

# Le petit Canard de Changey



Année 2011 – Décembre – Edition N°7





**Dans ce  
numéro :**

Editorial.....1.2

Histoire et  
Gastronomie 3.4.

Aux dernières  
nouvelles....5.6.7.8

Carnet.  
.....9.10.11.12.13.14

Trucs et  
astuces.....15

Culinaire.....16

Quoi de neuf  
dans nos  
locaux.....17.18.19

Les fêtes  
traditionnelles20.  
21.22

Sorties/temps  
forts.....23.24.  
25

Jeux.....26

Poésie.....27.28

Paroles de  
résidents.....29

Photos  
insolites.....30

Avec la  
participation...31

## Garder le Cap « Huchon »

Malgré l'adversité des évènements de cet été où le Directeur que je suis a subi une épreuve de santé l'obligeant à l'arrêt de ses fonctions, l'Institution Cournot- Changey a su préserver sa grande cohérence de fonctionnement en poursuivant sa mission de qualité de ses services auprès de ceux que nous accueillons.

Plusieurs raisons à cela, en tout premier lieu la réaction appropriée des membres du Conseil d'Administration qui sous la Présidence de Marc CHABOT, ont su trouver la juste mesure à adopter malgré l'urgence et à ne pas recruter un nouveau Directeur sans que le poste soit vacant...En second lieu la désignation de notre ancien Directeur Alain Louis JOUBERT en sa qualité d'Administrateur Délégué, qui a bien voulu accepter d'assurer le continuum de sa fonction, bien qu'en retraite récente et dûment méritée, à qui j'adresse mes plus vifs remerciements pour son indéfectible engagement.

Remerciements que je souhaite bien évidemment partager avec vous, familles et résidents, qui avez compris tout l'enjeu de la situation mais aussi et surtout l'ensemble du personnel qui a fait corps et maintenu son esprit d'équipe tel que je le souhaitais, plus particulièrement les membres du Comité de Pilotage :

- Frédéric MEUNIER, Adjoint de Direction
- Alain BAILLY et Jean-Marie DEMOLY, Médecins coordonateurs
- Marie-Noëlle BRAICHOTTE, Cadre infirmier
- Aude BARBIER, Psychologue
- Delphine NARDELLA, Animatrice/Coordinatrice
- Jean-Claude MONGEY, Responsable entretien
- Frédéric ROUSSEAU, Chef du service restaurant

## Editorial (suite)

Un remerciement également à Patricia HOCHET pour ses qualités de secrétaire et son efficacité dans le cadre de la démarche qualité.

On ne change pas une équipe qui gagne, dit-on, pour autant la présence d'un Directeur coach au quotidien me paraît être incontournable bien que l'actualité récente de la validation annuelle de notre certification AFNOR tende à me démontrer le contraire !

Est-ce à dire que l'heure de la retraite a sonné pour moi ? Seule l'évolution favorable ou non de mon état de santé nous apportera sa réponse. Je reste avant tout en suite de cet AVC (accident vasculaire cérébral) fragile et fatigué donc en convalescence. Pour autant, chaque fois qu'il m'est permis, je ne manque pas de prendre connaissance de la marche de Cournot-Changey qui fait partie intégrante de ma vie.

Bon courage à tous, continuez ainsi dans l'esprit qui vous anime et qui fait perdurer la réputation de notre établissement  
En cordialité à tous.

Votre bien dévoué  
JMH.



Par Jean MOUGENOT  
AMP

**Mesdames et Messieurs les résidents**, pour la septième édition de votre journal « le petit Canard de Changey », je vous propose de revisiter quelques pays que nous vous avons fait découvrir à travers leurs spécialités culinaires. Il est toujours intéressant de connaître un peu l'histoire d'un pays outre sa spécialité culinaire.

## LE JURA



Le département du Jura fait partie de la région Franche-Comté. Il est limitrophe des départements du Doubs, de la Haute-Saône, de la Côte d'Or, de Saône-et-Loire et de l'Ain, ainsi que du canton de Vaud (suisse).

- **Le tourisme** tient une place importante dans l'économie du département qui gère, à travers des régies, les domaines de Chalain et de Vouglans organisés autour des activités aquatiques comme la baignade, la voile ou la pêche sur ces deux grands plans d'eau (lac naturel pour le lac de Chalain et lac de retenue pour le lac de Vouglans). Le département compte trois sites inscrits au patrimoine de l'Unesco : les Salines de Salins-les-Bains et les deux sites palafittiques de Clairvaux et Chalain.
- **Le tourisme vert** se développe aussi, comme les gîtes ruraux dans presque toutes les communes ou les sentiers de randonnée se multiplient ainsi que des activités sportives (VTT, spéléologie, équitation,...).
- **Le tourisme d'hiver** est également important au dessus de 800 mètres avec le ski de fond (Foncine le Haut..) ou le ski de piste dans la station des Rousses.

### Vignoble du Jura :

Le département possède l'un des plus petits vignobles français par la surface avec 1850 hectares. Il est parmi les plus originaux par la personnalité typique et l'excellence de sa production viticole.

### Les vins spécifiques du Jura :

**Le vin jaune** est un vin élaboré à partir du cépage Savagnin. Il est le résultat d'une méthode de vinification particulièrement patiente. Après fermentation, il doit être conservé et laissé tranquille dans un fût de chêne pendant six ans et trois mois.



Cette méthode de vinification lente sans sous tirage ni ouillage a pour conséquence un vieillissement lent de plusieurs années sous un voile de levures (*mycoderma vini*) qui prolifère à la surface du vin. Ces levures protègent le vin de l'oxydation. Une fois le vieillissement terminé, le vin est mis en bouteille de 62 cl : le Clavelin.

