Trimestriel

Octobre Novembre Décembre
2022

Numéro 4

LE PETIT JOURNAL

La Maison du parc MONTALZAT



Le repas des familles P 1
Bienvenue P 2
Animations P 3
Les anniversaires de ce trimestre P 11
La vie ensemble à la MARPA P 12
Les petits mots des résidents P 14
Au revoir P 15
Jeux de mémoire P 16

MARPA
La maison du parc
30, rue Principale – 82270 Montalzat
05 63 66 10 38
agmm82@orange.fr
www.lamaisonduparc.fr

Le repas des familles

Après deux ans de pandémie durant lesquelles les contraintes sanitaires ne nous ont pas permis de programmer cet évènement, nous avons pu organiser cette année, le repas des familles.

Vous étiez nombreux à participer à cette journée, pour le plus grand plaisir de nos aînés et des personnels de la MARPA. Nous remercions tous les bénévoles, administrateurs et élus qui ont fait de cet évènement une réussite.



Après le discours de Michèle BARROS, présidente de l'AGMM et de Yolande CAZES, responsable de la MARPA, les participants ont pu partager un moment convivial et festif.

Si en début de journée, la météo ne jouait pas en notre faveur, l'après-midi fut bien ensoleillée et la vue panoramique de la salle des fêtes très appréciée par les convives.















Bienvenue

Nous souhaitons la bienvenue à Françoise et Huguette qui ont intégré la MARPA, respectivement le 31 octobre et 28 novembre 2022.





Au cours de ce trimestre, la MARPA a accueilli plusieurs stagiaires de niveaux d'étude différents :

- Elena, lycéenne de MORTAGNE SUR PERCHE en 1ère Bac pro ASSP (Service et Soins à la Personne) dans une MFR, a réalisé un stage d'une semaine du 03 octobre au 07 octobre.
- Emil, lycéen en terminale Bac pro SAPAT (Service Aux Personnes et Aux Territoires) au Lycée Des Territoires du MONTAT, a réalisé un stage du 10 octobre au 28 octobre. Cet élève avait déjà fait un stage dans nos murs en 2021, satisfait et enthousiaste suite à ce premier stage, il a fait le choix de revenir pour développer de nouvelles compétences professionnelles, encadré par les personnels.
- Jade, lycéenne en 1ère Bac pro SAPAT (Service Aux Personnes et Aux Territoires) au lycée LEGTA CAPOU de MONTAUBAN, a réalisé son stage du 31 octobre au 26 novembre. Nous avions déjà accueilli Jade en juin dernier pour un stage de trois semaines.
- Léonhy, lycéenne en 1ère Bac pro ASSP (Service et Soins à la Personne) au lycée professionnel de Clément MAROT à CAHORS, a réalisé un stage du 7 novembre au 2 décembre.

Fin septembre 2022 la directrice a signé une convention avec le lycée du MONTAT pour accueillir des élèves en formation CAP service à la personne. Ces élèves viennent, par petits groupes de 4 à 6 élèves, proposer un temps d'animation auprès des résidents, une fois par mois. En amont de leur intervention, ils préparent une activité ludique, culturelle, artistique …, la propose et l'encadre sur la structure. Cette action se veut formatrice pour les uns et distrayante pour les autres. Ce sont des moments riches d'échanges intergénérationnels. Ces activités sont construites dans des objectifs de préservation de l'autonomie des résidents et de distraction.





Ce doux hiver qui égale ses jours

Ce doux hiver qui égale ses jours
A un printemps, tant il est aimable,
Bien qu'il soit beau, ne m'est pas agréable,
J'en crains la queue, et le succès toujours.

J'ai bien appris que les chaudes amours,
Qui au premier vous servent une table
Pleine de sucre et de mets délectable,
Gardent au fruit leur amer et leurs tours.

Je vois déjà les arbres qui boutonnent
En mille nœuds, et ses beautés m'étonnent,
En une nuit ce printemps est glacé,

Ainsi l'amour qui trop serein s'avance,
Nous rit, nous ouvre une belle apparence,
Est né bien tôt bien tôt effacé.

Théodore Agrippa d'Aubigné

Animations

Art-Thérapie :

En octobre, nous démarrons, un cycle de création autour du thème de l'Enfance, par la couleur, le collage et l'écriture … Notre enfance, celles de nos enfants, l'enfance dans le monde d'hier et de demain…

Ce cycle d'art-thérapie souhaite offrir l'espace nécessaire à nos réflexions, nos souvenirs, et ouvrir les mots, à travers de la parole.

