

Lou Capellou

JOURNAL DES LOGEMENTS-FOYER DE SAINT-AFFRIQUE

À la Une

À l'initiative de Pauline, Accompagnant Educatif et Social de notre établissement, des réunions d'étage sont régulièrement organisées. Elles vous permettent de vous exprimer sur des sujets variés concernant la vie de notre petite communauté. Pauline vous a expliqué qu'une boîte aux lettres était placée devant son bureau, au fond de la salle d'animations, elle sert à recevoir vos idées, demandes, critiques, compliments, signalements de situations... et en quoi vous estimez que nous pouvons vous aider. Sous cette boîte aux lettres, un pupitre présente le document vous permettant de formuler vos demandes, servez-vous au besoin, et, accroché au mur, un tableau vous permet de punaiser un mot demandant à Pauline l'organisation d'un rendez-vous si vous avez un problème particulier à lui soumettre.

L'équipe du Capellou

Clin d'œil humoristique

Trouvé sur le net par l'équipe du Capellou

"Tout d'abord, je me remets de mes vacances..."



Cap l'Oc

proposé par Micheline et Agnès

Lo secret enta viver urós e de deishar de quóta los maishanters, las decepcions, las critiquas, las gents. Dens daubuas situations l'indiferencias qu'ei tas temps la causa melhora.

Traduction : Le secret pour vivre mieux est de laisser de côté les méchancetés, les déceptions, les critiques, les gens. Dans certaines situations, l'indifférence est toujours la meilleure chose.

Dans ce numéro :

- Les anniversaires (p. 2)
- Poésie (p. 2)
- Horoscope (p. 2)
- Clin d'œil du passé (p. 3)
- Prénom à l'honneur (p. 3)
- Suzanne a lu (p. 4)
- Brèves & animations (p. 4-6)
- Le clin d'œil écolo (p. 5)
- Clin d'œil d'ici et là (p. 7)
- Les écrivains du Capellou (p. 8)



Dictons & proverbes

trouvé sur internet

« Juillet doit rôtir ce que septembre mûrira. »

« Juillet ensoleillé remplit caves et greniers. »

La paix

La Paix n'a pas de « Prix »
Pour obtenir un pardon
On donnerait des millions !
Ce serait bien plus joli.

Il vaut mieux se taire ;
Et donner toujours raison.
Éviter conflits et colères
Sans changer d'opinion.

Avoir la tranquillité
Sans être contracté.
De toujours avoir tort
Comme si c'était un sort ?

« OUI »
La Paix n'a pas de « Prix ».

Émilie GARRIBOTTO

Comment faire comprendre ?
À qui ne veut rien entendre
Que l'on vit toujours stressé !
Est-ce pour nous blesser ?



Des mots pour cacher des maux
J'aime les mots, ceux qui me remontent le moral,
Ceux que j'aime, Confiance, Amitié, Vie, Amour,
Sensibilité, Partage, Compassion.
Je crois en tout ça !

Manu CABANE



Les anniversaires

EN JUILLET

le 4, Marthe Jammes

le 9, Henry Cransac
et Monique Carrierre-
Montjosieu

le 14, Yvette vidal

le 16, Christian Lamant

le 17, Lucette Combes

le 20, Jean-Claude Vigroux

le 28, Odette Tournier

EN AOÛT

le 6, Yvonne Abram

le 12, Claude Fauconnier

le 28, Michèle Ribaute

le 29, Paulette Verhnet

le 30, Francis Bernard
et Marie Ricard

Horoscope LION (22 juillet au 22 août)

Vu sur le site internet du magazine « Elle »

Les hommes de ce signe sont chevaleresques, mais ne sont pas de fins psychologues, ils ont du mal à comprendre les relations humaines. Ils ont une autorité naturelle, sont idéalistes, courageux et honnêtes. Ils peuvent être assez timide sous leur carapace.

Les femmes de ce signe sont fascinantes. Elles aiment être sous les projecteurs. Elles sont généreuses et ont un grand sens moral. Elles ont un grand esprit d'indépendance et ont leur propre logique..



Clin d'œil du passé...

J'aime le repos, dit Dieu

Proposé par *Claudine GUIZARD-GARCIA*

J'aime le repos, dit Dieu.

Vous vous faites mourir à travailler.

