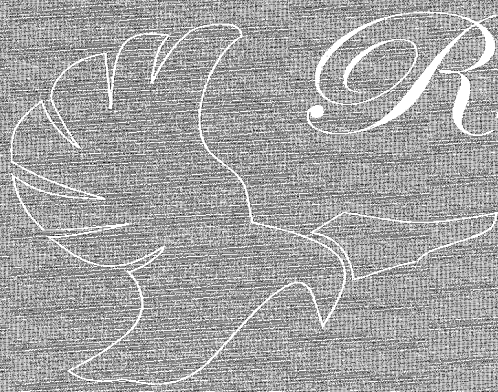




Résidence

Le Couloumé

Tel:05 61 90 47 09 Fax:05 61 90 39 79 Mail: evelyne.milhorat@wanadoo.fr

La vie au couloumé

Sommaire

Édito

Élucubration: le bien-écrire

Les pipistrelles

**Péripéties d'une institutrice
d'après guerre**

**Leçon d'Espagnol de Mme
Carillo**

Fête d'antan

Petit-déjeuners du monde

Jeux

Le mot de Nathalie

Planning animation

n°3 octobre 2016

ÉDITO

L'hirondelle est partie, la vigne est vendangée, les jours ont raccourci et l'automne est arrivé. En ce mois d'octobre, ne soyons pas nostalgique des vacances et de l'été. Prenons plaisir à lire «la vie au Couloumé»n°3. Je vous rappelle que ce journal est le votre et qu'il permet de créer un lien entre tous. Souhaitons donc qu'il perdure et qu'il vous apporte de bons et agréables moments de lecture.

Sandrine

ELUCUBRATION

Le «bien-écrire»

pouvez-vous, aujourd'hui, «décrypter» sans effort l'ordonnance que vous a remise le médecin?

De mon temps, en classe primaire, on nous apprenait à dessiner les lettres. Je

me souviens de pages **r, z k**

Le malheur est la disparition de la plume (porte-plume, stylo-plume) et son remplacement par la bille (que dirait Mr Bic) . Finis les pleins et les déliés.

De même, l'apparition de marqueurs en feutre ne facilite pas une écriture soignée.

Pourquoi continuer à dicter un cours (ce qui est une perte de temps) qui oblige l'étudiant à écrire de plus en plus vite, donc de plus en plus mal, lors que, par exemple, on passe du secondaire à l'universitaire, alors qu'il existe un système merveilleux: la photocopie, d'usage plus aisé que l'ancienne «Ronéo» et ses stencils (et ,pourtant, c'était déjà un progrès).

Écrire (?) vite c'est aussi remplacer les mots par des sigles (HLM-SNCF...) ou par des dessins (= point de vue (géographique ou intellectuel) # pour «à peu près», ♥ pour aimer...

nous pouvons prendre exemple sur les chinois qui écrivent avec des pinceaux et réalisent de véritables tableaux.

De toute façon, aujourd'hui , (adieu à Mme de Sévigné), on ne s'écrit plus, on se téléphone.

N.b: ce texte a été écrit à la machine, car mon écriture n'est plus assurée.



U ;
avec mes trois enfants pour cueillir des myrtilles au col d' Artigascou afin de faire des confitures. Quand tout à coup, levant les yeux, je vis des taches sombres sur mes yeux. Je me demandais ce qu'il m'arrivait. Puis une tache sembla tomber par terre. Je m'approchais et m'aperçus qu'il s'agissait d'un petit oiseau ou plutôt d'une chauve souris. c'était des pipistrelles en pleine migration. Épuisées, elles faisaient une halte à la cime de cette montagne afin de récupérer de l'énergie afin de poursuivre leur long parcours.