L'enfance laisse des traces, stigmates et autres souvenirs…

Entre nostalgie et parfum d'antan, éloge d'un temps passé, d'un âge qui devrait être béni pour tous…

Ateliers « Contes » :

Art Thérapie : atelier collectif d'écriture de Contes créatifs…

Atelier du mois de septembre 2022…

***Groupe** : Fernande – Pierrette - Annette – Lucette – Claude - Simone - Madeleine– Michel - Annie – Jacqueline - Gisèle– Bernadette. - Irène*

Titre : L'amour d'une famille :

Il était une fois, une petite fille qui venait d'un pays lointain : le Vietnam. Elle venait d'arriver en France pour rencontrer sa famille d'adoption. Elle avait 5 ans et elle était toute refermée sur elle-même. Apeurée devant ce nouveau monde inconnu, elle n'osait bouger. Elle était comme pétrifiée.

Toutes ces nouvelles couleurs, toutes ces nouvelles odeurs qui l'entouraient, l'éblouissaient, autant qu'elles l'étourdissaient. Traumatisée et bouleversée, elle était sans racine, sans les seuls repères qu'elle avait toujours connu à l'orphelinat. Elle devait aujourd'hui faire toute seule ses premiers pas en terre inconnue.

Amenée, par une équipe compétente et formée à ces situations traumatiques, avec beaucoup de délicatesse et de compréhension auprès de sa famille d'accueil, la petite fille se laissait guider.

Il restait essentiel dans ces situations difficiles que l'enfant puisse vivre une période de transition, entouré d'une famille préparée à ces moments singuliers. La bienveillance et la souplesse réussissaient à faire bien souvent des miracles dans le processus d'adaptation à une nouvelle vie. Le choix, qui avait été fait d'une famille avec des enfants n'était pas innocent. Grâce à la présence des enfants, la barrière de la langue était grandement facilitée par la spontanéité et les jeux, que la petite put partager dans la sécurité d'un environnement familial. Du coup, l'assimilation de certains mots et de certains sons liés aux mimiques s'effectua naturellement. Le cerveau humain est construit de telle façon qu'il comprend avant de pouvoir exprimer.

Elle vécut cette période de transition si singulière dans le calme et la bienfaisance. Le jeu, grand guérisseur, eut des effets salutaires et il facilita grandement son intégration.

C’est dans ce climat positif et apaisant, que l’enfant put aller à la rencontre de ses nouveaux parents. Lorsque le jour tant attendu arriva enfin, il dépassa toutes les espérances de la petite fille qui avait été préparée à cette rencontre. Son impatience était à son comble. Elle allait enfin rencontrer sa nouvelle maman…

Dès que la maman pénétra dans la pièce, Anh, c’était son prénom, se jeta dans ses bras. Le bonheur était au rendez-vous. Il était parfait et complet pour tous ces êtres qui avaient vécus si lourdement l’absence et la séparation. Ce partage d’amour naturel, profond, simple, dura longtemps entre cet enfant et sa maman. Blottie, bercée doucement par sa maman, Anh fermait les yeux…

Elles pleurèrent de joie dans les bras l’une de l’autre, sous le regard attendri et plein d’amour du papa, qui les enveloppa de sa belle présence.

C’est ainsi que la vie reprit son cours normal et qu’ensemble ils partirent d’un pas confiant vers leur nouvelle vie…

FIN

Moralités

1/L’amour est le fondement de tout.

2/Nous ne devons jamais perdre espoir…

3/ L’amour est essentiel, c’est le socle d’une famille.

4/L’amour d’une famille contribue au bonheur et à l’équilibre !

5/ Seul l’amour éclaire le monde.



Atelier du mois d’octobre 2022

Groupe : *Fernande – Pierrette – Annette – Claude - Lucette – Simone - Madeleine – Annie – Jacqueline - Gisèle – Bernadette – Irène.*

Titres : Au bonheur retrouvé ! - Le goût du bon…

Il était une fois, une cuisinière qui vivait en Bretagne non loin de l’océan qu’elle adorait. Elle avait une passion sans limite pour l’art culinaire. La cinquantaine bien portée, aimable et bien en chair, elle avait cette chaleur humaine tant appréciée de ses convives. Elle savait mieux que quiconque écouter les conseils avisés des anciens. C’était l’un de ses secrets qui, à la longue, était devenu une de ses spécialités. Elle avait compris très tôt que transformer la « lourdeur » culinaire en « légèreté » apporterait aux papilles une joie inégalée !