**Le vin de paille** est élaboré avec des raisins séchés, concentrés en sucre. Ce



n'est pas comme les vendanges tardives en Alsace, où on laisse le raisin bien mûrir sur les ceps de vigne. Ici, on cueille les grappes au moment des vendanges et on sélectionne les plus saines que l'on fait sécher dans des cagettes ou sur la paille (d'où le nom) pendant plusieurs semaines, avant de les presser. Le rendement est de ce fait très faible (100kg de raisin pour faire une vingtaine de litres de vin de paille). C'est pour cela que le vin est mis dans des bouteilles de 37,5cl.

**Le macvin**, (AOC produit depuis 1991), est un vin de liqueur (ou mistelle) élaboré à partir d'un mélange d'eau de vie de marc et de moût de raisins élevé dans des cuves pendant 12 mois. Il faut un litre de marc pour deux litres de jus de raisin. Il est rouge ou blanc suivant les cépages utilisés puisqu'on peut le faire avec les cinq cépages.



### **Gastronomie :**

Les vins du Jura sont associés à merveille avec l'art culinaire et la gastronomie Franc-Comtoise :

- **Plats typiques** : truite au bleu, truite au vin jaune, poularde aux morilles, croûte aux morilles, coq au vin jaune, poulet à la comtoise, poulet à la cancoillotte, potée comtoise, escalope de veau comtoise, Mont d'Or chaud.....
- **Charcuteries** : saucisse de Morteau, saucisse de Montbéliard, viande séchée Brési, jambon de Luxeuil.....
- **Fromages** : comté, morbier, bleu de Gex, Mont d'Or, cancoillotte, raclette, Edel de Cléron.....
- **fondues** : au comté, au Mont d'Or, à la cancoillotte, au Macvin....



# BIENVENUE A



Par Isabelle BOCQUENET  
Aide soignante



**MURIELLE POULET**, aide-soignante fraîchement diplômée qui est arrivée dans l'établissement depuis le 18 Juillet 2011. Cette jeune femme débute sa carrière professionnelle en tant que coiffeuse. Mais au bout de quelques années de pratique, elle devient allergique aux produits et doit se reconverter. Lorsqu'elle ne s'occupe pas de ses trois enfants, Valentin treize ans, Manon dix ans et Erwan sept ans, elle aime faire de la randonnée en groupe.

**MARIE-CHRISTINE BOUTHÉON**, aide médico-psychologique qui est arrivée sur le secteur de la Verrière depuis Octobre 2011. Originaire d'Auvet, elle partage son temps entre son nouveau métier et sa famille, quatre enfants et une petite fille. Elle aime faire des mots fléchés ainsi que du jardinage, passionnée de crochet elle réalise de superbes ouvrages.



Elle aime parcourir la campagne à vélo.



**JULIE HULIN**, qui envisage de devenir aide-médecine psychologique, c'est pourquoi elle a choisi de se former et acquérir une première expérience sur le secteur de la Verrière. Cette jeune femme de vingt-quatre ans est déjà maman de deux enfants, une petite fille de quatre ans et un petit garçon de huit mois. Pendant son temps libre, elle aime se promener dans les bois.

**MELISSA GUYOT**, agent de service hospitalier qui connaît bien la maison de retraite puisqu'elle est déjà venue travailler à plusieurs reprises pour faire des remplacements. Cette jeune femme est maman d'un petit Enzo et aime pratiquer la danse à ses heures perdues.



# BIENVENUE A



**CHRISTINE MAGEL**, qui était venue travailler cet été en tant qu'agent canicule. Aujourd'hui elle intègre les services en tant qu'agent de service hospitalier. Cette jeune Grayloise est maman de deux enfants, Camille quatorze ans et Alexis dix ans.

Elle aime la lecture et soigne ses animaux de compagnie. Elle est également bénévole dans une association « réseau d'échange de savoir réciproque ».

**CORALIE POIROT**, stagiaire, qui a intégré l'équipe depuis Octobre 2011. Après avoir obtenu un BEP Sanitaire et social, elle désire devenir aide-soignante. Originaire de Rigny, elle aime se divertir en écoutant de la musique.



**STÉPHANIE ROY**, Stagiaire, qui travaille dans les services depuis Octobre 2011. Après avoir obtenu un BEP service à la personne, elle envisage de devenir aide-soignante ou auxiliaire de puériculture. Originaire de Gray, elle collectionne les dauphins.

**NATHAN MAILLARBAUX**, apprenti qui prépare un CAP de Maintenance Bâtiment et Collectivités en alternance : une semaine à l'école et trois semaines au service technique. Ce jeune Graylois de dix-sept ans est passionné par la mécanique et le bricolage.



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

# EVENEMENTS

**JEAN-FRANÇOIS ET JOCELYNE ALTENHOVEN** sont heureux de vous faire part de la naissance de leur petit-fils

## FLORIAN



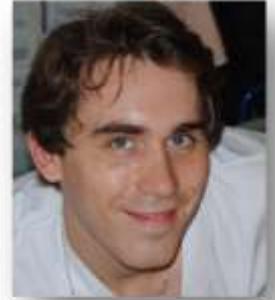
qui est né le 14 Septembre 2011 à 17 heures à Delemond en Suisse.

Il pèse 3,500kg et mesure 53 cm.

Il comble de bonheur Laetitia sa maman, fille cadette de Jean-François et Yann son papa ainsi que ses grands- parents.