Mme Vignes



Jacques Poisson

Les péripéties d'une institutrice d'après guerre

En 1946, j'avais 20ans et mon bac en poche. Je voulais enseigner. J'avais fais une demande pour le département du nord mais ma famille trouvait que c'était trop loin. Jusqu'au jour où je reçus un télégramme, un poste de suppléante à Rouperroux , dans l'Orne. Me voilà partie en train avec Gigi Peyrefitte, aujourd'hui Mme Pujol Soulet, qui avait quitté Montesquieu un an avant moi pour enseigner à joué les bois . Arrivée à bon port, personne n'est là pour m'accueillir, je me rendis donc à la mairie. Le maire me conduisis au café- restaurant du village qui faisait hôtel «à l'occasion». Bien sur, la pension était à ma charge , parfois même les fournitures scolaires. Ma carrière d'institutrice suppléante commençait, de classe en classe, de village en village, un mois par ci, deux mois par là. La deuxième année, Je passais mon certificat d'aptitude professionnel qui consista pour moi, de faire la classe à 45 élèves de 5 à 14 ans, en classe unique (on parle aujourd'hui de classe surchargée...) devant l'inspecteur primaire. Puis en 1950, jeune mariée, j'obtiens un poste et mon premier logement de fonction. Dans la cuisine, tapissée de boîte de camembert par mon prédécesseur ariégeois ,trônait un évier en granit...sans eau. Lorsque l'inspecteur d'académie (personne d'importance à l'époque) l'apprit, il demanda au maire de nous procurer l'eau courante, ce qu'il fit, mais l'eau coulait marron! De 1961 à 1972, quel changement ! je me retrouve dans une ville proche de Caen dans le Calvados. J'enseigne dans une grande école toute neuve avec un logement de fonction digne de ce nom. La vie suit son cours et nous devenons propriétaire dans un petit village, dans la banlieue de Caen. Pas de commerce, un épicier ambulant et une agence postale. J'y est terminée ma carrière en 1983.

Mme Auvray

Leçon d'espagnol de Mme Carillo

bonjour monsieur : *Buenos dias señor*
comment allez vous?: *como esta usted?*

Merci : *gracias*

Pouvez vous me recommander un bon restaurant, pas cher?:

Puede recomandar un buen restaurante barato?

Pourriez vous m'indiquer où est Valence?:

Me podria usted donde esta Valencia?
je cherche un hotel.:

Necesito encontrar un hotel.

Combien ça coute?:

Cuenta cuesta?

je me promene dans les rues de la ville: *me promene en las calles de la ciudad.*

Je veux aller à la mer: quiero ir al mar.

J'aime la montagne: *me gusta la montaña.*

je cherche un médecin: *busco a un medico.*

au-revoir : hasta luego

Indications de service
Inspection académique de l'Orne
12 rue de la Liberté des Cordons
Mant.

Il est soumis à aucune responsabilité à raison du service de la correspondance privée par la voie télégraphique. (Loi du 29 nov. 1880, art. 6.)

ORIGINE	NUMERO	DATE	HEURE	MENTIONS DE SERVICE
Alençon	18 14	1932		Inspection académique de l'Orne Mme Carillo nommée suppléante à Rouperroux Reprendre d'urgence



Fête d'antan.

Il est tard...je suis couchée.c'est une calme nuit d'été. Soudain de la musique. Mais c'est vrai...c'est la fête à Montesquieu!

Et cette musique saccadée m'amène à me souvenir de la fête de mon village. Souvenir lointain mais encore vivace. Toute l'année, ce petit village de 200 habitants pensait à cette seule distraction. On en parlait longtemps avant. Les femmes réfléchissaient à la toilette qu'elles étrenneraient ce jour là. Tout le monde attendait avec impatience l'agitation que cet événement créerait dans le village. On rêvait un peu et les trois jours tant attendu arrivaient enfin. Les forains, avec leurs tirs,manèges,nougat etc... s'installaient à grands bruits. Et comme, c'était les mêmes qui revenaient chaque année, il y avait une ambiance amicale. On parlait déjà de ce que seraient l'éclairage et la musique.

Le samedi soir, tour de ville avec la clique et les enfants qui portaient le falot. Une vague odeur d'eau de Cologne flottait dans l'air et chacun cherchait celui ou celle qui serait son ou sa cavalière.

Le lendemain dimanche, après l'apéritif concert, le repas particulièrement soigné, réunissait parents et amis. On attendait le bal du soir avec impatience. Il y avait toujours un orchestre de choix. Les tangos succédaient aux valse et paso-dobles. Les couples se rapprochaient mais les mamans ou les mémés surveillaient leurs filles qui ne devaient pas trop s'éloigner du bal.

Le lundi, l'après midi était réservé aux enfants et le soir, le bal reprenait avec , en plus, le quadrille obligatoire. Beaucoup de joie et d'entrain. Sous un éclairage artistiquement préparé, qui avait été admiré pendant toutes les soirées. Lundi soir minuit: les lampions s'éteignent. Les portières claquent. C'est le départ. Adieu la fête, la musique, l'éclairage, restent les souvenirs...heureusement, il y a une fête chaque année. Alors ,à l'année prochaine!