Sa table était très réputée, ainsi que son amour pour cet art. Elle le pratiquait avec délicatesse et constance. Elle parvenait merveilleusement à transformer dans chacune de ses recettes, la lourdeur du beurre cuit, en le remplaçant par de l'huile d'olive… Ce secret bien gardé depuis longtemps au cœur de son fourneau, elle le transcrivait dans un carnet dans lequel elle continuait chaque jour, à noter ses découvertes dans les moindres détails. Elle adorait ce moment, où seule assise à sa table de cuisine, avant d'éteindre les lumières, elle prenait le temps de coucher sur le papier ses trouvailles, ses réflexions, telle une aventurière de la fourchette !

Mais également, elle avait une ligne de conduite essentielle pour la qualité de ses assiettes et elle n'y dérogeait jamais : elle cuisinait uniquement des produits frais de la mer. À marée basse, seule, le plus grand de ses plaisirs était de partir, avec ses bottes en caoutchouc et son panier, ramasser les coquillages et les crustacés pour ses recettes du jour. Les pêcheurs arrivant du large ne voyaient qu'elle au petit matin sur l'embarcadère, les attendant patiemment…

Vu le succès de sa cuisine, avoir la chance d'avoir une table dans sa petite auberge toujours bondée, relevait du miracle. Grâce à la qualité et à la constance de son savoir-faire, mais également à sa gentillesse, il fallait vraiment s'y prendre à l'avance.

À chaque bouchée, les clients dégustaient des saveurs délicates, qui se révélaient uniques et enchantaient leur palais. Ces heureux gourmets voyageaient tout au long de ce délicieux repas, entre douceurs subtiles et légèreté. Avec le temps, elle avait appris le secret des mariages réussis !

Chaque soir, devant ces visages réjouis et souriants, une joie et une fierté venaient envahir tout son être. Rendre heureux la rendait heureuse.

L'enseigne de sa petite auberge portait le joli nom « Au bonheur retrouvé » !

FIN

Moralités :

1/ En suivant le chemin de la modestie, de la simplicité et de son cœur, on réussit à créer, chaque fois, une belle aventure…

2/ Dans chaque saveur se cache un art de vivre.

3/ L'amour et la cuisine sont des miracles…

4/ Ce qui rend unique un lieu, une personne, ou un projet, reste la simplicité, la chaleur humaine et la joie de recevoir.

"L'enfance trouve son paradis dans l'instant. Elle ne demande pas du bonheur. Elle est le bonheur."

Louis Pauwels

"Il reste toujours quelque chose de l'enfance, toujours..."

Marguerite Duras

“L'enfance a des manières de voir, de penser, de sentir qui lui sont propres ; rien n'est moins sensé que d'y vouloir substituer les nôtres.”

Jean-Jacques Rousseau

“On ne renie pas son enfance ; on l'enfouit au fond de son cœur, et l'ombre portée, l'ombre magique devient un symbole.”

Dominique Blondeau

“L'enfance. L'âge de la vie où tout semble possible, où on imagine qu'il suffira de vouloir changer son destin.”

Gilles Archambault

“L’enfance est un point de repère à partir duquel chacun va se déterminer.”

Manuel Poirier









Atelier du mois de Novembre 2022

Groupe : Fernande – Pierrette – Annette – Claude - Lucette – Simone - Michel - Madeleine – Annie – Jacqueline - Gisèle – Bernadette – Irène.



Titre : L'école de la vie !

Il était une fois, une petite fille d'une huitaine d'années qui aimait courir, s'amuser dans les champs auprès des fleurs, des papillons et des chardons…

D'une nature joyeuse, elle adorait chanter et le faisait tout le temps. Elle découvrait le monde, heureuse et insouciante. Elle connaissait mieux que quiconque tous les coins et recoins des champs et des forêts environnantes.

Elle savait où poussaient exactement les fraises sauvages et adorait passer du temps à les cueillir. Parfois, avec sa meilleure amie, en cachette, elles allaient les sucrer chez sa grand-mère pour en faire profiter toutes leurs copines du village.

Elle bénéficiait de ces dons naturels qu'offrent l'enfance sereine. Comme une grâce du ciel chez elle, la liberté et l'insouciance berçaient sa vie avec bonheur, en lui permettant de grandir et de s'épanouir pleinement.