# AU REVOIR A

**ADRIEN CHEVALIER, ÉLÈVE ANIMATEUR** qui a mené à bien la mission qui lui était confiée pendant ces deux années. Il a mis en place différents projets d'animation au sein de l'établissement qui ont bien été appréciés par de nos résidents. Il avait un bon contact avec les familles. A présent il est parti mettre en pratique ses connaissances et compétences dans un autre établissement.



**SANDRINA COURANT, ÉLÈVE AIDE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE.** Elle a commencé dans la structure en CAE (contrat aidé) pour entrer ensuite à l'école d'AMP. Elle était discrète mais consciencieuse dans son travail. Son objectif actuel est de continuer son parcours professionnel dans le métier qu'elle a exercé jusqu'à présent.

Merci à eux pour leur investissement personnel au sein de l'équipe d'animation.

# Bonne chance à tous les deux



Par Laurence CLERGET  
Veilleuse de Nuit

## BIENVENUE A :

### SUR LA RÉSIDENCE DU PARC

**Monsieur Roger GILLES** a vu le jour le 13 avril 1921 à PARIS dans une fratrie de 5 enfants. A 17 ans, il entre dans la marine comme électricien et part en TUNISIE plus précisément à ORAN. Roger travaille ensuite sur un marinier. Il exercera également les professions de gendarme, magasinier, cadre dans une usine implantée sur la région parisienne avant de finir sa carrière comme cadre dans la fonction publique. Père de trois fils, il est également comblé par 6 petits-enfants et 10 arrière petits enfants. Toujours très actif et soucieux des autres, Roger a été non seulement membre d'une association d'anciens combattants mais également trésorier d'un club du 3<sup>e</sup> âge. Il a œuvré aussi dans une association de donneurs de sang. Actuellement, il apprécie toujours autant la télévision, la lecture du journal, la belotte et le scrabble. Roger nous a rejoint le 02 août dernier.



C'est dans la cité Grayloise que **Monsieur Gérard PERNIER** est né le 04 septembre 1940 dans une fratrie de 4 enfants dont il était le seul garçon. Il a travaillé sur PARIS comme informaticien dans l'armée avant de revenir à MANTOCHE dans la maison familiale de ses parents à l'heure de la retraite. Marié, ce père de 2 enfants est également l'heureux grand-père de 3 petits-enfants. Gérard apprécie la pêche, la lecture du journal, le jeu de dominos, le football, sans oublier les chansons du registre de la variété française.



**Madame Madeleine GOUTRET** est née le 21 mars 1917 à Montigny sur Vingeanne en Côte d'OR. Maman de 4 enfants, 3 filles et un garçon, elle a eu le bonheur de voir s'agrandir la famille avec la venue petits enfants et arrières petits enfants. Ayant une grande passion pour la cuisine, c'est à juste titre qu'elle orienta sa vie professionnelle tout d'abord en tenant le bar restaurant du stade à Arc les Gray, puis le bar le Gambetta à Gray, offrant aux gourmets et gourmands, une bonne cuisine traditionnelle. Nombreux sont ceux qui ont pu venir aiguïser leurs papilles. Mado, comme elle aime que nous l'appelions, précise - t'elle, est arrivée le 24 Novembre 2011 sur la résidence du Parc.

### **SUR LA RÉSIDENCE DU BELVÉDÈRE**

**Monsieur Jean WILL** a vu le jour le 27 mars 1925 dans la petite commune de MERREY en HAUTE-MARNE. Nous avons accueilli Jean le 27 juin dernier et malheureusement il nous a quitté le 15 Novembre.



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



**Monsieur Robert MAIRET** né le 27 décembre 1924 à ARC-LES-GRAY. Robert était parmi nous depuis le 23 Juin dernier et nous a malheureusement quitté le 2 Décembre.

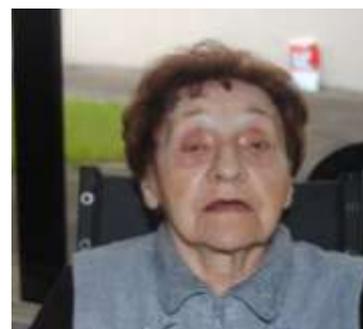
## **SUR LA RÉSIDENCE DE LA VERRIÈRE**



**Madame Nicole BARBE** est née le 15 octobre 1940 à MARNAY dans une famille composée de 4 sœurs et 3 frères. Maman de 3 enfants, elle a vu son cercle familial s'agrandir avec l'arrivée de 6 petits-enfants. Nicole conduisait les bus. De nature douce et souriante, elle apprécie le jardinage et la cuisine. Avant d'intégrer ce secteur le 06 septembre 2011, Nicole résidait à SORNAY à côté de PIN. Elle apprécie la musique et la télévision. Son ami, très présent à ses côtés lui rend visite régulièrement. Un moment très attendu par Nicole.

C'est dans la commune de BONNEVENT-VELLOREILLE qu'est née le 30 septembre 1923

**Madame Henriette DUMORA** dans une famille d'agriculteurs. Musicienne dans l'âme, elle jouait de l'harmonium. Henriette s'est mariée à l'âge de 19 ans. Son époux était pilote pendant la guerre avant de devenir garde forestier. Elle a d'abord travaillé à PRISUNIC puis est devenue gérante d'une petite surface de vente avant de



tenir une maroquinerie. Maman de 2 enfants, Henriette a également 3 petits-enfants dont elle s'est beaucoup occupée et 6 arrières petits enfants. Elle a habité à VALAY puis ARC-LES-GRAY et enfin dans notre belle cité Grayloise avant de nous rejoindre le 1<sup>er</sup> septembre 2011. Henriette apprécie la broderie, le tricot, la musique et principalement l'accordéon.