Vous faites du surtemps pour prendre des vacances,

Vous vous agitez, vous ruinez vos santés.

Vous vous surmenez à travailler trente-cinq heures par semaine

Quand vos pères tenaient mieux le coup à soixante heures.

Vous vous dépensez tant pour un surplus d'argent et de confort.

Vous vous tuez pour des babioles.

Dites-moi donc ce qui vous prend !

Moi, j'aime le repos, dit Dieu.

Je n'aime pas le paresseux.

Je le trouve simplement égoïste car il vit aux dépens des autres.

Moi, j'aime le repos

Quand il vient après un grand effort

Et une tension forte de tout l'être.

J'aime les soirs tranquilles après les journées dures.

J'aime les dimanches épanouis après les six jours fébriles.

J'aime les vacances après les saisons d'ouvrage.

J'aime la retraite quand la carrière est terminée.

J'aime le sommeil de l'enfant épuisé par ses courses folles.

J'aime le repos, dit Dieu.

C'est ça qui refait les hommes.

Le travail, c'est leur devoir, leur défi.

Leur effort pour donner de pain et vaincre les obstacles.

Je bénis le travail.

Mais à vous voir si nerveux, si tendus,

Je ne comprends pas toujours quelle mouche vous a piqués.

Vous oubliez de rire, d'aimer, de chanter.

Vous ne vous entendez plus à force de crier.

Arrêtez donc un peu. Prenez le temps de perdre votre temps.

Prenez le temps de prier. Changez de rythme, changez de cœur.

J'aime le repos, dit Dieu.

Et au seuil du bel été, je vous le dis à l'oreille

Quand vous vous détendez dans la paix du monde,

Je suis là près de vous

Et je me repose avec vous.



André Beauchamp (théologien québécois)

Le prénom à l'honneur

BRIGITTE, le 23 juillet

Le Calendrier les fête le 23 juillet. Sainte Brigitte a vécu en Suède en XIVE siècle, elle eut 8 enfants dont Sainte Catherine. Elle a fondé l'ordre du Saint Sauveur. Elle meurt à Rome au retour d'un pèlerinage en Terre Sainte.

Ce prénom vient du celte, qui signifie « force ».

Les Brigitte sont des femmes indépendantes, volontaires et courageuses. Elles aiment beaucoup recevoir et s'entourer d'amis.

Beaucoup de Brigitte célèbres ! En voici deux, Brigitte Bardot et Brigitte Fossey, c'était au festival de Cannes en 55.



D'après les informations données par le site « le journal des femmes » rubrique prénoms - L'équipe du Capellou.

ATELIER CRÉATIF



TEMKA

par Bernadette
GANDHILLON

Je fais un article sur Temka, parce que c'est un jeune très gentil et très bien au travail. Il aidait le personnel en cuisine, toujours souriant. Un après-midi, il avait parlé de son pays, la Mongolie, et avait appris aux résidents à écrire leur prénom en mongol.

Il faisait la gym avec nous et nous servait à boire.

Sur la photo il est en tenue de son pays, il va voyager et faire plein de choses avant d'y retourner.

Il jouait au scrabble et à d'autres jeux avec nous, il jouait très bien.

On va garder un très bon souvenir de lui.

Suzanne a lu



LES CHEMINS D'ÉTOILES
*de Christian Signol, emprunté à la
bibliothèque de la résidence*

Voici l'histoire tragique d'un très grand amour : celui qui unit, le temps d'une année, deux enfants, Daniel, dix ans et Lisa, neuf ans. Lui, Daniel, est juif et, en ce mois de juin 1942, sa mère vient de

le confier à une famille de paysans de la Dordogne pour le soustraire de la fureur nazie. Elle, Lisa, est la fille de ces fermiers qui accueillent Daniel mais elle n'est pas « comme tout le monde » : sensible à tout, elle ne sait s'exprimer. Pourtant, Daniel entend l'enfant muette, partage avec elle ses rêves qui les projettent très loin, par ces chemins d'étoiles que le vieux Baptiste montre au petit garçon, et au bout desquels, sans aucun doute, il retrouvera ses parents. Deux enfants, un grand rêve, un espoir insensé. Et, autour d'eux, tout un petit monde, des femmes et des hommes de bonté ou de violence, un pays heureux, longtemps à l'abri de la guerre, une nature généreuse, les jours, les nuits et les saisons... Deux enfants que rien ne saurait séparer. La justesse des sentiments, la vérité des êtres, la beauté du dénouement font de ce récit tout simple un roman véritablement bouleversant.

