames et messieurs les résidents**, chaque mois, l'équipe d'animation, en collaboration avec le chef cuisinier, vous propose par le biais de repas à thème, de découvrir d'autres saveurs de différents pays. Cette démarche nous permet de vous offrir un peu de dépaysement et une petite note d'exotisme qui, nous l'espérons, aiguise autant votre curiosité que vos papilles. Pour cette sixième édition du Petit Canard de Changey, je vous propose donc de revisiter quelques pays que nous vous avons déjà fait découvrir à travers leurs spécialités culinaires. N'est-il pas intéressant, outre la découverte d'un pays, de connaître sa spécialité culinaire ?

### LA BRETAGNE :

La Bretagne est bordée à l'ouest et au sud, par l'Océan Atlantique et au nord par la Manche. Il y a 2.800 km de côtes très découpées. La région Bretagne s'étend sur un massif ancien appelé Massif Armoricain.

Elle est composée de quatre départements : le Morbihan, l'Île et Vilaine, les Côtes d'Armor et le Finistère.

La pêche a toujours une place importante pour les bretons. On trouve des ports surtout en Bretagne sud : Douarnenez, Concarneau. Leur spécialité est la pêche côtière (sardines, maquereaux, lotte, crustacés).

En Bretagne, autrefois, les toitures des maisons étaient en chaume (bottes de paille ou de roseaux). Dans les campagnes, les maisons étaient construites avec des matériaux trouvés sur place : du pisé (terre et paille comprimées) ou des pierres. Aujourd'hui, les toits des maisons sont en ardoise et les murs sont en granit.

Les femmes portent des coiffes de dentelles (différentes selon les régions de la Bretagne), elles portent aussi des collerettes et des châles.



### SPÉCIALITÉS CULINAIRES :

***La galette et la crêpe***, en Bretagne font partie des incontournables spécialités culinaires de cette région.

A base de farine de froment, elle se mange en dessert, sucrée.

A base de blé noir ou sarrasin, la crêpe se mange alors salée.

**Le Kouign Amann** est une des nombreuses spécialités pâtisseries Bretonne. L'histoire de ce succulent gâteau est à rechercher du côté de Douarnenez dans les années 1860. Sa traduction en Français est gâteau au beurre. Et pour ce qui est du beurre, il est salé et de baratte. Ce délicieux gâteau est à déguster après l'avoir passé quelques minutes au four.



*Le Kouign Amann sortant du four*



*Le gâteau Breton*

**La gâteau Breton** se présente sous la forme d'un biscuit épais et rond. Sa croûte dorée est striée par des croisillons, son goût si particulier lui vient du beurre de baratte demi-sel mélangé au sucre, à la farine et au seul jaune d'œuf. On continue à le servir à l'occasion de fêtes familiales, mariages, baptêmes ou lors de Pardons Religieux.

**Le far breton** est cité dans les écrits au XVIII<sup>e</sup> siècle. On distingue alors le far salé, fabriqué avec du blé noir et consommé en accompagnement des viandes, et le far sucré qui est un dessert. La consommation du far salé restera limitée à la Bretagne. Les fars Bretons étaient à l'origine confectionnés pour les fêtes religieuses et les fêtes familiales.

**La cuisine bretonne** est une cuisine variée, riche en produits de la mer et en bon beurre, salé au sel de Guérande de préférence.

**Les plats typiquement Bretons** sont la mouclade, à base de moules, la potée bretonne (kig ha farz) préparée avec du porc, des saucisses, du chou, des carottes, des poireaux et des navets.

Sa signification en Breton vient de kig = viande, ha = et, farz = far (à base de farine de blé noire). C'est une sorte de « pot au feu Breton ».

Et pour terminer, le chouchen est la boisson emblématique de la Bretagne. Alcoolisé à 14°, il est obtenu à partir de la fermentation de miel dans de l'eau ou dans du vin. Il se déguste frais, à l'apéritif.



## L'ALSACE :

Région frontalière s'il en est, l'Alsace est marquée dans son histoire et dans sa culture par sa situation géographique. Fief du royaume de Germanie dès le IX<sup>ème</sup> siècle, elle n'est devenue pleinement française qu'au siècle de Louis XIV. Elle repassera d'ailleurs sous domination allemande plusieurs fois jusque lors de la Seconde Guerre Mondiale.



Aujourd'hui, cette magnifique région est devenue un des symboles forts de l'Europe puisqu'on y a installé le parlement. Son histoire, ses paysages, sa culture et ses traditions rendent cette région des plus attractives et de nombreux touristes s'y rendent chaque année. En vous promenant dans les rues de la petite France, quartier historique de Strasbourg, Capitale Régionale, vous vous émerveillerez de la splendeur de ces superbes maisons à pans de bois amoureusement entretenus par leurs propriétaires. Vous ne manquerez, à cette occasion, d'aller déguster, dans une Winstub traditionnelle, l'emblème de cette région, la Choucroute .Garnie, Royale ou de la mer.



L'Alsace est entre autre célèbre pour sa charcuterie : Gendarmes, Knacks, Palette, Jambon et autres saucissons font le régal des amateurs.

Région viticole, l'Alsace produit principalement des vins blancs, grâce aux vignes du piémont vosgien.

### « La Sürkrüt »

Le vignoble d'Alsace, qui a ses grands crus, est planté de divers cépages : Riesling, Gewurztraminer, Pinot gris (autrefois dénommé tokay), Pinot blanc, Sylvaner, Muscat d'Alsace, klevener, Pinot noir. Les vins sont, pour l'essentiel, mono cépage.

