CORRECTION DU JEU du 17ème numéro

Combien de nombres peut on faire en assemblant au moins deux des mots suivants : « quatre », « dix », « vingt » et « cent » ? ***On peut former 12 nombres : 24, 80, 90, 104, 110, 120, 124, 180, 190, 400, 410, 420***

Le père et le fils ont 66 ans à eux deux. L'âge du père est le même du fils, mais à l'envers. Quel âge ont-ils ? ***Il y a trois possibilités : 51 et 15, 42 et 24 ou 60 et 6***

Devinette

J'ai trois enfants, tous des garçons. L'âge de l'un d'entre eux correspond au premier chiffre de mon âge. L'âge d'un autre correspond au deuxième chiffre de mon âge. L'âge du troisième est la somme des deux chiffres de mon âge. Ils sont tous d'âges différents et le total de nos quatre âges est 45. Quel est mon âge ?

Porte secrète :

Il existe une porte secrète derrière l'une des pierres de ce mur.
La porte secrète est entourée de numéros tous plus grands que 59.
Quel est le numéro de la porte secrète ?

41	71	24	73	81
58	29	63	45	72
73	45	71	60	97
42	38	68	35	63
88	91	81	72	75

Réponses dans le prochain numéro

TRUCS ET ASTUCES

Lessive optimisée : Il suffit d'ajouter un peu d'après-shampoing bon marché dans le bac à lessive pour assouplir et parfumer votre linge.

Antimite naturel: Histoire de tenir les mites à distance de vos placards, mettez une poignée de clous de girofle dans des petits pochons confectionnés avec des vieux collants découpés et noués, et glissez-les parmi vos vêtements.

Vinaigre de cidre veinotonique: Le vinaigre de cidre fait des miracles sur les varices, il suffit de l'appliquer sur les veines affectées, puis de bien masser pour favoriser la circulation sanguine. A faire quotidiennement.

Mme Lesch

TROUSSEAU

Lorsqu'un de nos résidents est hospitalisé, nos agents sont pris de court pour préparer les affaires nécessaires au séjour à l'hôpital. C'est pourquoi nous demandons à chaque famille de préparer pour son parent, un « trousseau d'hospitalisation » dans un sac de transport. Ce trousseau contiendra : le nécessaire de toilette (serviettes de toilette, dentifrice, brosse à dents, gel douche, shampooing, etc.), une chemise de nuit/pyjama, une robe de chambre, des sous-vêtements.

ARRIVEES ET DEPARTS

Nous souhaitons la bienvenue à M. DUBOIS Jean

Nous souhaitons une bonne route à M. LE ROY André

Janvier février Mars 2021

N° 20

Les Petits Potins de Penhoët

TOUR DU MONDE CULINAIRE

Voici le thème pour cette année 2021.

Février : Nouvel An chinois
Mars : St Patrick irlandais
Avril : Thaïlande
Mai : Portugal
Juin : Antilles
Juillet : Grèce
Août : Amérique du Nord — barbecue
Septembre : Inde
Novembre : Pérou
Décembre : Suisse — raclette

RESPECT

« Bonjour », « S'il vous plait », « Merci », des mots que certains résidents et résidentes ne savent plus prononcer. Le Covid nous impose des gestes barrière, essayons, nous, de mieux vivre les uns avec les autres.
En remontant des repas, devant l'ascenseur, respectons-nous, pensez à regarder si quelqu'un arrive, puisque l'on peut monter à trois.
Ne prenons pas les agents pour nos domestiques !

Médiation faune sauvage

Informations issues de la fiche médiation de la LPO France

AGIR pour la BIODIVERSITÉ

Le pain et les oiseaux

AGIR pour la BIODIVERSITÉ PAS-DE-CALAIS

Le pain et les oiseaux ?

Aux mangeoires

Beaucoup de passereaux des jardins deviennent granivores en hiver. Leur régime alimentaire se compose essentiellement de graines, de bourgeons, de baies, de fruits... La meilleure nourriture à distribuer est la graine de tournesol noire (mieux adaptée que la graine de tournesol striée), les cacahuètes fraîches (ou arachides avec la coque) non grillées et non salées, et le maïs concassé.

Bassins et plans d'eau urbains

Les canards de surface, les cygnes tuberculés, mais aussi les foulques macroules, les gallinules poule d'eau et les mouettes rieuses ne sont pas programmés pour digérer le pain. Ils ont un régime alimentaire principalement composé de résidus végétaux (feuilles, tiges, racines, graines…) auxquels ils ajoutent parfois des petits mollusques d'eau douce (limnées), des vers et des insectes aquatiques.