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

## UNE PENSÉE POUR : SUR LA RÉSIDENCE DU PARC



C'est le 11 octobre 1923 qu'était né **Monsieur Roger GUILLAUME** à GRAY. Il s'était engagé dès le début de la guerre jusqu'à la libération. De retour à la vie civile, Roger avait travaillé dans différentes administrations et était le père de 4 enfants. Son cercle familial s'était agrandi avec l'arrivée de 9 petits-enfants et 8 arrières. Pour cet opérateur de cinéma bénévole, le clap de fin a retenti le 2 novembre dernier.



C'est dans notre belle cité Grayloise que **Madame Albane BERGERET** avait vu le jour le 21 juin 1931. Maman de trois enfants, elle était comblée par 3 petites-filles et une arrière petite fille. Albane avait longtemps participé aux activités paroissiales aux côtés de son mari Michel toujours parmi nous. Elle était parmi nous depuis le 21 décembre 2010. C'est le 16 août dernier que cette mélomane et grande lectrice a définitivement fermé le roman de sa vie.

**Madame Lucienne MUSSOT** était née le 9 mars 1915 à RIGNY. Elle travaillait aux côtés de son époux dans la boulangerie du village. Très ouverte et toujours souriante, Lucienne prenait plaisir à discuter avec les autres résidents. Entrée sur ce secteur le 2 novembre 2010, elle qui appréciait énormément le tricot a définitivement rangé ses aiguilles le 12 juin 2011.



C'est le 31 décembre 1932 dans la petite commune de BEAUZEE située dans le département de la Meuse qu'était née **Madame Lucette PASSARD**. Lucette avait habité Gray-la-Ville avant de nous rejoindre le 22 septembre 1997. Elle aimait particulièrement les fleurs et la télévision. Durant son séjour, Lucette avait noué avec « Nestor », le chat de la maison de retraite, une relation particulière. En effet, ce dernier savait qu'il pouvait venir dans sa chambre lorsqu'il le souhaitait, afin de s'y restaurer ou de se reposer à ses côtés. Elle nous a malheureusement quitté le 30 novembre dernier

## **SUR LA RÉSIDENCE DU BELVÉDÈRE**

**Madame Jacqueline LAMARCHE** était née le 28 février 1931 à GRAY. Elle avait rejoint les résidents le 27 août 2009. Toujours souriante, Jacqueline avait lutté, avec beaucoup de courage, contre une terrible maladie. Malheureusement, cette lectrice assidue a définitivement fermé le roman de sa vie le 16 juin dernier.

**Monsieur Jean WILL** était né le 27 mars 1925 dans la commune de MERREY en HAUTE-MARNE. Père de 3 enfants, cet amateur de musique appréciait les vacances en famille sur les campings et l'ambiance festive autour des matchs de football. Il aimait se retrouver avec quelques résidents de la maison pour disputer une partie de Belote. Jean nous a quitté le 15 Novembre dernier.



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



**Monsieur Marc DELAPLACE** avait vu le jour le 11 août 1928 à SAINT VALLIER en SAONE ET LOIRE. Fils unique, son père était gardien de la paix à CHALON-SUR-SAONE. Marc est sorti de l'école professionnelle avec le métier de dessinateur industriel. Après avoir travaillé dans la société SCHNEIDER au CREUSOT, il avait rejoint, en 1958, son beau-frère alors Directeur des Etablissements FOUINETEAU à GRAY et ce jusqu'à sa retraite en 1987. Père de 3 enfants, Marc était également comblé par ses 4 petits-enfants. Parmi nous depuis le 30 juin dernier, Marc s'est éteint, entouré par les siens, le 4 novembre 2011.

**Madame Marcelle MONGIN** avait vu le jour le 26 août 1914 dans le petit village de FLEUREY-LES-LAVONCOURT. Cette agricultrice, maman de 3 enfants, toujours souriante et dotée d'un fort sens de l'humour nous enchantait depuis le 12 juin 2006. Marcelle est retournée vers les verts pâturages qu'elle chérissait tant, qui sont désormais sa dernière demeure depuis le 07 août 2011.



**Monsieur Maurice AUBEUF** avait vu le jour le 18 janvier 1926 à VILLEURBANNE dans le département du RHONE. Après un apprentissage en charcuterie, il était parti faire son service militaire. A son retour, Maurice avait exercé la profession de chauffeur routier. Père de 5 enfants, il aimait jouer au tiercé. C'est le 19 janvier 2011 que Maurice nous avait rejoint avec sa chatte Téquilla. Il nous a quitté le 18 juin dernier.

**Madame Gisèle CLERC-LAMOTTE** était née le 15 décembre 1927 à MARNAY. Elle était agricultrice dans le petit village de CULT. Maman de 6 enfants et femme de la terre, elle avait toujours apprécié les activités de jardinage et vouait une passion aux animaux principalement les oiseaux. Parmi nous depuis le 28 septembre 2010, ses beaux yeux bleus si expressifs se sont fermés à tout jamais le 11 juin dernier.



**Monsieur Robert MAIRET** était né le 27 décembre 1924 à ARC-LES-GRAY. Il était l'aîné d'une fratrie de 3 enfants. Robert résidait dans sa commune de naissance et travaillait à la SNCF où il assurait la réparation des machines. Ce père de 4 enfants a vu son cercle familial s'agrandir avec l'arrivée de 3 petits-enfants et 3 arrières petits-enfants. Homme réservé, il appréciait le bricolage et ne perdait pas l'occasion de manifester à l'équipe son sens de l'humour. Robert nous a quitté le 02 Décembre.