Avec un Gewurztraminer, vous découvrirez les saveurs franches d'un délicieux fromage, le Munster, AOC depuis 1969, les Alsaciens le dégustent nature, sans pain, avec des pommes de terre en robe des champs. La gastronomie Alsacienne, c'est aussi d'excellents gâteaux comme le Kouglof, les bretzels, le strudel ou encore de délicieuses tartes aux mirabelles dont on fait également une eau de vie délicieuse. Enfin, l'Alsace c'est aussi la région du foie gras d'oie à la finesse et à la saveur unanimement et mondialement célébrées.



*Kouglof Alsacien*



Par Sylvie BOCQUENET  
Aide soignante

# BIENVENUE A

**AURÉLIE ACKER**, agent de service hospitalier,

qui connaît notre établissement depuis 2006 puisqu'elle a effectué un stage administratif afin de valider son bac professionnel service en milieu rural.

Elle revient en 2008 pour deux mois en tant qu'agent canicule et intègre les services pour assurer des remplacements.

Puis, elle décide de mettre sa carrière professionnelle de côté pour un certain temps afin de s'occuper de l'arrivée de son petit bout de chou qui est né le 29 Juillet 2010 et qui se prénomme Wallace.

Discrète et volontaire, Aurélie réintègre ses fonctions depuis le 22 Décembre 2010 afin de renforcer l'équipe.



**JULIE LEVITTE**, agent de service hospitalier, travaille dans les services depuis le 18 Avril 2011.

Cette jeune Grayloise de dix-neuf ans se dirige tout d'abord vers l'hôtellerie où elle démarre sa carrière professionnelle comme serveuse. Puis, elle se réoriente et envisage de devenir aide-soignante

prochainement.

Sportive, elle pratique le hand ball au sein du club féminin Graylois.

Musicienne à ces heures perdues, elle joue de la guitare.

**KAREN CRAMPONNE**, agent de service hospitalier qui a intégré l'équipe depuis le 18 Avril 2011.

Après avoir suivi sa scolarisation au lycée Sainte-Marie de Gray, elle obtient un BEP Service à la personne. Elle envisage de devenir aide-soignante c'est pourquoi elle a choisi notre établissement pour se former et acquérir une première expérience.

Pendant son temps libre, elle aime parcourir la campagne à vélo.



# BIENVENUE A



**CHRISTELLE JEUNOT**, agent de service hospitalier.

Cette jeune femme travaille d'abord comme hortultrice dans la région de Gray. Elle se reconvertisse dans le domaine de la santé grâce à une formation d'aide et de soins. Dynamique et motivée, elle s'intègre rapidement au sein de l'équipe et découvre un métier qui la passionne.

Sa vie familiale est bien remplie puisqu'elle est maman de trois enfants, Thibaud quinze ans, Manon treize ans et le petit dernier Lucas neuf ans.

A ses heures perdues, elle enfourche sa moto et se balade en pleine nature. Si vous avez besoin de conseils pour vos plantes ou vos fleurs, elle se fera une joie de répondre à vos questions.



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

# **EVENEMENTS**

Pour la vingt- sixième édition des boucles de la Saône, **Jean-claude MONGEY** (Responsable Entretien) , **Bernard MONGIN** ( Fils d'une résidente), **Jean MOUGENOT** (Aide Médico Psychologique) et **Frédéric MEUNIER** (Adjoint de Direction), ont parcouru un circuit de dix kilomètres le Dimanche 20 Mars 2011 à Gray.

Pour la quatrième année consécutive, ils se sont entraînés durement et sous les encouragements du public, ils ont réalisé des scores très honorables dans la catégorie vétéran.

Bravo à ces athlètes !!!! Pour leur performance. Rendez-vous l'année prochaine pour la vingt-septième édition.



# AU REVOIR A

**MARTINE BELL**, qui a consacré vingt-quatre années de sa carrière professionnelle auprès des personnes âgées.

Elle démarre dans la vie active en tant qu'agent de production chez Thomson à Gray. Puis, décide de changer d'orientation et devient agent hospitalier. Elle travaillera d'abord au château de la maison de retraite puis dans les services depuis la restructuration de l'établissement, et finira sa carrière en tant que gouvernante.

Courageuse et toujours disponible, nous garderons l'image d'une femme simple et discrète.

Elle va nous manquer énormément ! Mais nous lui souhaitons une bonne et heureuse retraite.

Qu'elle profite de ce repos bien mérité.





Par Laurence CLERGET  
AS

## BIENVENUE A :

### SUR LA RÉSIDENCE DU PARC

**Monsieur André BEUREY** est né le 02 janvier 1914 à GRAY. Ce père de deux enfants a été élevé par son grand-père jusqu'à ses 10 ans. Il tenait, aux côtés de son épouse Carmen, un garage avec station-service. Avant de nous rejoindre le 07 décembre 2010, André apprécie la pêche, la chasse, le jardinage et la lecture du journal.



**Madame Carmen BEUREY** a vu le jour le 25 août 1917 à TARAGONE en Espagne. Ce n'est qu'à l'âge de 8 ans qu'elle s'est installée en France avec ses parents. Carmen a travaillé avec son époux et aimait la couture, la cuisine et également le jeu "Des Chiffres et des Lettres". Elle est entrée le 03 Décembre 2010 en attendant l'arrivée de son conjoint.

C'est dans notre belle cité Grayloise que **Madame Albane BERGERET** a vu le jour le 21 juin 1931. Maman de 3 enfants, elle est l'heureuse grand-mère de 3 petites-filles et d'une arrière-petite-fille. Elle a longtemps participé aux activités paroissiales aux côtés de son mari. Albane apprécie le calme de la résidence, depuis son entrée le 21 Décembre 2010. Elle se livre à ses activités favorites à savoir la lecture et la musique.