Le pain ne convient donc pas aux oiseaux sauvages :

- Il contient trop de sel.
- Les oiseaux ne peuvent pas digérer le pain : il provoque des gonflements dans l'estomac.
- Le gluten provoque des maladies de foie.
- Il engendre des problèmes osseux, provoquant une malformation des ailes appelée « ailes d'ange » qui les empêche de voler.
- Les oiseaux perdent l'habitude de se nourrir seuls dans la nature.
- Certains individus (cygnes, canards…) changent de comportements et peuvent devenir agressifs à proximité du lieu de nourrissage.

RETOUR SUR CES TROIS DERNIERS MOIS

JANVIER

CHANDELEUR

Merci Christian pour les crêpes que nous dégustons tous les 1er mardi du mois.

FEVRIER / MARS

VACCINATION

Pour l'ensemble des résidents.

FEVRIER

NEIGE

Nous avons célébré le Nouvel-An chinois sous une pluie de confettis blancs.

MARDI GRAS

Une vague de folie a déferlé à Penhoët le jour du Mardi Gras.

MARS

PING-PONG

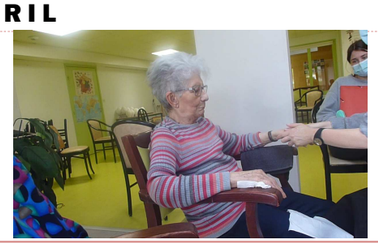
Les résidents s'entrainent sous les conseils avisés de Nathalie (Aide-Soignante).

REPAS IRLANDAIS

Merci Sébastien pour ce plat, « Irish Stew ». Merci aux résidents qui réalisent la décoration de la salle.

UN AVANT GOÛT D'AVRIL

PREPARATIFS DE PÂQUES



ESTHETICIENNE

PROGRAMME DES ANIMATIONS

AVRIL

01 : Test ESTHETICIENNE Avec Anne Davalo
06 : SORTIE A LA POINTE DU BILL
07 : Atelier massage avec Auriane/stagiaire
08 : Test SOPHROLOGIE avec Janick Hervé
09 : Reprise du CAFE LECTURE avec Anna
+ Reprise du marché de Séné
11 : LOTO avec Christian
12 : ART-THERAPIE Avec Florence Clément
13 : CONFERENCE TRI SELECTIF
+ Test EQUITHERAPIE avec Marine
15 : Test DANSE THERAPIE Avec Lisa Rifflard
16 : CAFE LECTURE avec Maryse et Renée
19 : ATELIER MEMOIRE Avec Carole Shabaillie
20 : SPECTACLE/LECTURE « L'île Sans Nom »
+ AUTO MASSAGE avec Janick Hervé
22 : REPAS THAILANDAIS
+ CONFERENCE PHOTOS THAILANDE Avec L'Altitude Photos
23 : Reprise des ATELIERS D'ECRITURE avec Antoine
25 : LOTO avec Christian
26 : ART-THERAPIE avec Florence Clément
27 : SORTIE PLAGE Moustérian
+ ANNIVERSAIRES avec Bernard
29 : Test PREVENTION DES CHUTES Avec Siel Bleu

MAI

Du 01 au 09 : Vacances animatrice
03 : ATELIER MEMOIRE Avec Carole Shabaillie
09 : LOTO avec Christian
10 : COMMISSION ANIMATION = choix des intervenants
11 : SORTIE au Jardin de Balgan
17 : ATELIER MEMOIRE Avec Carole Shabaillie
21 : REPAS PORTUGUAIS
23 : LOTO avec Christian
25 : ANNIVERSAIRES avec Bernard

JUIN

03 : CVS (Conseil de la Vie Sociale)
08 : COMMISSION RESTAURATION
24 : REPAS ANTILLAIS
29 : ANNIVERSAIRES avec Bernard

PRINTEMPS DES POETES « Le Désir »

DESIR D'EVASION

En cette période de morosité,
Un peu de rêve et de douceur
Chasse l'anxiété.

Par une belle nuit d'été
Nous nous sommes tant aimés
A l'abri des arbres, dans les près
Ou dans les bois, bien cachés.

Sous les étoiles du ciel
Mon dieu que tu étais belle !
Tes yeux lançaient des étincelles
Tels les guirlandes un soir de Noël.

Nous nous sommes dit bonsoir
Espérant nous revoir
De nombreux soirs
Tapis dans le noir

Yvette Bataille

FAMILLES NOMBREUSES

Désir d'une famille nombreuse
Ensemble parents et enfants
Ambiance devant un écran
Autour de la table discussions heureuses

Joie de se retrouver
Plaisir d'être assis et réunis
Entre les générations unies
En toute amitié

Andrée Caudal

ACROSTICHE

Donne-nous le don de la Joie. Ô Puissante Lumière
Et réchauffe nos cœurs souvent froids
Soleil qui rayonne, envoie tes rayons
Illumine tous nos frères et toute la terre
Réjouis vraiment tout l'univers et nous chanterons, heureux

Thérèse Renault