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



## NOËL D'ANTAN

Par Jocelyne LESTAGE  
ASH

Tu te rappelles le sapin  
Qu'on allait chercher dans le matin  
Les blancs de neige hauts comme ça  
Où on se roulait avec entrain

Les boules de verre aux mille couleurs  
Que maman sortait pour l'occasion  
Fallait les prendre avec douceur  
Avec les étoiles et les glaçons,

Tu te rappelle la crèche en papier  
Les trois rois mages et les santons  
Les petits moutons aux pattes cassées  
Le Jésus d'cire aux cheveux si blonds,

Noël d'autrefois à saveur d'enfance  
Un goût de sapin, de neige blanche  
Beaucoup d'amour, tant de chaleur  
Tu te souviens, tant d'espérance,

Où s'en est allée notre candeur ?



## LES EFFETS D'UN SOURIRE

C'est toujours un cadeau  
Il coûte un peu d'effort  
Mais donne du réconfort  
C'est une preuve d'affection  
Un peu de compréhension

Un sourire n'a pas d'âge  
Si un petit bébé  
Est capable de le donner  
Vous qui êtes âgés  
Essayer ! Vous verrez !

Un sourire c'est joli  
Au lieu d'être déprimé  
De rester enfermé  
Sortez donc vos fossettes  
Voyez l'effet que vous faites

C'est un rayon de soleil  
Comme un brin de lumière  
Qui descend sur la terre  
Il apporte dans le cœur  
Un instant de bonheur

Un sourire fait du bien  
Tiens ! Votre sourire revient  
Et il vous fait du bien  
La vie est plus facile  
Lorsqu'on se sent utile



Par Christine DOS SANTOS  
Cuisine

## BICHE AUX MARRONS

### Il vous faut :

- Pavés de biche
- 400 gr de marrons
- 100 gr de sauce madère
- 10cl d'eau
- 1 cuil à café de poivre rose, sel
- Moutarde, 1 échalote



### PREPARATION

- 1- Plongez les pavés 30 min dans l'eau tiède.
- 2- Placez les marrons bien serrés au fond d'une casserole avec 10 cl d'eau, la sauce madère, le poivre rose, salez.
- 3- Couvrez, faite cuire 20 min et mettre en attente.
- 4- Badigeonnez les pavés de moutarde et de poivre rose écrasé.
- 5- Poêlez les pavés dans un peu de beurre, 2 mn de chaque côté à feu vif, puis 5 min à feu doux et mettre en attente.
- 6- Dans la poêle, faites réduire de moitié 10 cl de Madère, l'échalote et 1 cuil. à soupe de poivre rose.
- 7- Ajoutez 100 gr de sauce Madère, nappez les pavés avec les marrons

Vous pouvez accompagner votre viande avec des légumes (carottes, navets, pommes de terre, céleri) ou encore avec une purée de patates douces.

**Bon appétit**



Par Christine DAGDOUG  
AS

## **ERGOTHÉRAPEUTE :**



Nous saluons le retour de Claudine AUSSANT, ergothérapeute. Elle est présente dans notre établissement les mardis matin.

Nous apprécions tout particulièrement ses capacités à résoudre les problèmes de confort et de sécurité auprès de nos résidents ayant de lourds handicaps.

## **RÉORGANISATION DE LA LINGERIE:**

A compter du 1<sup>er</sup> Janvier 2012, une nouvelle réorganisation de la lingerie verra le jour à savoir que l'établissement fournira désormais le linge de toilette, moyennant une participation des résidents. Ceci dans un souci de simplification, à la fois pour notre lingère, Sylvie BERGERET et pour toutes les familles des résidents.

Cette participation financière a été fixée à 34€ la première année (payables avec la facture de Janvier), les années suivantes, et pour renouveler le stock, elle sera de 20€ pour l'année.

Par ailleurs, il a été prévu en 2012, l'investissement d'une machine à marquer le linge et c'est notre lingère qui se chargera de cette tâche. Ce service sera facturé 50€ à l'entrée du résident. Pour les autres, le linge nouveau sera marqué gratuitement.

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

### **UN ATELIER CÉRAMIQUE:**

Un atelier céramique, animé par Dany ALLIOT, bénévole et Delphine NARDELLA, animatrice, a fait le succès de Cournot-Changey jusque dans les journaux ! Elles ont bien raison d'être fières, nos résidentes qui ont créé du début à la fin, pièce par pièce, cette magnifique fresque aujourd'hui accrochée sur l'un des murs du salon et que tous nos visiteurs admirent.



Bravo, Mesdames ! Quel talent ! A vos nouveaux projets que nous sommes impatients de découvrir.

### **BON À SAVOIR:**

Notre salle multimédia vient d'être dotée de la climatisation. Une heureuse initiative pour permettre à nos résidents qui le souhaitent de se rafraîchir pendant les mois d'été tout en participant à l'animation ou encore en regardant la télévision

### **LA GOUVERNANTE:**



Margareth BOUTON est nommée gouvernante au sein de notre établissement en lieu et place de Martine BELL, partie en retraite bien méritée. Elle a la charge de veiller au respect des règles d'hygiène, à la bonne organisation du ménage...Pour que l'établissement reste un lieu d'accueil pour personnes âgées où il fait bon vivre. Souhaitons-lui réussite et succès dans ses nouvelles fonctions.



## COMMENT BIEN FAIRE LE TRI SÉLECTIF:

Depuis plusieurs mois maintenant, vous avez pu constater que le service entretien a mis a votre disposition, sur chaque unité de vie, des poubelles spécialement réservées pour le tri sélectif.