**Monsieur Michel BERGERET** est né, tout comme son épouse, à GRAY le 19 janvier 1922. Il est bien connu dans la cité déjà de part sa profession de libraire et également par ses 40 années, pendant lesquelles il a dirigé la chorale paroissiale. Michel est parmi nous depuis le 21 décembre 2010. Il apprécie toujours autant le chant et la musique.

C'est le 15 octobre 1926 que **Madame Paulette VALENSOT** a vu le jour dans le DOUBS, plus précisément à ARC et SENANS, site historique qui abrite encore les salines royales. Mère au foyer, elle s'est occupée de ses 3 filles et a suivi dans le département du RHONE, son époux qui était mécanicien cyclo et moto. La famille s'est agrandie avec les naissances de 3 petits-enfants et d'un arrière. Paulette a également vécu à POLYGNY dans le JURA puis à GRAY. Sa passion : le tricot qu'elle pratique tous les jours comme la lecture. Elle apprécie également de se promener et se tient toujours informée des actualités. Paulette nous a rejoint le 25 Janvier 2011.



**Madame Marie-Thérèse JACQUEMARD** a vu le jour le 5 août 1926 dans la petite commune de MONTHUREUX et PRANTIGNY. Elle exerçait le beau métier de cultivatrice. Croyante et pratiquante, Marie-Thérèse est l'heureuse maman de 5 enfants et grand-mère comblée par 5 petits-enfants et 2 arrières petits-enfants. Fidèle à ses racines et fille de la terre, elle apprécie les activités de jardinage tout comme la bonne cuisine et le tricot. Entrée sur ce secteur le 24 mars dernier, Marie-Thérèse apprécie également les jeux de société comme les dames, le loto et les petits chevaux.

**Monsieur Alphonse LAMBERT** est né le 09 Février 1932 dans la commune de CHAMPVANS où il a exercé la profession d'exploitant agricole. Il est papa de 5 enfants et 2 petits enfants. Alphonse aime le contact avec les autres et a une passion pour la lecture. Il est entré dans la maison le 12 Mai dernier.



## SUR LA RÉSIDENCE DU BELEVÉDÈRE

C'est le 10 mai 1923 qu'est née **Madame Paulette CARRET** à ANCIER. Elle est la cadette d'une fratrie de 6 enfants. Paulette a travaillé sur l'exploitation agricole familiale jusqu'à son mariage, son mari travaillant à EDF. Maman de 3 enfants qui lui ont donné, à leur tour, 4 petits-enfants et 5 arrières. Mère au foyer, Paulette appréciait les activités ménagères, le tricot et le jardinage. Elle a rejoint l'équipe soignante le 05 avril dernier.



C'est le 04 février 1926 qu'est né à PLOULA dans les COTES D'ARMOR **Monsieur Pierre CONNAN**. Militaire dans la marine pendant plus de 16 années, il a résidé notamment 2 ans en INDOCHINE. Il se marie à son retour et part 4 ans en TUNISIE et en ALGERIE. Pierre travailla également comme Directeur adjoint dans une société de poteaux de bois et comme ambulancier. Ce père de 2 enfants a vécu aussi sous le chaud soleil de TOULON. Il a eu la joie d'avoir 4 petits-enfants et 6 arrières. Parmi nous depuis le 21 avril 2011, ce marin aime les voyages et les romans policiers. Musicien dans l'âme, Pierre jouait également du banjo.

**Madame Micheline PEZET** a vu le jour le 13 février 1928 à GRAY. Cette mère au foyer a voyagé avec son mari qui était militaire dans l'armée de l'Air. Maman de 8 enfants, elle a vu le cercle familial s'agrandir avec l'arrivée de 10 petits-enfants et 7 arrières. Micheline a résidé notamment à DIJON puis à GRAY. Elle apprécie la cuisine et principalement les pâtisseries, le tricot, la broderie, la télévision et les jeux de cartes comme le tarot. Elle est entrée dans notre établissement le 19 avril dernier.







**Madame Louise PEPINEAU** est née le 23 avril 1915 dans la commune d'ORPHIN située dans les YVELINES. Cette maman a élevé 5 filles et a eu le plaisir de voir sa famille s'agrandir avec les naissances de 9 petits-enfants, 15 arrières et 1'arrière arrière-petit-enfant. Mère au foyer, son mari était maçon, Louise aime le tricot, activité qu'elle pratique encore, et le jardinage. Actuellement, elle apprécie toujours autant la lecture (journal, magazine people), les jeux de lettres comme le scrabble et les mots croisés. Quelques années en arrière, Louise aimait beaucoup danser. Elle nous a rejoint, après plusieurs séjours en chambre temporaire, le 02 mars dernier.

### SUR LA RÉSIDENCE DE LA VERRIÈRE

**Madame Philomène DUVERNOY** est née le 18 mars 1927 à MUTIGNEY dans le JURA. Femme de la terre, elle travaillait, aux côtés de son mari, sur l'exploitation familiale à SAUVIGNEY-LES-PESMES. Maman de 8 enfants, Philomène apprécie la broderie, le jardinage, principalement les fleurs, et la cuisine. Son autre "dada" le jeu de petits chevaux et le jeu de dames. Elle est parmi nous depuis le 20 janvier dernier.



