



# La Gazette des Peupliers



## Il s'en est passé des choses à la Résidence en Avril

En avril, nous avons commencé le mois avec les petits déjeuners Buffet. Nous avons eu la visite surprise du lapin et de la poule de Pâques.



Il a fait beau au début de ce mois. Nous avons pu profiter du parc et des magnifiques fleurs qui ont donné de la couleur à notre jardin.



Le lundi de Pâques, nous avons reçu des œufs en chocolat qui avaient été préparés à l'avance par des résidents.

Nous avons continué de vous proposer nos animations chaque après-midi au salon ainsi que les activités adaptées à la Bulle.

Si vous avez des demandes ou des envies particulières par rapport aux animations, n'hésitez pas à nous interpeller !



## PLANNING DE MAI (sous réserve de modifications...)

Les animations de l'après-midi sont annoncées par l'animatrice sur le temps de midi.

<u>MAI</u>	<u>MATIN</u>	<u>APRES-MIDI</u>
sam 1	<b>Bon week-end</b>	La Petite Boutique
dim 2		Les blagues
lu 3	Parcours santé Gym 11h au Salon	Jeu sur les 5 sens
Mar 4	Parcours santé	Temps de recueillement
	"Chic & Belle" Bien-être	
Me 5	Parcours santé	
Je 6	Petit déjeuner buffet	Gymnastique + jus de fruits
Ve7	Parcours santé	Kalifico jeu de mots
Sa8	<b>Bon week-end</b>	La P'tite Boutique
Dim 9		Chant



<u>mai</u>	<u>MATIN</u>	<u>APRES-MIDI</u>
<b><u>Sous réserve de modification</u></b>		
Lu 10	parcours santé 11h Gym salon	Yoga et relaxation
Ma 11	parcours santé	Temps de recueillement
	“Chic & Belle” Bien-être	
Me 12	Parcours Santé	Les vieux métiers
Je 13	Parcours avec Kiné et Ergo	Gymnastique + jus de fruits
	Apéro à La Bulle	
Ve 14	Parcours santé	Activité de Brigitte
	Apéro au restaurant	
Sa 15	<b>Bon week-end</b>	La P'tite Boutique
Dim 16		Les blagues d'Elodie
Lun 17	parcours santé 11h Gym salon	pas d'activité prévue



<u>MAI</u>	<u>MATIN</u>	<u>APRES-MIDI</u>
<i>sous réserve de modifications</i>		
Ma 18	parcours santé	Temps de recueillement
	“Chic & Belle” Bien-être	
Me 19	Parcours santé	Fête des anniversaires avec CARMELO
je 20	Parcours avec Kiné	Gymnastique et jus de fruits
Ve21	parcours santé	Les couples célèbres
Sa 22	<b><i>Bon week-end</i></b>	La P'tite Boutique
Dim 23		Les mimes
Lu 24	parcours santé 11h Gym salon	Petanque
Ma 25	parcours santé	Temps de recueillement
	“Chic & Belle” Bien-être	
Me 26	Parcours santé Groupe qualité	Les superstitions



<u>AVRIL</u>	<u>MATIN</u>	<u>APRES-MIDI</u>
<i>sous réserve de modifications</i>		
Je 27	Parcours santé avec kiné et ergo	Gymnastique + jus de fruits
Ve 28	parcours santé	Les vieux prénoms
Sa 29	<b><i>Bon week-end</i></b>	La P'tite Boutique des vêtements
Dim 30		Film "La Môme" (Edith Piaf)
Lu 31	Parcours santé 11h Gym salon	Préparation de la guinguette



## Un projet reportage à la résidence

Quelques résidents sont en train de se pencher sur un projet de reportage au sein de la maison de repos.

La première thématique abordée sera “l’importance de l’activité physique en maison de repos”.

Pour ce faire, les résidents ont choisi d’interviewer quelques membres du personnel. Le reportage sera filmé et partagé ensuite aux familles et aux résidents lors d’une animation.



## OFFRE D’EMPLOI : PRÉSENTATEUR

Vous avez envie de vous impliquer dans le projet ?  
Vous aimez relever des challenges amusants et sympathiques? Nous recherchons un présentateur pour lire le texte d’introduction de notre reportage.



## Le projet des cailloux voyageurs.

Avez-vous déjà entendu parler des “cailloux voyageurs”?

C'est un concept assez récent qui se développe en Belgique et dans d'autres pays du monde.