Mais parfois, il en va autrement…

L'enfant par essence est inconscient, il n'évalue pas toujours les conséquences de ses actes et du danger encouru.

Malheureusement, certains enfants connaissent et mesurent les risques de leurs actions, dès leur naissance. Il est question ici des enfants délaissés par la vie, abandonnés par leurs parents, ceux qui vivent dans des pays ou dans des situations précaires et difficiles… Tous ceux-là savent que, quoi qu'ils fassent dans leur vie, il leur faudra se débrouiller seuls, en assumant la responsabilité de leurs actes d'une manière ou d'une autre !

La bienveillance et l'amour ont malencontreusement quitté leur vie.

Lorsque leurs expériences se soldent par un désastre, bien souvent, aucun adulte ou parent n'est là pour les aider à se relever et à les guider dans l'apprentissage de l'enseignement qu'apporte l'école de la vie.

A leurs frais, au bout de multiples épreuves, certains finissent par 'intégrer' seuls, la lourde leçon : chacun de nos actes induit des conséquences heureuses ou désastreuses.

Les valeurs à transmettre à nos enfants, restent : respecter les autres et ne jamais s'attaquer à plus faible et fragile que soi. Ces clefs de vie, peuvent déterminer absolument tous les pas, heureux ou malheureux, qu'un

être aura à franchir dans sa vie. Apprendre à pardonner et à se pardonner sont également des notions importantes pour cultiver l'estime de soi.

Les enfants gardent la mémoire de ces leçons, sous forme de souvenirs empreints d'émotions.

En tant que parents, nous devons, pour l'amour de nos enfants, être un 'exemple', en acceptant et en considérant l'erreur comme humaine, pour chacun d'entre nous. Chacun de nous, possède sa part de responsabilité, dans l'harmonie de la famille…

FIN

Moralités

1/ Pour qu'un enfant ait une enfance heureuse, il faut qu'il ait un environnement sain, serein et stable. L'adulte de demain se construira ainsi dans un bon équilibre.

2/ La Famille est un socle, une racine parfois branlante, mais essentielle pour se construire. Il en va de notre simple équilibre.

3/ La vie est tout, sauf un long fleuve tranquille !

4/ … « Vivez, si m'en croyez, n'attendez à demain :

Cueillez dès aujourd'hui les roses de la vie. »

Pierre de Ronsard, Sonnets pour Hélène, 1578

5/ Parfois la vie nous amène à construire notre propre famille, à travers des rencontres, comme les amis…

*** *** ***





Les repas à thèmes

Le tour du monde des saveurs (14 octobre – 29 novembre)

A l'occasion de la semaine du goût (du 10 au 16 octobre) et l'ouverture de la coupe du monde de football (20 novembre 2022), la MARPA a organisé un tour du monde des saveurs. Cette animation a été ouverte aux personnes extérieures de la MARPA. Des menus de quelques pays du monde ont été proposés : L'Angleterre, la Belgique, le Sénégal, le Japon, l'Espagne, le Maroc, l'Italie… Les mets ont été préparés par le personnel de la MARPA. Chaque repas à thème a été suivi de la projection d'un film documentaire sur le pays représenté ce jour-là.

La décoration de la salle de restaurant a été réalisée par les résidents dans le cadre d'activités manuelles encadrées par le personnel de la MARPA.





Réalisation des décorations de la salle

Le 14 Octobre : L'Angleterre







Le 21 Octobre : La Belgique







Le 28 Octobre : Le Portugal







Le 02 Novembre : Le Maroc







Le 08 Novembre : L'Italie





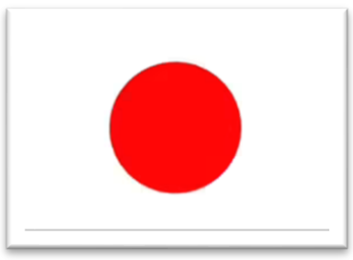
Le 14 Novembre : Le Mexique





Le 21 Novembre : Le Japon







Le 29 Novembre : L'Espagne







Anniversaires





11 Novembre anniversaire de Pierrette



14 Novembre anniversaire de Lucette



21 Novembre anniversaire de Claude



19 Décembre anniversaire de Fernande

Les ateliers créatifs

Préparation des décorations d'Halloween





Préparation des décorations de table pour le 1er Novembre





La décoration de table a été réalisée par les résidents qui sont allés chercher dans le parc des feuilles aux couleurs d'automne, les ont faites sécher durant 2 semaines et ont réalisés des collages sur fond de nappe blanche.