C'est le 18 février 1918 qu'est née **Madame Marcelle CHEMINOT** à COULEUVRE dans l'ALLIER dans une fratrie de 10 enfants. Elle-même a eu la joie de mettre au monde 7 enfants. Mère au foyer très active, elle appréciait de nombreuses activités comme la télévision, les promenades, la couture, la lecture, les jeux de mots-mêlés et la musique. Marcelle est entrée dans notre établissement le 03 mars 2011.

C'est le 09 février 1942 qu'est née **Madame Gabrielle VEFOND** à BESANCON. Maman de 2 enfants, elle est restée au foyer pour les élever. Par la suite, Gabrielle a connu la joie d'être grand-mère de 3 petits-enfants. Très sociable, elle aime le tricot, le canevass, la lecture, le chant et la musique. Elle est entrée sur ce secteur le 17 mars 2011.



**Madame Jeanne NICOLAS** a vu le jour le 28 février 1935 à CHAMBORIGAUD dans le GARD. Elle a travaillé au sein des PTT et a longtemps résidé à NIMES, à BESANCON et enfin à RIOZ. Maman de 3 enfants, elle a également 5 petits-enfants. Jeanne apprécie les mots-croisés, le tricot, les animaux, la télévision et les promenades à l'extérieur. Elle nous a rejoint le 22 mars dernier.

**Madame Anne THEVENOT** est née le 09 mars 1930 à BEZE en COTE-D'OR dans une fratrie de 6 enfants. Elle était agricultrice aux côtés de son mari. Maman de 3 enfants, Anne s'est installée à GRAY il y a 5 ans. Fidèle à ses racines, elle apprécie le jardin et ses fleurs, la couture, le tricot les pâtisseries sans oublier la télévision et le traditionnel jeu de loto. Elle a une passion particulière pour les chouettes qu'elle collectionnait. Anne a intégré notre structure le 26 avril 2011.



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 Lucie CERUTTI** avait vu le jour à MERCEY-SUR-SAÔNE le 19 septembre 1913. Issue d'une famille de 9 enfants, elle avait passé toute sa jeunesse dans la maison forestière sur la route de BESANCON. Lucie était maman de 6 enfants mais également une grand-mère comblée par 10 petits-enfants et 16 arrières petits-enfants. Bonne cuisinière, Lucie appréciait le tricot, le jardinage, les fruits et les promenades dans les bois à la recherche du muguet ou des jonquilles. Parmi nous depuis le 23 mars 2009 elle nous a quitté le 28 Avril 2011.

**Madame Louise JACOUTOT** était née le 09 mars 1920 à GY. Cette célibataire était parmi nous depuis le 11 février 2002. Sa grande passion l'accordéon et, elle ne manquait sous aucun prétexte les goûters d'anniversaires juste a revivre, non sans nostalgie, ses jeunes années au son de cet instrument. Bonne vivante, à Noël, Louise appréciait toujours autant sa douzaine d'huîtres tout en dégustant un petit verre de champagne. Pour elle le son de l'accordéon s'est arrêté le 12 mars 2011.



C'est en Espagne, plus précisément à AGUAS DE BUSOT qu'était née **Madame Maria Dolorès GOMIS** le 16 août 1918. Maria avait vécu de longues années dans la commune d'APREMONT où elle était femme de ménage dans les écoles. Entrée le 03 décembre 2008, elle enchantait le service par son accent empreint de soleil et par ses anecdotes. Maria Dolorès aimait la lecture et la télévision le soir après le repas. Elle s'est éteinte le 17 janvier 2011.

## SUR LA RÉSIDENCE DE LA VERRIÈRE

**Mademoiselle Suzanne DESHAYES** naquit à PARIS dans le 13<sup>e</sup> arrondissement le 07 juillet 1917. Elle a longtemps habité sur VESOUL avant de nous rejoindre, d'abord sur le secteur du Parc, le 30 juin 1999. Cette célibataire avait consacré sa vie aux autres. Après s'être beaucoup occupée de ses parents, elle a exercé la profession d'Aide-Soignante en Hospice et maison de retraite sur VESOUL et OYRIERES. Très croyante, Suzanne est allée rejoindre son créateur le 07 janvier dernier.



C'est dans le petit village de VARS que **Mademoiselle Michèle GENELOT** a vu le jour le 27 juin 1925. Issue d'une fratrie de 3 enfants, elle a travaillé toute sa vie dans la ferme familiale. Michèle aimait les activités liées à l'entretien de l'exploitation et des animaux. Entrée sur le secteur le 07 Octobre 2002, son âme est repartie courir la campagne qu'elle chérissait tant le 16 janvier dernier.

C'est le 11 septembre 1921 que **Madame Colette PELETERET** a pointé le bout de son nez dans la commune de MONTAGNEY. Institutrice, elle a longtemps résidée dans notre belle cité de Gray avant de nous rejoindre le 05 mai 1998. Colette a déposé ses lunettes, cahiers et règles le 04 mars 2011.



**Madame Josette ROUARD** était née le 20 mars 1941 à SEVEUX. Mère au foyer, elle a élevé deux fils. Josette était parmi nous depuis le 05 juin 2008. Elle nous a quitté le 23 mars dernier.



## **SUR LA RÉSIDENCE DU BELVÉDÈRE**



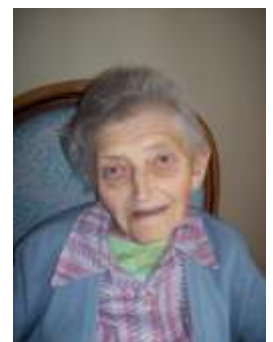
C'est à SEZENIA dans le JURA que naquit **Madame Alice BAULARD** le 02 mai 1922. Cette maman de 3 enfants exerçait la profession de Sténodactylo. Elle habitait GRAY-LA-VILLE avant de nous rejoindre le 20 janvier 2011. Alice avait le contact facile et agréable et appréciait regarder la télévision le soir. Les touches de sa machine à écrire ne résonnent plus depuis le 29 mars dernier.