### Que pouvez vous déposer dans ces poubelles ?:

- Journaux et revues (sans les films plastic les enveloppants).
- Canettes métalliques.
- Uniquement les plastics avec bouchons (bouteilles).
- Tous les emballages cartons.
- Boîtes de conserves.

### Que ne pouvez vous pas déposer dans ces poubelles ?:

- Les mouchoirs en papier.
- Gobelets et verres plastic.
- Essuie mains.
- Plastics enveloppant les revues.
- Petits pots de crème ou pots de yaourts.
- Epluchures de fruits ainsi que tout autre reste alimentaire.





Par Isabelle PINTO  
AMP

# NOËL

Noël est une fête chrétienne célébrant chaque année la naissance de Jésus. A l'origine, cette fête était païenne et existait sous différentes formes pour marquer le solstice d'hiver. Noël est actuellement fixé au 25 décembre par la plupart des églises. Elle est devenue une fête commerciale et un moment de l'année célébré y compris par les non-croyants. Cette fête est caractérisée par un regroupement familial autour d'un repas et d'un échange de cadeaux; qui dans plusieurs pays occidentaux associe les cadeaux au Père Noël.

## ORIGINES DU MOT NOËL :

Il existe différentes hypothèses sur l'origine du mot Noël. Ce mot n'apparaît nulle part dans les évangiles et n'apparaît dans notre langue qu'en 1175. Ce mot vient de l'expression latine "dies natalis" (jour de naissance) employé le jour où les chrétiens célèbrent la naissance du Christ. Au fil des années, "natalis" s'est transformé et a évolué phonétiquement en Noël. L'évolution continue, et en 1175, on écrit pour la première fois Noël. Une autre hypothèse laisse entendre que "Noël" viendrait de l'assemblage de deux mots gaulois utilisés pour désigner la renaissance du soleil au solstice d'hiver :



"Noio" = nouveau et "hel" = soleil.

## LES SYMBOLES DE NOËL :

### Le Père Noël :

C'est un personnage légendaire et mythique lié à la fête de Noël. Le terme Père Noël apparaît en France au début du XXe siècle. Sa fonction principale est de distribuer des cadeaux aux enfants dans les maisons pendant la nuit de Noël. Il entre par la cheminée et dépose les cadeaux dans les chaussures disposées autour du sapin de Noël ou devant la cheminée. Contrairement à d'autres personnages de fiction, le Père Noël est présenté aux enfants comme un être réel. Le Père Noël aurait pour origine Saint Nicolas (barbe blanche et manteau rouge).



### **Saint Nicolas :**

C'est un personnage qui a réellement vécu. Nicolas de Myre était le successeur de son oncle l'évêque de Myre. De son vivant, Nicolas de Myre fut le protecteur des enfants, des veuves et des gens faibles. Il fut bienveillant et généreux. Selon la légende, Saint Nicolas aurait ressuscité trois enfants tués par un boucher. Les miracles attribués à Saint Nicolas sont si nombreux qu'il est devenu le saint patron de nombreuses corporations telles que : les enfants, les navigateurs, les prisonniers, les avocats et les célibataires. Saint Nicolas est fêté tous les 6 décembre surtout dans l'Est de la France ainsi que dans de nombreux pays d'Europe. Depuis le XIIe siècle, on raconte que Saint Nicolas va de maisons en maisons pour demander aux enfants s'ils ont été obéissants. Les enfants sages reçoivent des cadeaux, des friandises et les méchants reçoivent une "trique" donnée par le compagnon de Saint Nicolas, le Père Fouettard.



### **La bûche de Noël :**



Ce beau gâteau qui a la forme d'une bûche et que l'on déguste pendant les fêtes a pour origine une vraie bûche. A Noël, la coutume voulait que l'on brûle une grosse bûche; en la regardant se consumer, on pouvait ainsi faire des prédictions, selon le nombre d'étincelles qu'elle produisait. On gardait la cendre à cause des vertus protectrices qu'on lui prêtait : (elle préservait la maison de la maladie, la foudre et faisait fructifier les récoltes). Avec le temps, les maisons se sont modernisées et par la force des choses, les bûches sont devenues symboliques en prenant la forme que l'on connaît aujourd'hui.

### **La couronne de Noël :**



Cette tradition vient d'Allemagne; à l'origine, la couronne était formée de branchages et portait quatre bougies, une pour chaque semaine de l'avent.

Composée de branches de sapin, de laurier, de houx, de pommes de pain, cette tradition est encore vivante de nos jours. Pour certains, sa forme ronde évoque la couronne d'épines que portait Jésus sur la croix.

Pour d'autres, elle est symbole du temps qui ne s'arrête jamais. Accrochée à la porte : c'est un signe d'hospitalité. Aujourd'hui, les couronnes de Noël sont populaires. On les voit souvent comme décorations.

### **Le sapin de Noël :**

Entre 2000 et 1200 avant Jésus Christ, les celtes avaient adopté un calendrier basé sur les cycles lunaires, ainsi, le 24 décembre était considéré comme la renaissance du soleil. Chaque mois lunaire était associé à un arbre décoré avec des fruits, des fleurs et du blé.



Pour ce rite païen, l'épicéa fut celui du 24 décembre.

En 354, l'Eglise institue la célébration de la naissance du Christ pour rivaliser avec cette fête païenne. Initialement, la célébration de Noël se résumait à la messe de la nativité. Au XIe siècle, l'arbre de Noël garni de pommes rouges, symbolisait l'arbre du paradis.

Au XIVe siècle, on le mentionne comme "arbre de Noël".

L'étoile au sommet de l'arbre symbolise l'étoile de Bethléem. Apparaissent ensuite les sapins illuminés.

Cette tradition se généralise et perdure au grand bonheur des petits et des grands.

