

# Un peu de Divertissement...

## REBUS



## SUDOKU

		2		5		9		
			3		8			
4			9	1				8
	4		5		3		8	
1		6		2		5		3
	2		7		1		6	
6				9			3	2
			8		5			
		1		7	6	8		

## SOLUTIONS

JEUX DU 3<sup>IE</sup>ME TRIMESTRE...

### REBUS

La baleine est un mammifère.

### DEVINETTE

et

### SUDOKU

5	4	3	9	2	1	8	7	6
2	1	9	6	8	7	5	4	3
8	7	6	3	5	4	2	1	9
9	8	7	4	6	5	3	2	1
3	2	1	7	9	8	6	5	4
6	5	4	1	3	2	9	8	7
7	6	5	2	4	3	1	9	8
4	3	2	8	1	9	7	6	5
1	9	8	5	7	6	4	3	2

## DEVINETTE

Je commence par « e » et je finis par « e ». Je contient une lettre. Qui suis-je ?



### REDACTEURS :

Ont contribué à cette édition :

Françoise Auger  
Marie-Thérèse Benoit  
Marie-Thérèse Cadot  
Nataly Delétoille  
Danièle Delporte  
Huguette Judenne  
Paulette Sénécal  
Josiane Thibaud  
Laurette Wiart

Relecture  
Laurence Artaud

**Vous êtes tous les bienvenus  
pour l'édition du trimestre à venir !**

Cette édition n°4 clôture cette année 2024 et déjà un nouveau trimestre s'annonce, preuve du temps qui passe.

Votre avis reste important. Aussi, si vous avez envie de parler d'un sujet en particulier, n'hésitez pas à en faire part aux membres de la rédaction.

Mais pour l'heure, nous vous souhaitons de prendre soin de vous et des personnes qui vous environnent. Ce début d'année peut être aussi pour vous l'occasion d'essayer une nouvelle activité parmi celles proposées chaque jour au sein de la résidence (c'est gratuit, voir le tableau d'affichage). Portez-vous bien.

# LES ECHOS DE LA VALLÉE

RESIDENCE J.J.MORIAUX



## ----- EDITO

L'année 2024 s'en est allée pour laisser place à 2025.

Chacun de vous a célébré cette période à sa façon.

L'heure est venue de vous souhaiter une excellente année, de prendre soin de vous chaque jour qui passe, d'écouter vos besoins, vos envies, vos limites.

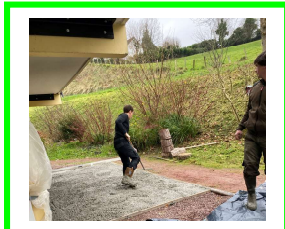
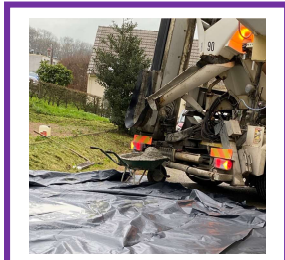
Je vous encourage à cultiver votre jardin intérieur, en semant de la bonne humeur en vous et autour de vous, en désherbant tout ce qui est toxique pour vous, dans vos habitudes, votre alimentation, vos relations, et en restant dynamique car, comme vous le savez, rester en mouvement est un gage de bonne santé.

Inutile de vous rappeler que sans une précieuse santé, nous perdons la vitalité, l'autonomie, l'indépendance, et le courage.

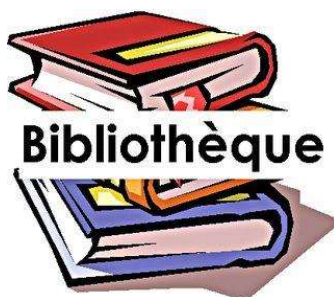
Les activités proposées à la résidence durant l'année vous aideront à rester le plus en forme possible, physiquement, et émotionnellement.

Bonne lecture de cette édition !  
N.D.