Pierrette, Fernande et Lucette ont pris plaisir à réaliser ces décors d'automne. Ces décors chatoyants ont égayé les tables à la période de la Toussaint.

Noël à la MARPA

Le 20 Décembre 2022

Nous avons fêté Noël à la MARPA…

Les résidents ont festoyé autour d'un savoureux repas. Au menu, foie gras, veau aux morilles accompagné de pommes duchesses et fagots de haricots verts, plateau de fromage et Bûches de Noël, le tout arrosé de vins et champagne.

A 15h résidents et familles ont assisté au spectacle « Croisière autour du monde en chansons » animé par le commandant Eric Lhemon.















Les petits mots …



…De Claude :

[…] Le concours agricole. Renommé pour la qualité de son organisation, il attirait de nombreux paysans venus des alentours : de la poste à la gendarmerie, une double colonne de vaches, bœufs, veaux, chevaux, moutons… brossés, taillés, patientaient, tranquilles, surveillés par leur propriétaire.Certains avaient révêtu leur blouse noire foncée aux épaules. Une poche intérieure servait de portefeuille aux maquignons (acheteurs de bestiaux). Quelquefois remplie de journeaux pour faire illusion ! On comparait, critiquait, félicitait, pronostiquait, se chamaillait, se disputait sans conviction. On sortait le saucisson et le jambon de la musette, le pain du torchon, la bouteille et les verres du panier, le couteau multi-usage de la poche et puis on trinquait en bons amis avant de « casser la croûte » sans plus se préoccuper des premiers et derniers prix. En fin d'après-midi le jury citait les noms des paysans méritants. Le Maire leur remettait une médaille, suspendue à un ruban aux couleurs de la république. A celui qui obtenait le premier prix était remis un « certificat honorifique » encadré de bois doré qu'il accrocherait au dessus de la cheminée. Il reprenait alors son éternel baton. Fier et heureux, il reconduisait ses bêtes qui n'avaient rien compris mais devaient sans doute rêver de la pénombre de l'étable, de l'abreuvoir et de la paille fraîche de la litière où elles s'allongeraient.

…D'Irène :

« Le vase brisé »

Le vase où meurt cette verveine

D'un coup d'éventail fut félé

Le coup dû l'effleurer à peine

Aucun bruit ne l'a révélé

Mais la légère meurtrissure mordant le cristal chaque jour marche invisible et sûre en a fait lentement le tour

Ainsi parfois la main qu'on aime effleurant le cœur, le meurtrit puis le cœur se fend de lui-même

La fleur de son amour perit.

Source : « Sully Prud'homme »



Citations :

Le rire joue les essuies glaces dans les pleurs du malheur.

L'inconcient à bonne mémoire.

Au revoir

Ce trimestre des résidents nous ont quittés …

Ils ont passé quelques mois ou quelques années à la MARPA…



Michel, arrivé à la MARPA en Mai 2022 est décédé en Décembre. Nos pensées vont à sa famille et ses proches. Nous ne l'oublierons pas.