Sorties... Temps forts... Sorties... Temps forts... Sorties...



Par Delphine NARDELLA  
Animatrice/ Coordinatrice

## FÊTE DE LA MUSIQUE BARBECUE



**Mardi 21 Juin**, fut une journée riche en animation. En effet nous avons fêté l'arrivée de l'été en musique avec un tour de chant et de guitare proposés par Marielle JEAN-MOUGIN.

Le service restauration, avec toujours autant d'ingéniosité, nous avait concocté un délicieux cochon apprécié de tous.

La troupe fidèle et amateur, des « Cournot Dancer's » était au rendez-vous. A travers différentes chorégraphies, les membres du personnel ont littéralement chauffé la salle avec cette reprise comme par exemple de « la salsa du démon ».



Une journée placée sous le signe de la bonne humeur et la convivialité !!!! Les familles, toujours fidèles au rendez-vous, ont répondu présentes pour la prochaine date du 17 Décembre qui sera la traditionnelle fête de Noël.

## SEMAINE BLEUE ET SEMAINE DU GOÛT

Comme tous les ans diverses animations sont proposées dans le cadre de la semaine bleue qui s'est déroulée du **17 au 23 Octobre**. En partenariat avec le Lycée Sainte Marie, les élèves sont venus dans la structure partager un moment convivial avec les résidents autour d'activités variées. Tout



d'abord il y a eu la visite de la chèvrerie à Cresancey avec dégustation des produits. Le lendemain les élèves avaient organisé un après midi sucré/salé avec découverte ou redécouverte de nouvelles saveurs. Puis une

rencontre

collective qui s'est déroulée à la

salle des congrès avec la participation des résidents des différents EHPAD qui ont interprété différents chants répétés avec les élèves du Lycée durant plusieurs Lundis. La troupe de danses « des Crinolines » était présente pour offrir aux résidents des danses d'époque. L'accordéoniste Graylois Jean-Pierre MULLER a poussé la musique en mettant l'ambiance dans la salle. Une semaine riche en activité et appréciée des résidents



Sorties... Temps forts... Sorties... Temps forts... Sorties... Temps forts...

## LES SORTIES DE CET ÉTÉ ET RENCONTRES



Bords de Saône



Dégustation de glaces à Beaujeu



Goûter à la plage d'Autet



Plage de Gray



Thé dansant à Pesmes



Restaurant « Chez Berthe »



Journée du Patrimoine



Feux d'artifices



Parc pour tous à Gray



Tournoi de pétanque

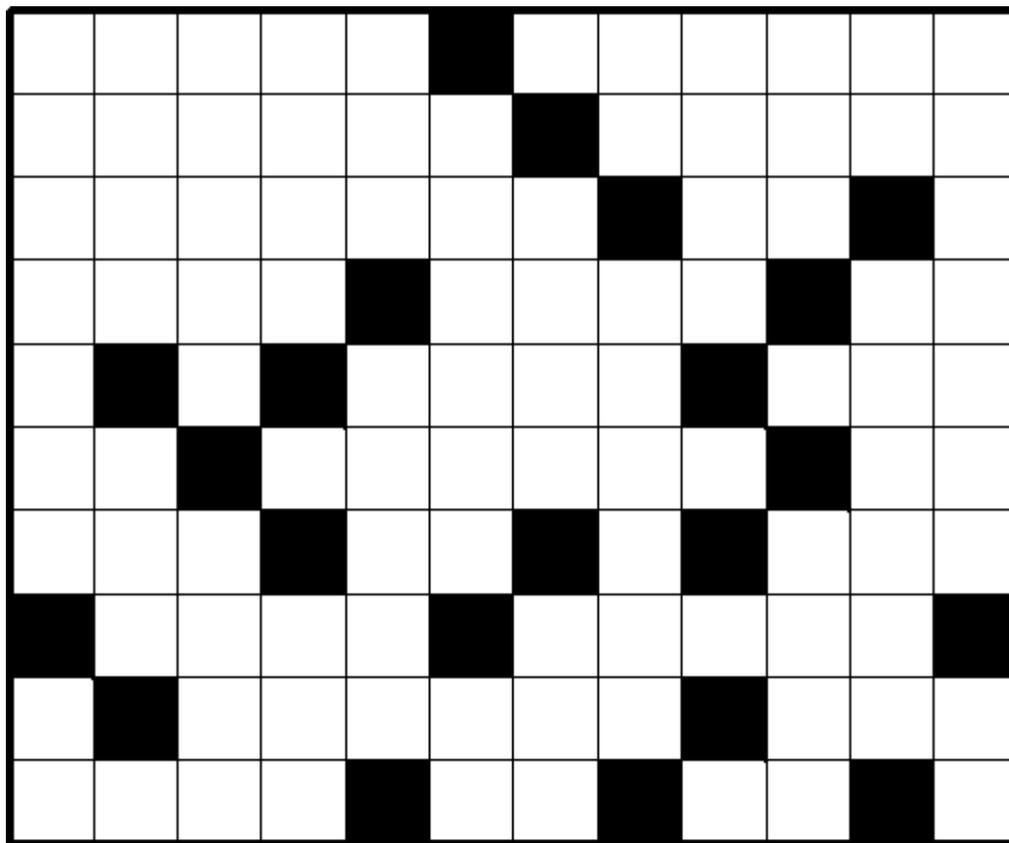


Rencontre inter établissements



Par Julie HULIN  
CAE

**MOT A CASER :**



IRANIEN - RICANER - SOIGNER -  
IDEALE - INTIME - MARNER - MECENE - OUVERT - PORTER - TETARD -  
ALVIN - LACET - OVALE - SPORT - REUNI -  
CRUE - GELE - IRIS - LAID - LESE - MINI - NAIN - PURE - RENE - REVE - TAIE -  
AME - MER - NEF - ROI - SEN - SOC - TRI - TUE - UNE -  
CE - CD - EN - ES - FI - IL - IN - LI - MA - NE - OR - VE -