**Madame Suzanne BERNARD**, était la doyenne de notre établissement, née le 20 mai 1908 à AUTHOISON. Maman d'un fils, elle avait vu le cercle familial s'agrandir avec les naissances de 2 petites-filles et de plusieurs arrières petites-filles. Cette institutrice qui exerçait à LURE aimait le contact des autres résidents à qui elle rendait volontiers service. Douce et agréable Suzanne appréciait la lecture et les fleurs. Entrée le 25 juillet 2006, elle a définitivement rangé ses cahiers et ses craies le 13 janvier dernier.



**Madame Françoise GILLES** a vu le jour, le 23 février 1925, dans la ville de SAINTE BARBE DU TELAT une colonie française située non loin d'ORAN en ALGERIE. De ce pays ensoleillé, elle avait gardé le sens du contact et de l'hospitalité. Françoise avait habité GRAY avant d'entrer le 15 Mars 2011, dans la chambre temporaire. Elle nous a quitté le 05 avril dernier.

C'est le 18 décembre 1918 que naquit **Madame Laure JACOB** dans la commune de BATTRANS. Elle avait quitté son domicile de BOUHANS et FEURG le 18 janvier 2008 pour nous rejoindre. Agricultrice, elle avait gardé la passion de la terre. Laure appréciait les fleurs et les activités de jardinage. Elle a définitivement rejoint la campagne qu'elle chérissait tant ce 01 avril.







**Madame Luce PIERQUIN** était née le 21 mars 1913 à FAYL-BILLOT la capitale de la vannerie située en HAUTE-MARNE. Ne dérogeant aux traditions de ce petit village, elle travaillait l'osier et était vannière. Entrée d'abord sur la Verrière le 23 mai 2001, Luce a ensuite intégré ce secteur jusqu'à son décès le 10 février dernier. Cette grande dame qui a également habité à AUTREY-LES-GRAY aimait la musique et chantonnait souvent.

**Madame Germaine ROUX** était née le 26 Janvier 1914 dans notre belle cité Grayloise, qu'elle n'a jamais quitté. Comme ses parents étaient horticulteurs, elle a tout naturellement suivi leurs parcours et cultivé avec passion les fleurs. Le 07 janvier 1998 elle avait intégré la résidence du Parc avant de s'installer sur ce secteur. Cette maman de deux enfants aimait également le chant. Sa chanson favorite "Le bon roi Dagobert" ne résonne plus à nos oreilles depuis le 04 avril dernier.



C'est le 18 janvier 1920 que naquit **Madame Suzanne WELLENS** à SAINT-BROINGT en HAUTE-MARNE. Cette commerçante était maman d'un fils. Elle était parmi nous depuis le 22 novembre 2006. Aimant sa tranquillité, Suzanne partageait néanmoins ses après-midi, dans le fond de l'aile avec quelques résidents. Elle nous a quitté ce 18 février .

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



Par Jocelyne LESTAGE  
ASH

## TRUCS ET ASTUCES

### - SANTE : TRUC POUR REFERMER LES PLAIES

Voici une méthode très utilisée dans le passé pour soigner les plaies (coupures ainsi que brûlures). Il suffit simplement d'appliquer du miel naturel à même la blessure.

Les cataplasmes de miel sont utilisés encore maintenant, dans les services pour grands brûlés à la place des crèmes cicatrisantes.

Le miel est un désinfectant naturel et permet une cicatrisation rapide et sans marque.



### - JARDINAGE

Quand on possède des plantes d'intérieurs, il faut leur apporter régulièrement un engrais pour qu'elles soient belles.

On peut en fabriquer un facilement : il suffit de mélanger des sachets de thé à des feuilles mortes et un peu d'eau salée.

Laisser macérer quelques jours et arroser avec le mélange.

### - DIVERS ET INCLASSABLES

Pour défaire les nœuds d'une chaîne en or rien de plus simple !!

Mettez votre chaîne toute nouée dans la paume de votre main puis ajoutez quelques gouttes d'huile de cuisine. Frottez ensuite la chaîne dans votre main, vous n'aurez ensuite plus aucun mal à « dérouler » la chaîne et défaire tous les nœuds.

### - POUR TOUT LE MONDE

Se calmer après une journée de stress :

Il faut prendre un bain contenant 6 sachets de tilleul qu'on laisse infuser, puis boire un verre de lait et une infusion de fleur d'oranger juste avant d'aller se coucher !!!





Par Christine DOS SANTOS  
Cuisine

## ROULEAU DE PRINTEMPS AU FOIE GRAS ET ASPERGES DU PAYS

Pour 1 personne(s)

### Rouleau de printemps :

- 1 tranche de foie gras extra mi-cuit
- 20 gr copeaux de jambon Serano en tranches très fines
- 4 têtes d'asperges cuites croquantes
- 1 feuille de riz

### Tomate confite et eau de tomate :

- 1 tomate bien mûre -1 cl d'huile d'olive
- Sel, poivre du moulin et thym



### Salade d'herbes du jardin et fleurs :

- 25 gr de petite salade des herbes du jardin (menthe, basilic, fleur de ciboulette et autre plantes sauvages...)
- 2 cl de vinaigrette au vinaigre balsamique et huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

## PREPARATION

### Rouleau de printemps :

- Une tranche de foie gras extra mi-cuit ( notre foie est cuit à la vapeur environ 25 minutes)
- Quelques copeaux de jambon Serano (tranches très fines)
- 4 têtes d'asperges cuites croquantes
- Disposer le tout dans une feuille de riz roulée très serrée, laisser reposer 1 heure au frais.