Nostalgie

Depuis 27ans, en octobre, il existe la semaine du goût.Même si le petit déjeuner continental tend à devenir la norme du fait de la mondialisation, j'ai choisi de vous présenter un petit aperçu des petit-déjeuners traditionnels du monde.

France : tartines de beurre ou de confiture sur de la baguette fraîche, accompagnées d'une chocolatine, croissant ou pain au raisin, café ou chocolat chaud.

Espagne : les churros trempés dans du chocolat chaud bien épais.

Japon : du poisson, de la soupe et de la salade, avec du riz .

Allemagne : des brötchen et des bretzels (petits pains)avec du fromage et de la charcuterie, ainsi que du muesli, du café ou du thé.

Italie : un cornetto (croissant fourré à la crème, à la confiture ou au chocolat;) accompagner avec un cappuccino ou un caffè (ils l'aiment très court, ristretto).

Russie : du thé plutôt fort et du poisson fumé avec des blinis et du yaourt.

Finlande : du lait ou du jus de fruit ,du porridge, des tranches de pain avec du fromage, de la confiture... et des crudités !

Thaïlande: du Jok, un plat à base de riz bouilli, auquel peuvent être rajoutées des herbes et de la sauce soja.

Angleterre: toasts avec du beurre et de la marmelade, mais aussi œufs, bacon grillé, saucisses grillées, haricots blancs à la tomate, champignons frits et pommes de terre sautées.

Danemark : des flocons d'avoine et du lait sucré, du pain noir et du beurre, du fromage, de la confiture, du jambon roulé sur du pain de seigle et garni d'oignons crus et de gelée. S'y ajoute aussi une sorte de pâté de foie et des crudités .

États-Unis: des œufs, des French toasts, du bacon, jambon ou saucisses, des galettes de pommes de terre hachées et sautées et des bagels, des pancakes et des muffins, pour la petite touche sucrée.

Vietnam :du pho, nouilles de riz avec du bœuf émincé ou du poulet, des germes de soja, du coriandre et des oignons.

Australie : s'apparente un peu aux petits-déjeuners occidentaux des pays anglophones. Mais sa petite particularité, c'est la Vegemite (pâte à tartiner à base de levure de bière) sur des toasts.

Pologne : charcuterie, des tranches fines de fromage, un œuf , des tranches de légumes (tomates, radis, concombres) et du pain blanc ou noir avec du miel ou des confitures et soupe au lait avec des céréales.

Chypre : un feuilleté de fêta , un feuilleté d'épinards ou un feuilleté fait avec de la purée d'olives, avec un café, un chocolat ou du lait.

Mexique : œufs brouillés avec des oignons, du piment vert et des tomates accompagné d'une infusion de fleurs d'hibiscus et/ou de chocolat chaud aux épices.

Grèce : un yaourt avec du miel ,du koulouris (pain en forme d'anneau)et un breuvage appelé briki, à base de poudre de café, de sucre et d'eau bouillante. Sandrine

E	C	O	R	U	E	N	G	I	L	R	U	S
R	A	R	N	S	E	R	T	U	E	F	T	E
R	H	C	I	S	E	A	U	X	S	Y	S	C
E	I	S	A	D	N	E	G	A	L	R	E	I
U	E	U	S	E	S	L	C	O	R	U	H	R
Q	R	R	E	S	A	L	T	E	E	E	C	T
E	S	I	R	S	P	O	E	M	I	C	U	A
S	N	S	U	U	M	C	L	M	P	A	O	L
I	O	E	T	O	O	E	G	O	A	F	T	U
O	Y	R	N	R	C	U	E	G	P	F	R	C
D	A	V	I	T	E	N	R	A	C	E	A	L
R	R	I	E	R	U	E	S	S	A	L	C	A
A	C	L	P	F	E	L	B	A	T	R	A	C

CALCULATRICE	CAHIERS	COMPAS
CARTOUCHES	CISEAUX	LIVRES
SURLIGNEUR	CRAYONS	PAPIER
PEINTURES	EQUERRE	STYLO
CARTABLE	FEUTRES	COLLE
CLASSEUR	TROUSSE	GOMME
EFFACEUR	AGENDA	REGLE
ARDOISE	CARNET	SAC



Énigme

Avant que l'on découvre l'Everest, quel était le plus haut sommet du monde?

problème

Un escargot veut grimper au sommet d'un mur de 10 mètres de haut.