**CHARADES :**

1. Mon premier est le contraire de haut  
Mon deuxième est une lettre entre M et O  
Mon troisième est un animal qui ressemble au cheval  
Mon tout est un fruit qui ressemble à la Lune
2. Mon 1er est un déterminant possessif  
mon 2 ème est le son de la 16 ème lettre de l'alphabet  
mon 3 ème est un chiffre  
mon 4 ème l'est aussi  
mon 5 ème est une fête religieuse  
Mon tout est un arbre très particulier

S'adresser à Julie pour les réponses



Par Patricia HOCHET  
Secrétaire

## A NOS ANCIENS, SANS QUI NOUS NE SERIONS RIEN !!!

Venez nous rendre visite à Cournot-Changey  
Cet EHPAD, où l'on s'y plaît

Frédéric et François nous mijotent des petits plats  
N'ayez aucun tracas.....  
Leur cuisine vaut celle d'un restaurant  
Si vous ne l'êtes pas, elle vous rendra gourmand !!

Quand vous arrivez dans notre Hall  
pour la fête de Noël on se croirait au music-hall !!

Pour vos effets personnels, notre lingère sait y faire  
Avec son tambour, son chariot et son fer.....elle sait y faire !!

Les agents travaillant à la verrière  
n'ont pas de limite.....pas de barrière.  
Ils ont choisi d'être référent de nos anciens  
Tel qu'ils aimeraient que l'on soit pour les siens

Un autre endroit prénommé le Belvédère  
Là où d'autres de nos aînés ont l'air de s'y plaire.  
Endroit clair, avec son espace verdure,  
On aime retrouver son petit chez soi à vive allure !!

Il ne faut pas oublier les personnes du Parc  
qui sans qu'on les remarque,  
partagent leur journée avec nos petits oiseaux gazouillants  
Redonnant goût à certains de nos résidents !

Notre animatrice  
Guérit nos cicatrices.  
Avec ses repas à thème  
Comme on les aime !

Avec leur chariot, nos infirmières,  
ne sont pas fières,  
Mais avec leur sourire  
arrivent à vous faire rire,  
oubliant la douleur un instant  
et pensant au bon vieux temps

Ne pas oublier nos agents pour la sécurité et l'entretien  
qui veillent au grain  
pour que nous ne manquions de rien,  
afin que le bien-être soit protégé  
En particulier celui de nos Aînés,

A ne pas oublier que tous les agents  
même si ils n'ont pas le temps,  
font leur travail avec courage  
même si par moment ils ragent  
de ne pas avoir les moyens...  
de s'occuper de nos anciens !

On ne sait pas comment c'est ailleurs  
mais certains n'aimeraient être nulle-part ailleurs.

Prenons soins de nos Aînés,  
Comme on nous l'a demandé  
avec joie et motivation  
notre travail est fait avec passion  
C'est grâce à leur savoir  
que nous personnel, gardons espoir !

Ne jamais oublier que sans le courage de nos Aînés  
nous ne serions pas nés.





Par Aude BARBIER  
Psychologue

**Le XX siècle... Un siècle de changements et de bouleversements** à bien des niveaux. Pour ce 7<sup>ème</sup> numéro du Petit Canard de Changey, certains résidents partagent quelques souvenirs marquants concernant les grandes avancées, les grands changements ou progrès qui ont vu jour durant ce dernier siècle.

« Ce qui a été formidable c'est que la femme ait été réhabilitée, ait le droit de vote, l'égalité au travail par rapport aux hommes et dans son droit de parole. C'est une grande avancée la liberté de la femme, la liberté sur de son corps, de sa pensée, de ses gestes et de sa conscience. Il y a aussi eu beaucoup d'avancées de la science pour lutter contre les maladies. » **Madame M**



« Ce qui a beaucoup changé la vie se sont la machine à laver et tous les appareils électriques de la cuisine. L'arrivée de la télévision a permis de bien occuper le temps. Une chose encore a été marquante, c'est la possibilité de voyager en avion. Quand j'étais jeune, je n'imaginai pas pouvoir voyager en avion comme on l'a fait avec mon mari. » **Madame J**

« La radio, la télévision et la voiture... ça a été un grand progrès. On n'avait peu de choses et puis un jour on a acheté notre 1<sup>ère</sup> voiture. Nous étions très heureux et très fiers. Je me rappelle encore de la surprise de mes beaux parents quand nous sommes arrivés chez eux avec notre « Mathis ». Les enfants se souviennent encore de cette voiture et l'ont beaucoup regretté. » **Madame Q**

« Le changement de monnaie du nouveau franc à l'euro, ça a été marquant car la conversion était compliquée, en plus c'était difficile de faire la comparaison des prix. » **Madame C**



« L'évolution de l'informatique, avec l'Internet et tous les derniers perfectionnements qui donnent des possibilités à l'infini, c'est vraiment extraordinaire. Toute l'évolution de l'électronique qui a aussi intégré le domaine de l'automobile. » **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



Belle prise !!!



Au bout du rouleau !!!



Mamies cascadeuses !!!



Au bout du rouleau !!!



Maladroit !!!



Ah !! Ah !! Ah !!

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



## TOUTE L'ÉQUIPE VOUS DONNE



RENDEZ-VOUS

AU PRINTEMPS