### Tomate confite et eau de tomate :

- Monder la tomate et l'épépiner en récupérant l'eau des graines et le jus; chinoiser. Saler et garder au frais.
- Confire les quartiers de tomates à l'étuvée à 90 °c pendant toute une nuit.

### Salade d'herbes du jardin et fleurs

- Faire une petite salade des herbes du jardin (menthe, basilic, fleur de ciboulette et autre plantes sauvages...)
- Assaisonner le tout avec une vinaigrette au vieux balsamique et huile d'olive la plus fruitée possible.

### Dressage :

- Dresser le rouleau coupé en deux, la salade du jardin sur la tomate confite et l'eau de tomate glacé dans un verre à part.

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



Par Christine DAGDOUG  
AS

### **PLANS DE TABLE :**

Depuis le début d'année une nouvelle organisation concernant les plans de table en salle à manger à été mise en place.

Il s'agissait en fait de dégager l'espace bibliothèque, de réaménager la salle à manger afin de rendre à chacun de ces lieux son statut initial, et ainsi respecter certaines règles en matière d'hygiène et de sécurité.

### **NOUVEAU STANDARD TÉLÉPHONIQUE :**

Notre établissement s'est vu doté dernièrement d'un nouveau standard téléphonique afin de remplacer le précédent bien trop obsolète et sujet à quelques dysfonctionnements.

Deux téléphones mobiles sont attribués à chaque secteur, deux au service infirmier, deux également aux veilleuses de nuit et un à chaque membre de la Direction et du personnel administratif. Ces appareils permettent d'alerter chaque agent lorsqu'un résident utilise sa sonnette. Il facilite également le contact entre l'agent et l'infirmière lorsqu'il a besoin de renseignements concernant le soin d'un résident, ou encore d'une urgence.



### **LA RÉORGANISATION DU SECTEUR DE LA VERRIÈRE :**

Dans un souci constant d'améliorer les conditions de vie et de confort de nos résidents de la Verrière qui demandent une attention accrue et permanente, il a été décidé d'y instaurer une nouvelle forme de prise en charge.

Désormais, ce secteur vit d'avantage à son rythme, le personnel qui a choisi d'y exercer ses fonctions est toujours le même de façon à créer une ambiance plus intime, plus familiale et assurer ainsi un suivi et des soins adaptés à nos résidents les plus désorientés. Cette nouvelle réorganisation en place depuis le 1<sup>er</sup> Mai 2011, semble déjà remporter bien des suffrages. Un objectif à saluer et à poursuivre.



Par Isabelle PINTO  
AMP

# PÂQUE JUIVE ET PÂQUES CHRÉTIENNE

## **On distingue la Pâque juive des Pâques chrétiennes.**

La Pâque Juive s'emploie au singulier, les Pâques Chrétiennes au pluriel.

Elles se fêtent à la même époque, au début du printemps, mais pas le même jour. Elles n'ont pas la même signification.

Pour la Pâque Juive, c'est une fête religieuse qui commémore le passage de la mer rouge.

Pour les Pâques Chrétiennes, c'est une fête religieuse qui commémore la résurrection de Jésus.

## L'ORIGINE DE LA PÂQUE JUIVE :

Le mot « Pâque » distinguait la fête et aussi l'animal que l'on sacrifiait et que l'on mangeait ; le rite du sang avait une valeur importante : on prenait le sang de l'agneau pour oindre le pourtour des portes d'entrée des maisons et des cabanes. C'était un rite de protection pour détourner les mauvais esprits et ainsi protéger les familles.

A l'époque des pharaons, les hébreux vivaient en esclavage en Egypte.

Dans la Torah, Dieu annonce le dixième fléau qui allait frapper les Egyptiens : le sang autour des portes lui permettrait de reconnaître les Hébreux.

La Pâque est donc devenue la célébration de la libération du peuple hébreu. C'est la traversée de la mer rouge qui sépare le pays de la servitude de la terre promise. C'est le passage de l'esclavage à la liberté, la renaissance du peuple d'Israël.

## PÂQUES CHRÉTIENNES :

Les chrétiens célèbrent à Pâques la mort et la résurrection de Jésus. En l'an 30, les juifs allaient célébrer Pâques en pèlerinage à Jérusalem. Ils sacrifiaient l'agneau au temple puis le mangeaient en famille.

Jésus fit aussi ce pèlerinage, mais son état d'esprit critique envers la religion établie lui attira les foudres du clergé. Il fut alors jugé par un tribunal. A cette époque, le gouverneur s'appelait Ponce Pilate, et pour répondre aux souhaits de l'opinion publique, il fit crucifier Jésus.





Fêtes traditionnelles...fêtes traditionnelles...fêtes traditionnelles...fêtes .....

Selon les évangiles, le dernier repas partagé avec ses disciples la veille de son arrestation (la Cène), est devenu le principal rite chrétien. (Pendant le repas, il prit le pain... Ceci est mon corps. Puis il prit une coupe... Ceci est mon sang).

Chaque évangile présente une version différente des faits, cependant la vérité historique importe peu.

La Bible permet de croire que la résurrection est l'annonce d'une vie après la mort.

La croix devient le signe du passage de la vie de servitude à une terre promise...le ciel.