Une lecture émouvante ; les larmes ne sont pas loin. J'ai beaucoup aimé.

Par Suzanne VASSALLO



Brèves & Animations en images

📷 DANSES COUNTRY



📷 GYM DOUCE



📷 QUINE DES RÉSIDENTS, LE 28 JUILLET



Le clin d'oeil écolo

La mauve

*proposé par
Micheline BARRIÈRE*



Nous trouvons cette plante partout tout l'été dans nos prairies et pelouses.

Elle est reconnue pour régulariser les troubles digestifs, et riche en mucilages, elle soulage aussi les toux, laryngites et bronchites.

On peut aussi la prendre pour soulager les inflammations de la vessie, les ulcères... Elle est très riche en vitamine, protéines et minéraux.

Toute la plante est comestible. Elle est considérée comme un véritable légume, cultivé depuis les temps préhistoriques. Crue ou en salade, cuite en soupe, en farce ou en ragoût. Régaliez-vous !



Repas du 23 août par les résidents

La canicule étant toujours là, le repas à la Guinguette a été annulé. Alors, nous avons décidé de faire un petit repas dans la salle d'animations. Vingt-cinq personnes étaient présentes, quelle tablée magnifique ! Au menu, il y avait pâté, saucisse, pizzas, pignons de poulet, salade, melon, fromage, glace et fouace. Avec du vin. Nous nous sommes régalés.

Madame Lorenzi est venue manger avec nous, nous avons discuté, chanté quelques petites chansons, bonne ambiance et fous rires. Nous nous sommes dit que nous allions recommencer, car on passe de très bons moments !



Clin d'oeil d'ici et là

Damouzy

proposé par Marcelle HUTIN



L'année avant ma communion, j'avais été bien malade et mes parents m'ont envoyée en convalescence chez la sœur de la femme de ménage de la boulangerie.

J'étais bien contente, elle avait deux enfants de mon âge et travaillait dans une ferme à Damouzy, qui est un tout petit village près de Charleville-Mézières dans les Ardennes.

Ce village comptait à l'époque 250 habitants, c'est une petite commune rurale traversée par deux ruisseaux, je me souviens qu'il y avait une fête chaque année, on y faisait des tartes aux fruits pour tout le monde et le soir il y avait un bal.

La famille dans laquelle j'étais en convalescence était très gentille, c'était les Dumoulin et j'appelais même le Monsieur « Papa Dumoulin ». À l'époque



les gens vivaient beaucoup de l'agriculture et je me souviens qu'on prenait la charrette de l'ancien temps pour aller voir comment se faisait la traite des vaches, ce sont de bons souvenirs, et je suis revenue en pleine forme chez mes parents !

Sur le sol de cette commune, il a été découvert une partie de voie romaine très bien conservée.

Maintenant, cette commune fait partie de la communauté de communes autour de Charleville-Mézières, là où est né le poète Arthur Rimbaud, qui méritera un futur article dans notre petit journal !



Dégustation de fromages

écrit par les résidents



Mardi 18 juillet, pour cause de canicule la sortie à la ferme d'Hermilix n'a pu se faire, alors pour l'animation de l'après-midi et pour être au frais, Nelly nous a proposé une dégustation de fromages à l'aveugle.

Nous étions une vingtaine à participer, chacun et chacune, une petite assiette devant soi, un petit bout de pain et un verre d'eau, pour l'animation et pour la dégustation nous avons fermé les yeux et essayé de reconnaître les fromages au goût.

Il y avait de l'Émmental, du Brie, du Leerdamer, du chèvre et une brique de brebis ainsi

que du Roquefort et du Camembert. Pour accompagner, il y avait des chips de légumes, une découverte pour nous. Nelly nous a lu les origines de différents fromages et leur fabrication. Les six fromages étaient d'origine française, et il y avait un fromage qui provenait de la Hollande.

Ensuite, nous avons discuté et échangé sur les fromages proposés.

Notre conclusion, c'est que nous nous sommes régales et avons passé un bon après-midi au frais.