

- 1/ Pourquoi les girafes ont-elles un long cou ? Parce qu'elles puent des pieds.
- 2/ Quelle est la mamie qui fait peur aux voleurs ? Mamie Traillette.
- 3/ Pourquoi faut-il enlever ses lunettes avant un alcootest ? Ça fait 2 verres en moins.
- 4/ Pourquoi les pigeons roux ne savent-ils pas nager ? Parce que les pigeons roucoulent.



5/ Deux hommes se promènent vers un pré où se trouve un troupeau de moutons. L'un dit : " Tu sais qu'il faut trois moutons pour faire un pull?" L'autre répond: " Je ne savais pas que les moutons savaient tricoter!"

## A VENIR

### LES ANNIVERSAIRES

- Mme Debord Annette le 2.
- Mme Buet Marie Josephe le 4.
- Mr Blanc Jean-Pierre le 8.
- Mme Catro Adoration le 9.
- Mme Rigaudière Camille le 18.
- Mme Cante Marie Josephe le 24.
- Mme Rousseau Renée le 21.
- Mr Conchon Alain le 25.
- Mme Brard Yolande le 29.

### LES INCONTOURNABLES

Le mardi et jeudi matin : la pluche.

Le mercredi : lecture du journal / épicerie à 17h.

Le jeudi après-midi : écriture coccinelle

Le vendredi : la gym douce / coiffeuse.

### LES OFFICES RELIGIEUX

Le 3 : Messe célébrée par le Père Kloeckner.

Le 12, 19 et 26: Temps de prière.

### L'AGENDA DE NOVEMBRE

Le 2: crêpes-party.

Le 3: messe célébrée par le Père Kloeckner.

Le 8: soins esthétiques avec Marion.

Le 9: spectacle de contes sur le thème de l'hiver avec Laurence Calabrese.

Présence des élèves de CE2 CM1 de l'école de Loubeyrat.

Le 10: ciné-club, "Photo de famille".

Le 11: lecture de lettres avec les enfants de l'école de Charbonnières les Vieilles pour la commémoration du 11 novembre.

Du 12 au 20: Semaine Nationale de la Dénutrition.

Le 16: élection du CVS.

rencontre avec une diététicienne de chez API.

Le 17: élaboration des menus avec Gaëlle.

Le 23: lecture sur le thème de la pomme avec les bénévoles de la bibliothèque de Châtel Guyon. Venez emprunter les livres.

Le 24: anniversaires des natifs du mois d'octobre et novembre avec Dany Gils.

### ELLE NOUS A QUITTÉS...

† Mme Jeanne Grandjean,

le samedi 23 octobre



# COCCINELLE

LE JOURNAL QUI DONNE DES AILES



## LE MOT DE LA DIRECTRICE

Ce numéro est le numéro 50 de notre journal. Que de temps a passé depuis le premier numéro sorti en avril 2017, en noir et blanc !!!

Quelle fierté pour la directrice que je suis de voir que notre « Coccinelle, le journal qui donne des ailes » a su traverser les années et la crise sanitaire et qu'il est toujours présent et vivant pour vous distraire et partager avec vous les principaux événements de notre Maison.

C'est grâce à l'énergie de la petite équipe de résidents qui se réunit tous les jeudi après-midi sous la houlette de notre animatrice, Camille d'abord, puis Aurore et désormais Muriel, que notre journal poursuit son petit bout de chemin.

Je voudrais ici tirer mon chapeau et dire un grand MERCI à tous ceux et celles qui font « Coccinelle ». Certains nous ont malheureusement quittés, je pense en premier lieu à Mme Jacqmin, d'autres arrivés plus récemment à Loubeyrat, les ont rejoints. Tous ont à cœur de faire partager à leurs lecteurs quelques petits moments de vie au sein de notre belle Maison.

Au moment de rédiger l'Edito de ce 50ème numéro, je ne peux formuler qu'un vœu : que Coccinelle continue encore longtemps à témoigner des belles choses qui se déroulent au sein de notre Maison.

Fabienne CHARDIN

## DICTONS DES ANCIENS

- Novembre, mois mort vêts-toi plus fort.
- Quelque temps qu'il fasse commence le feu dans la chambre.
- Chaud le jour de la Toussaint, la neige le lendemain.
- A la Toussaint le froid revient et met l'hiver en train.

## BONNE FÊTE

- Marguerite le 16.
- Elisabeth le 17.
- Edmonde le 20.
- Cécile le 22.
- Delphine le 26.
- Andrée le 30.

## NOVEMBRE

La forêt se défait de ses belles couleurs, Dans le froid du matin quelques rêves s'accrochent, L'automne se consume et l'hiver se rapproche, Le temps s'écoule avec une extrême langueur...