Il ne s'agit pas de prendre la résurrection du Christ au sens propre mais au sens figuré ; ce n'est pas le corps mais l'esprit de Jésus qui est vivant.

C'est l'espérance d'une vie spirituelle, où l'amour triomphe sur l'égoïsme.

## QUELQUES DÉFINITIONS AUTOUR DE PÂQUES

### **Carême :**

L'Eglise catholique appelle « Carême » la période de préparation des fêtes de Pâques qui représente dans le calendrier chrétien la plus grande fête de l'année : elle commémore et célèbre la résurrection du Christ.

C'est une période de 40 jours de jeûne (en référence aux 40 jours de jeûne effectués par Jésus Christ dans le désert), du mercredi des Cendres au samedi Saint inclus.

### **Rameaux :**

Fête chrétienne qui commémore l'accueil triomphal (avec des rameaux de palmier) fait à Jésus par ses disciples lorsqu'il est entré à Jérusalem.

Cette fête est célébrée 8 jours avant Pâques, elle ouvre la semaine sainte.



### **Semaine Sainte :**

Elle achève le temps du Carême. Elle commence avec le dimanche des Rameaux, inclus le vendredi Saint (célébration de la Passion du Christ et de sa mort sur la croix), et s'achève le dimanche de Pâques.

### **Dimanche de Pâques :**

C'est le dimanche où les disciples apprirent que Jésus était ressuscité.

Il promit une vie nouvelle pour tous ceux qui croiraient en lui.

Les chrétiens célèbrent Pâques en se rendant à l'église. Les cloches sonnent.

Echanger des cadeaux, s'offrir des fleurs et des chocolats est devenu une tradition.

### **Lundi de Pâques :**

Les évangiles ne rapportent aucun événement particulier pour le lundi de Pâques.

Pourtant, la tradition chrétienne en a fait un jour férié.

C'est un jour de fête réservé aux enfants ; le matin, ils vont à la recherche des œufs.

### **Agneau Pascal :**

L'agneau Pascal est la représentation symbolique du sacrifice fait par Abraham à la demande de Dieu.

L'agneau représente sa soumission à la volonté de Dieu puisqu'il était prêt à sacrifier son propre fils si Dieu l'exigeait.

L'agneau est présent sur la table du repas de la fête de Pâques puisqu'il est le souvenir de ce sacrifice et de cette obéissance à Dieu.





## LA FETE DE NOËL

Par Delphine NARDELLA  
Animatrice

**Samedi 18 Décembre**, une journée plus que mouvementée !!!

Malgré la neige et le froid, environ 300 convives étaient présents pour la traditionnelle fête de Noël. Il faut dire que de l'animation il y en a eu !!! Philippe LEGRAND a tout d'abord ouvert les festivités entouré de sa troupe (danseurs, trompettiste...) et a fait participer activement le public autour de chansons et questions en rapport avec celles-ci.



Vous avez également pu découvrir ou redécouvrir la troupe des Cournot Dancer's, composée d'une dizaine de salariés de la maison de retraite qui a pris sur son temps pour vous proposer quelques chorégraphies et interprétations. Chacun

sentait la dose d'adrénaline monter, car en tant qu'amateur il n'est pas toujours facile de se produire en public. Un beau défi réussi pour les salariés qui ont conquis l'ensemble des invités et qui en redemandent...(prochain rendez-vous pour les Cournot Dancer's, le 21 Juin lors du barbecue avec les familles.)



Surprise également avec l'intervention de M. Huchon qui nous a proposé des histoires « bien de chez nous » !!!



Grande surprise de voir cette année l'arrivée du Père Noël accompagné de ses lutins pour la joie des plus petits !!!



Un grand coup de chapeau pour le service restauration qui nous avait préparé un goûter exceptionnel apprécié par tous.

Une journée dont on a parlé pendant plusieurs jours et qui aujourd'hui encore est restée dans l'esprit des résidents.....

## LE PRINTEMPS DES POÈTES

**Lundi 21 Mars 2011** les résidents des maisons de retraite du bassin Graylois ont participé « au Printemps des poètes ». Cette année, Notre Dame des Cèdres à MONTAGNEY a accueilli les différentes structures. Les résidents ont présenté leur poème qui avait pour thème « les paysages ».

L'EHPAD de Pesmes remporte la 1<sup>ère</sup> place ! Rendez-vous l'année prochaine pour d'autres écritures.....



## LE TOURNOI DES MAISONS DE RETRAITE

**Jeudi 26 Mai 2011**, 7 résidents de la structure ont participé à la 4<sup>ème</sup> édition du Tournoi des maisons de retraite qui s'est déroulé sur l'EHPAD de l'Hotel Dieu.

Comme chaque année, les résidents se sont entraînés pendant plusieurs mois autour d'activités physique et mémoire. La motivation et la détermination de chacun a porté ces fruits car Cournot Changey a remporté la 1<sup>ère</sup> place avec 73.5 points.

Nous ne pouvons que féliciter cette prestation, d'autant plus que sur 4 éditions, Cournot Changey en a remporté deux.

### Classement :

- 1<sup>er</sup> Cournot Changey avec 73.5 points
- 2<sup>ème</sup> l'Hotel Dieu avec 72.5 points
- 3<sup>ème</sup> Pesmes avec 69 points
- 4<sup>ème</sup> Le Rocher avec 56.5 points
- 5<sup>ème</sup> Les Capucins avec 56 points
- 6<sup>ème</sup> Champlitte/Oyrière et Dampierre avec 53.5 points



## LES ANIMATIONS PROPOSÉES PAR ADRIEN LE MATIN

Le service animation multiplie ses offres d'activités. En effet, Adrien CHEVALIER, élève BPJEPS, propose aux résidents qui le souhaitent, de venir participer à différents ateliers les matins.