Le principe est simple. Il faut décorer un cailloux avec de la peinture et une couche de vernis et le déposer quelque part lors d'une balade. Les promeneurs qui découvrent ce cailloux l'emportent avec eux et le déposent à leur tour plus loin permettant ainsi au cailloux de “voyager”. Lorsqu'on trouve un de ces cailloux dans la nature, on le prend en photo et on le poste sur Facebook. Ce qui permet alors de voir le chemin suivi par notre cailloux. Il est évident que certains cailloux se perdent en chemin, mais c'est toujours un plaisir de découvrir un joli cailloux lors de ses balades.





Les résidents ont peint des cailloux et les enfants de l'école se chargeront d'aller les déposer dans la nature pour commencer leur voyage. Nous resterons à l'affût sur les réseaux sociaux pour voir si nos cailloux s'y retrouvent et nous vous diront jusqu'où ils voyageront !

Petit ou grand, il n'y a pas d'âge pour participer

à ce projet. C'est la raison pour laquelle nous avons décidé, en collaboration avec l'école, d'appeler nos cailloux "y a pas d'âge" !





## Pourquoi offre-t-on du muguet le 1er mai ?

Selon la tradition, nous offrons des brins de muguet à ceux que l'on aime le 1er mai. Mais pourquoi cette délicate fleur est-elle devenue le symbole de la Fête du travail ? Retour sur une tradition qui remonte à bien longtemps.

Le muguet, aussi appelé lys des vallées, est une plante originaire du Japon, présente en Europe depuis au moins le Moyen-Âge.



La plante à clochettes, symbole du printemps, était vue comme un signe de vie et d'avenir pour les Celtes. Elle était censée leur porter chance.

Au Moyen Âge déjà, les jeunes hommes accrochaient un brin de muguet à la porte de leur future fiancée pour leur signifier leur attachement. Mais ce n'est que plus tard, dans les années 1560, qu'offrir un brin de muguet est devenu une véritable coutume.

## Le brin porte-bonheur entre à la Cour

En visite dans la Drôme, le roi Charles IX, accompagné de sa mère Catherine de Médicis, reçoit des mains d'un notable local un brin de muguet.



Séduit par le parfum de la fleur, le monarque en offre l'année suivante aux dames de la Cour en déclarant « *qu'il en soit fait ainsi chaque année* ». La tradition est née.

Toutefois, offrir du muguet ne deviendra populaire que le 1er mai 1900 lorsque, lors d'une fête organisée par les grands couturiers parisiens, toutes les femmes reçurent un brin de muguet. Dès lors, les couturières en offrent chaque année à leurs clientes. Christian Dior en fit même le symbole de sa maison de couture.

Pourquoi lors de la Fête du travail ?

Ce n'est qu'au 20e siècle que la fleur printanière sera associée à la Fête du travail qui date elle-même de 1889. Le 24 avril 1941, le maréchal



Pétain instaure officiellement le 1er mai comme « la Fête du Travail et de la Concorde sociale ».

Une date choisie en mémoire du mouvement du 1er mai 1886 de Chicago.

L'églantine rouge, jusqu'alors associée à la gauche, est remplacée par le muguet. La vente du muguet dans les commerces le 1er mai débute quant à elle peu après en 1932 à Nantes pour se propager ensuite vers 1936.

Vous l'aurez donc compris, le muguet et la Fête du travail n'ont en réalité qu'un seul point en commun : le fait d'être célébrés le 1er mai.



## Interview de Mr Henri G [REDACTED]

« Je suis né le 5 avril 1948 à Cheratte et j'ai toujours vécu là-bas. »

Henri G [REDACTED] nous parle de son travail : « J'ai fait des études d'horticulture à Burenville, après cela j'ai travaillé au jardin botanique de Liège. Je m'occupais de la gestion du fonctionnement des serres, la culture, l'entretien et la gestion des bâtiments. J'aidais aussi les professeurs à préparer leurs examens. Les collections de plantes exotiques étaient mes préférées. »

Monsieur G [REDACTED] a une fille, [REDACTED] qui est infirmière à la Citadelle. Il a aussi deux petites filles [REDACTED] et [REDACTED] dont il est fort proche. La famille c'est super important pour lui.

C'est un passionné de foot, il a joué à l'entre jeux (au milieu), pendant plusieurs années à Cheratte. Il aime aussi le jardinage, la marche, et la cuisine.