Il se trouve qu'il se déplace d'une façon très particulière : pendant la journée il monte 3 mètres et durant la nuit il redescend de 2 mètres.

En partant de l'évidence qu'il débute son ascension un matin, combien de jours lui faudra-t-il pour accéder au sommet de ce mur ?

Solution au prochain numéro.

Proverbes du mois

«En octobre, qui n'a pas de manteau doit en trouver un bientôt.»

«brouillards d'octobre et pluvieux novembre, font bon décembre»

«quand on ne peut pas gagner un match, l'important: c'est de ne pas le perdre»

Solutions des jeux

mots mêlés : dindonneau

certificat d'étude:

une erreur s'était glissé dans le problème, ce n'était pas 34 325F mais 3 925F.

Économie réalisée par le lecteur: 770F.

Le numéro lui revient à: 12,53 F.

Le gros bébé sur la photo est Sandrine votre animatrice.

Le Mot de Nathalie



Voilà l'été qui se termine

L'automne pointe le bout de son nez et avec elle la saison froide et ses virus...

Il y en a un contre lequel vous pouvez agir.... C'est le virus de la Grippe !



Le virus de la grippe sévit habituellement d'octobre à mars.

Parce qu'il évolue chaque année, **il est indispensable** de s'en protéger et **de se faire vacciner chaque année**.

La persistance des anticorps **est limitée dans le temps**. Des études ont montré que la persistance des anticorps peut aller **de 6 mois à 8-9 mois** pour les personnes âgées de 65 ans et plus.

Au-delà de la fièvre, de la fatigue intense et des courbatures bien connues, **la grippe saisonnière peut entraîner des complications graves** pour les personnes à risque :

- infection pulmonaire bactérienne grave (ou pneumonie),
- aggravation d'une maladie chronique déjà existante (diabète, insuffisance respiratoire, cardiaque ou rénale, mucoviscidose...).

C'est pourquoi **le Haut Conseil de la santé publique (HCSP) recommande la vaccination** pour :

- les personnes de 65 ans et plus,
- les personnes atteintes de certaines maladies chroniques,
- les femmes enceintes,
- les personnes souffrant d'obésité.

Pour ces personnes, **le vaccin est gratuit**.

GRIPPE : LE VACCIN NOUVEAU EST ARRIVÉ !



Vous allez recevoir votre bon de vaccination par votre caisse de sécurité sociale, pensez à nous le donner.

La campagne de vaccination débutera fin octobre, il faut 15 jours pour être protégé !!!

	Planning	animation	octobre	
3 lundi	4 mardi	5 mercredi	6 jeudi	7 vendredi
Atelier manuel 14h30 mots croisés 16h	Épluchage 10h30 projection film 14h30 remue méninges 16h	Journal 11h atelier manuel 14h30 remue méninges 16h	massage10h30 Chant 15 h gym douce 16 h	loto 15h salle à manger
10 lundi	11 mardi	12 mercredi	13 jeudi	14 vendredi
Atelier manuel 14 h30 mots croisés 16 h	Épluchage légumes 10 h30 projection film 14 h15 remue méninges 16 h	Journal 11h atelier manuel 14 h30 remue méninges 16 h	Massage 10h30 Chant 15 h gym douce 16 h	REUNION INFORMATION PAP 15h
17 lundi	18 mardi	19 mercredi	20 jeudi	21 vendredi
Atelier manuel 14 h30 mots croisés 16 h	Formation prévention chute	Journal 11h Promenade 14 h remue méninges 16 h	massage10h30 Chant 15 h gym douce 16 h	Atelier manuel 14 h30 quiz 16 h
24 lundi	25 mardi	26 mercredi	27 jeudi	28 vendredi
Atelier manuel 14h30 mots croisés 16 h	Épluchage légumes 10 h30 projection de film 14 h15 messe 16 h	journal 11h Promenade 14 h remue méninges 16 h	Massage10h30 Chant 15h goûter anniversaire 16	Atelier manuel 14 h30 quiz 16 h
31 lundi				
Information sur l'arthrose 15h30 mots croisés 16 h				