**Le Mardi à partir de 10h00 :**  
Atelier couture/tricot

**Le Mercredi à partir de 10h00 :** Atelier écriture et poésie.

**Le Jeudi à partir de 10h00 :** Prise en charge individuelle des résidents

**Le Vendredi à partir de 10h00 :**  
Atelier épluchage de légumes et  
confection de tartes.







Par Sandrina COURANT  
Elève AMP

## CHARADES

**I\_** Mon premier : est un oiseau parfois bavard qu'on dit voleur  
Mon deuxième : coupe le bois  
Mon troisième : aide à dire non

Mon tout : est rempli d'eau mais pas de poissons

Réponse :

**II\_** Mon premier : se trouve dans une année  
Mon deuxième : est un animal carnivore et sauvage

Mon tout : est un mot féminin

Réponse:

**III\_** Mon premier : est le contraire de tard  
Mon deuxième : est le contraire de laid  
Mon troisième : se met aux mains quand on a froid

On glisse sur mon tout

Réponse :

**IV\_** Mon premier : se regroupe souvent par 32 ou 54  
Mon deuxième : est une terre entourée d'eau  
Mon troisième : change à chaque anniversaire

Réponse :

**V\_** Mon premier : est une montagne  
Mon deuxième : est un sport où on frappe une petite balle pour la faire entrer dans un trou  
Mon troisième : est très content

Mon tout vole

Réponse:

S'adresser à Sandrina pour les réponses



## LE PREMIER PAS DE L'HOMME SUR LA LUNE

Par Aude BARBIER  
Psychologue

Le 29 juillet 1969 l'astronaute américain Armstrong fut le premier homme à poser les pieds sur Lune. Ce grand moment de l'histoire a été suivi par des milliers de téléspectateurs dans le monde. Parmi eux quelques résidents de l'établissement nous relatent leurs souvenirs de cet événement incroyable.

De gauche à droite :

L'équipage d'Apollo 11 : Armstrong, Michael Collins, Buzz Aldrin.



« Extraordinaire ou extravagant ? Son petit pas de danse quand il est descendu de l'échelle de la capsule en direct. C'était un peu féérique, un peu fantastique. Des traces de pas de l'homme sur la lune, ça laissait rêveur. On pensait maintenant tout est possible. Nos rêves seront toujours inférieurs à la réalité. Ça se surajoutait à tout un tas de choses nouvelles au quotidien, comme l'avion et le jet. C'était la compétition entre les Etats-Unis et l'URSS : « vous vous avez tourné autour de la Lune, nous nous allons nous y poser ». Il y avait toujours un petit plus, ... Vous vous rendez compte, envoyer une boîte dans l'espace avec des hommes dedans et la faire se poser sur la Lune, et l'homme qui en descend et qui se met à danser pour montrer que l'attraction lunaire est moins forte que l'attraction terrestre ! ».

**Monsieur F.**

« On était devant la télévision, on attendait... Tout le monde était devant son poste. C'était tout une affaire... on en est pas revenu ! et puis ils ont ramené des pierres, des morceaux de Lune. C'était toute une aventure... Pensez donc, on a marché sur la Lune ? Quelle préparation il y a dû y avoir... ils ont dû s'entraîner, c'est très difficile... avec la pression de l'air. Et puis après, il y a eu les cosmonautes femmes et aussi les animaux. Nos aïeux n'auraient jamais pensé qu'on pourrait poser les pieds sur la Lune ».

**Madame M. & Madame M.**

« Je me rappelle l'avoir vu à la télévision. On a tout vu ; monter dans l'appareil, la fusée partir et puis après la capsule atterrir, se poser sur la Lune et puis Armstrong est descendu de l'échelle, a marché et a planté le drapeau américain. Il a eu ensuite le retour de la capsule sur Terre et puis le défilé des cosmonautes en voiture dans les rues de NEW YORK. C'était tellement sensationnel, on ne parlait que de ça. Ce jour là, la fusée tournait autour de la lune et c'est seulement la capsule qui est descendue sur la Lune. Ils y sont retournés plus tard avec une voiture à chênnettes pour ramener des prélèvements de cailloux, de terre pour faire des études du sol. Après le Spoutnik, qui avait été le premier objet à tourner autour de la Terre, marcher sur la Lune a vraiment été sensationnel.

**Monsieur G.**

Photos insolites...photos insolites...photos insolites...



Par Jean-François ALTENHOVEN

Découvrez la suite des photos  
Drôles, insolites, extravagantes, décalées ...j'espère qu'elles vous  
interpelleront tout en vous faisant sourire.  
Et le stock est inépuisable !!!  
Bonne lecture



Déambulation !!!



Allo!!! L'eau !!!!



Oh !! Cochon,  
jolies bottes



Grosse fatigue !!!



Quelle grâce !!!

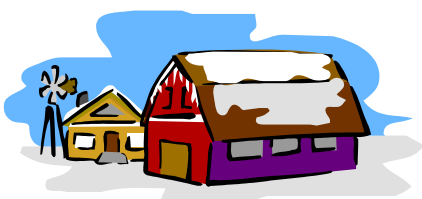
A bientôt... A bientôt... A bientôt... A bientôt... A bientôt... A bientôt...



# TOUTE L'ÉQUIPE VOUS DONNE



# RENDEZ-VOUS



# EN HIVER