Il nous prévient : « Je suis quelqu'un de sociable et posé, mais il ne faut pas m'ennuyer ! »



Le mot de la fin de Monsieur G [REDACTED] : «  
Jamais une journée sans mon café ! »



## Les remèdes de grand-mère... qu'est ce que c'est ?

On appelle remède naturel ou **remède de grand-mère** une préparation élaborée à des fins médicinales à partir de produits naturels. Par définition, les remèdes de grand-mère s'opposent aux produits commercialisés de nos jours par les **laboratoires pharmaceutiques** tels que les gélules, les comprimés et les granulés.

Ces préparations sont appelées ainsi, car elles étaient omniprésentes à l'époque de grands-mères avant l'arrivée massive des médicaments. Elles sont généralement confectionnées **à partir de plantes entières**, d'une association de plusieurs plantes ou d'une partie de la plante : racine, écorce, bois, tige, feuilles, fleurs, fruit, graines, suc, huile essentielle...

## **Quels sont les bienfaits et les indications des remèdes de grand-mère ?**

Les **remèdes de grand-mère** sont naturels, bon marché et **faciles à préparer**. Plusieurs ouvrages citent les plantes médicinales incluses dans les différentes pharmacopées nationales et internationales, leurs propriétés, leurs indications, leurs modes d'administration, leurs associations possibles, leurs contre-indications, leurs effets indésirables et leurs précautions d'usage.

Ce sont des traitements naturels abordables, car un grand nombre de plantes **utilisées en phytothérapie** poussent spontanément dans nos contrées. Par exemple, **le citron** et la **menthe** sont deux remèdes naturels aux nombreux bienfaits que l'on trouve dans tous les marchés. Par ailleurs, contrairement à certains médicaments, les remèdes de grand-mère ne sont pas toxiques ou très peu. Par



conséquent, le risque d'effet indésirable est peu élevé. Ces effets sont généralement légers et surviennent surtout en cas de surdosage.

### **Après les remèdes de grand-mère, voici les remèdes de Grand-père...**

Mr Lejeune nous parle de ses connaissances avec quelques remèdes qu'il connaît.

1. En cas de difficulté de digestion, on peut prendre un petit morceau de sucre et mettre dessus 4 à 5 gouttes d'eau de Malysse. Il faut croquer le morceau de sucre et l'avaler.

2. Pour lutter contre l'arthrose, l'arthrite et certaines formes de rhumatisme., on peut prendre 20gr de semences (même celles qui ne germes plus). Il faut mettre ces semences dans un demi litre de genièvre à environ 30% d'alcool, laisser macérer pendant 15 jours et filtrer. Il faut boire le matin au lever un demi petit gobelet et la même chose le soir avant d'aller dormir. La guérison complète n'est évidemment pas garantie, mais bien un soulagement.

3. Remède pour soulager les bronches. Prendre une branche de thym, même foncée, mettre de l'eau et faire cuire jusqu'à ce que la vapeur sorte. Respirer à fond par le nez la vapeur (max 5 minutes). Faire un temps d'arrêt et s'il y a encore de la vapeur, respirer.

4. Remède contre le mal de dent : Prendre une branche de sauge, mâche comme un chewing gum, puis mettre entre les dents et la gencive.



# Chassez l'intrus dans chaque série

❶ coffre - radiateur - filtre - frein -  
guidon - silencieux - alternateur

❷ garrot - crinière - naseau - pis -  
sabot - jarret - croupe

❸ Belgrade - Budapest - Helsinki -  
Stockholm - Téhéran - Zagreb

❹ dent - lèvres - luette - amygdale -  
thorax - langue - palais

❺ cheval - anneaux - trampoline - sol -  
perche - poutre



## Indices complémentaires

❶ volant - clignoteur - enjoliveur - roue de secours - transmission - silencieux - disque - huile - vitre - rétroviseur - accélérateur

❷ encolure - flanc - ars - canon - paturon

❸ Londres - Berlin - Copenhague - Rome - Bruxelles - Madrid - Athènes - Lisbonne - Kiev

❹ langue - vestibule - gencives - salive - épiglotte

❺ barres parallèles et asymétriques - fosse - tremplin



# Solution

- ❶ **guidon** (n'est pas un composant de voiture).
- ❷ **pis** (ne fait pas partie de l'anatomie d'un cheval).
- ❸ **Téhéran** (n'est pas une capitale européenne).
- ❹ **thorax** (ne se situe pas dans la bouche).
- ❺ **perche** (n'est pas un agrès de gymnastique).