## UNE TERRASSE DESORMAIS ACCESSIBLE A TOUS :



REVÊTEMENT  
FACILE D'ACCES



Vous l'avez sûrement déjà croisée... Marie-Béatrice est une bénévole qui vient à la résidence une fois par mois. Elle peut aussi bien vous parler d'un livre, de son histoire, que de vous lire quelques passages. Son objectif est de partager un moment avec vous et de vous donner ou redonner le goût de lire... Elle sera ravie de vous croiser....

# A l'honneur ce trimestre...

Josiane THIBAUD



## ----- PORTRAIT

Qui ne connaît pas Josiane au sein de la résidence ?

Originaire de Vendée, Josiane est arrivée vivre ici il y a 2 ans et demie pour se rapprocher de sa famille, et elle a pris ses marques au fil du temps pour se fondre complètement dans le paysage de la résidence.

On décrit Josiane comme une personne dynamique, tendance, qui fait je cite « bien moins que son âge », elle est bienveillante et aime les gens. Elle agit beaucoup avec le cœur, avec le plaisir de venir en aide aux personnes qui en ont besoin.

Josiane participe à toutes les activités proposées au sein de la résidence,

qu'elles soient physiques, artistiques, ou encore culturelles.

Et enfin, on peut dire merci à Josiane si la résidence est fleurie car elle attache beaucoup d'importance à la santé des compositions florales, en arrosant et en enlevant les fleurs fanées.

En dehors de la résidence, Josiane a un lieu de ressourcement, la plage de Pourville où elle se rend régulièrement en se baladant, pour se tremper les pieds.

JOSIANE AU QUOTIDIEN C'EST...

LA PRÉPOSÉE AUX FLEURS



Les pots de fleurs sont entretenus régulièrement, notamment l'espace de la terrasse extérieure.



JOSIANE SE SOUCIE DU BIEN-ÊTRE DE CERTAINS RÉSIDENTS.



SON LIEU DE RESSOURCEMENT :  
LA PLAGE DE POURVILLE

# Repas de Noël



# Repas de Noël

C'était le 20 décembre ! Une belle journée, une jolie table, des résidents sur leur 31, toutes les conditions étaient réunies pour que la fête soit réussie. Et ne parlons pas du copieux et délicieux menu qui a comblé tous les cœurs ! Pas de doute, le Père-Noël a encore fait fort cette année !



# Temps forts du trimestre...

14 NOVEMBRE 2024



UNE PARTIE  
DES PARTICIPANTS



L'ASEPT (Association Santé Education et Prévention sur les Territoires) a organisé un après-midi théâtre sur la commune de Longueville-sur-Scie pour le public senior des environs. Une vingtaine de résidents a répondu présent pour y participer.

C'était une belle parenthèse dans la vie de tous les jours et également l'occasion de bien rire, tout comme d'évoquer avec dérision les bobos et habitudes qu'on peut prendre avec l'âge.

Cette pièce mettait en avant le bien-veillir, l'alimentation saine, l'activité physique et la vie sociale.



# Temps forts du trimestre...

NOVEMBRE 2024



Le vendredi 22 novembre a eu lieu le traditionnel et incontournable repas issu de la pêche locale : les harengs !

Ce jour-là, les odeurs du barbecue embaumaient toute la résidence. Ce fut une réussite et un régal.

Remercions le petit groupe de personnes qui a préparé la salle et le repas, ainsi que les courageux cuisiniers du jour pour le barbecue !

Le rendez-vous est d'ores et déjà pris pour l'an prochain à la même période !



# Temps forts du trimestre...



En règle générale, le loto est un jeu apprécié car il laisse toujours le suspens du gain...

Pour ce loto de Noël gratuit qui s'est déroulé le 18 décembre dernier dans la salle d'activités, nombre de résidents sont venus se distraire durant l'après-midi.

La hotte du Père-Noël était bien garnie, et pour cause, il y a eu quelques dons, et une personne qui a souhaité rester anonyme a remis à Nataly une belle petite somme d'argent afin qu'il n'y ait pas de perdant.

**Pas de doute, la magie de Noël a opéré...**



Nataly a pris un réel plaisir à organiser ce loto pour la plus grande joie des résidents.



Une partie de la hotte du Père-Noël...