Au long sommeil la vie semble se résigner ; Tandis que l'horizon timidement s'allume Des écharpes de givre et des manteaux de brume S'enroulent tout autour des arbres dénudés.

Silencieusement s'évapore la nuit, L'amertume grandit au fur et à mesure ; Novembre est là, qui décompose la nature Et qui provoque un si mélancolique ennui.

Isabelle Callis-Sabot



# EN OCTOBRE IL Y A EU...



**Mercredi 6 octobre**, en compagnie d'Aurélie et de Muriel, un petit groupe de résidentes s'est rendu au CCAS de Riom. Plusieurs ateliers « Faites-le vous-même » y étaient organisés dans le cadre de la semaine du développement durable : reliure, aromathérapie, fabrication de lessive maison... Les résidentes ont chacune réalisé un roll-on (petit tube avec une bille au bout), en mélangeant une huile végétale et des huiles essentielles, qui favorisent la détente ou stimulent les défenses naturelles. Elles pourront appliquer leur roll-on dans le creux du poignet pour profiter des vertus naturelles des plantes.



**Lundi 11 octobre**, « on a goûté et on n'a rien trouvé », a déclaré Mme Magnier. A l'occasion de la semaine du goût, les résidents ont participé à un atelier de dégustation à l'aveugle. Au menu : tapenade noire, chips de crevettes, œufs de lompe, fromage de chèvre, crème de marrons, beurre de cacahuète, mangue... Ces saveurs inhabituelles ont émoustillé les papilles de chacun.



**Mardi 12 octobre**, quelques résidents ont profité d'un repas convivial, toujours pour la semaine du goût. Des amuse-bouches préparés avec des produits sortant de l'ordinaire leur ont été proposés : chips de tortilla, guacamole, crevettes, fromage aux noix, ail et fines herbes, toasts au jambon cru. En dessert, ils ont dégusté une panna cotta aux bonbons à la fraise. Ce repas partagé en petit comité a été fort apprécié : « On s'est évadé gustativement aux quatre coins de la France », a expliqué M. Bayol.



**Le mercredi 13 octobre**, nous avons visité l'église Sainte-Anne située à Châtel Guyon. Un bénévole nous a raconté l'histoire des fresques dessinées par Nicolaï Greschny en 1956. Cet artiste d'origine estonienne et réfugié en France a réalisé la prouesse de couvrir de fresques la totalité des voûtes de l'église, sans maquette et en plein hiver ! Le bénévole nous a présenté les différentes scènes dépeintes dans les fresques et tirées de l'Ancien Testament sur le côté droit de l'église, et du Nouveau Testament sur le côté gauche. Cette sortie a été très enrichissante.



**Mardi 19 octobre**, les résidents ont été contents de recevoir Marilys et Michelle, bénévoles de la bibliothèque de Châtel Guyon, qui ont lu des poèmes et présenté plusieurs livres sur le thème de l'automne. Nous avons pu emprunter plusieurs livres et revues très intéressants. Marilys et Michelle seront de retour le mardi 23 novembre.



**Le 20 octobre**, Muriel nous a fait découvrir le casque virtuel : « Je me suis baladée en forêt, dans les jardins », « Je suis allée à Aix-en-Provence admirer les fontaines, les statues, de très beaux jardins ». Les résidents ont apprécié cette expérience qui leur a permis de vivre ailleurs très agréablement pendant un moment. A refaire !



**Lundi 25 octobre**, lors de la réunion commission repas avec une diététicienne et le responsable des cuisines, nous avons échangé sur ce qui ne convenait pas dans la confection et l'équilibre des repas.

**Le mercredi 27 octobre**, avec la lavande du jardin plantée par les résidents, nous avons égrené des brins, coupé et cousu le tissu à la machine pour faire des petits sachets de lavande.



## PORTRAIT DE NOUVELLE SALARIÉE



Elsa QUINTILLA est née le 3 juin 1990. Elle a 2 enfants, 1 garçon et 1 fille. Elle réside à Loubeyrat. Elsa a fait des études de secrétariat et de comptabilité. A la suite de ses études, elle a trouvé du travail dans différents domaines: Mc Donald, en boulangerie et dans le commerce. Elle aime faire de la gym et entraîne les enfants à ses heures perdues. Elsa apprécie les sorties restos entre amis. Chez nous depuis le 20 mai 2021, nous lui souhaitons la bienvenue parmi nous.

## QUOI DE NEUF

### Un nouvel outil pour les animations

Grâce au financement de la CNSA (Caisse Nationale de la Solidarité et de l'Autonomie) dans le cadre du plan de relance et du Ségur de la Santé, nous venons de recevoir la table multi activités ACTIVTAB qui nous avait été prêtée il y a quelques semaines. Cette table « connectée » permet de réaliser de nombreuses activités seul ou accompagné, mais aussi de regarder des films, écouter de la musique ...