Gisèle arrivée à la MARPA en Octobre 2017 est partie en EHPAD fin Décembre 2022

Mon beau sapin

Chiffres & calculs

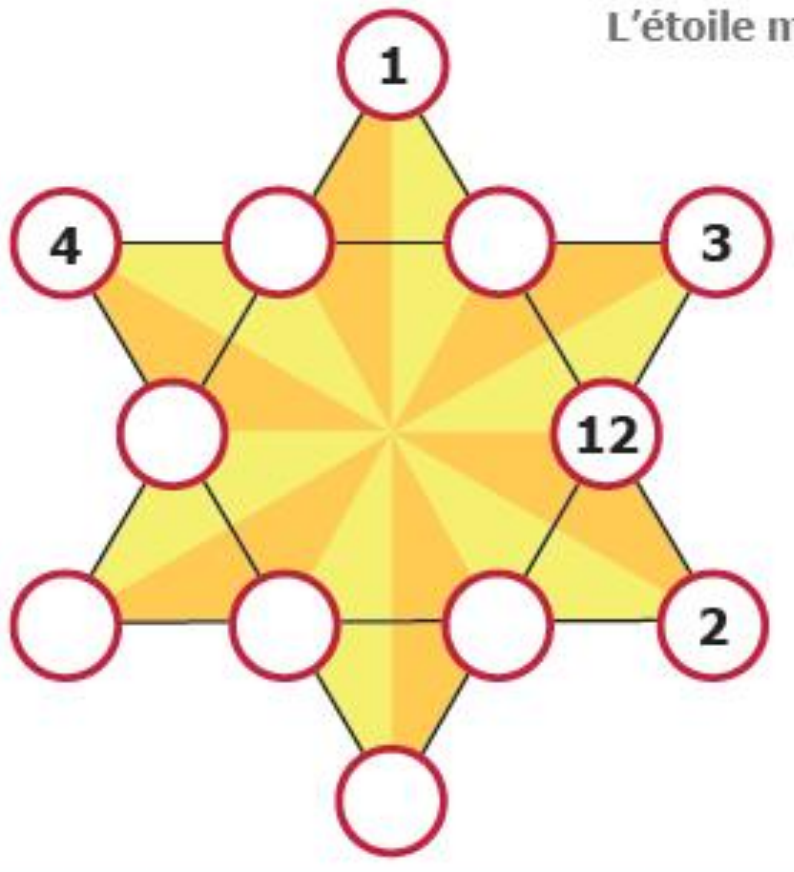


Vous êtes chargé(e) d'acheter les décorations pour deux sapins de Noël.



Vous avez un budget précis de **30** euros par sapin. Que choisissez-vous sachant que vous devez avoir pour chaque sapin 1 étoile, 1 guirlande lumineuse, 1 guirlande classique et 4 boules ?

L'étoile magique



Placez les nombres de **5** à **11**. La somme de chaque ligne doit être égale à **26**.



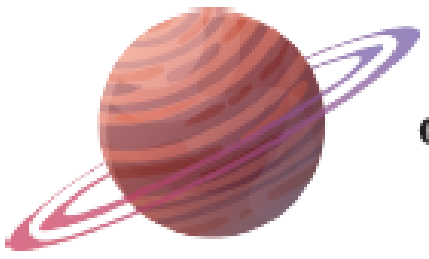
---

www.agoralude.com
Les jeux & exercices à imprimer pour vos ateliers mémoire

La tête dans les étoiles

Quizz, devinettes & jeux de questions

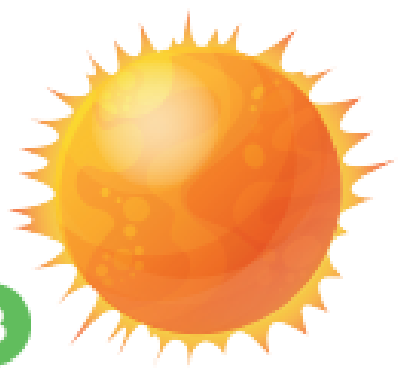
Identifiez le nom de ces astres.



Cette planète est : **JUPITER** **SATURNE** **URANUS**



A



B



C



D

L _ _ E _ O _ E _ _ C _ M _ _ E M _ _ _

Classez les du plus petit au plus grand : ☐ ☐ ☐ ☐

Entourez la bonne réponse.

Une éclipse solaire c'est le passage de :

☐ La Lune entre la Terre et le Soleil ☐ La Terre entre la Lune et le Soleil

Elle est passée la dernière fois en 1986, la comète de Haley passe tous les :

☐ 150 ans ☐ 76 ans ☐ 7 ans

Qui est le premier astronaute français a être allé dans l'espace en 1982 ?

☐ Jean-Loup Chrétien ☐ Thomas Pesquet ☐ Patrick Baudry

Quand ces événements historiques se sont-ils déroulés ?

Neil Armstrong sur la lune ○	○ **4 octobre 1957**
Un robot sur mars ○	○ **12 avril 1961**
Le lancement du Spoutnik ○	○ **4 juillet 1997**
Le lancement de la fusée Ariane ○	○ **21 juillet 1969**
Youri Gagarine, 1er homme dans l'espace ○	○ **24 décembre 1979**

---

www.agoralude.com
Les jeux & exercices à imprimer
pour vos ateliers mémoire

Solutions

SOLUTIONS - fiche 34

Il y a deux solutions possibles :

SAPIN 1 = 

8 + 12 + 4 + 1 + 1 + 2 + 2 = 30

SAPIN 2 = 

7 + 12 + 5 + 1 + 1 + 2 + 2 = 30

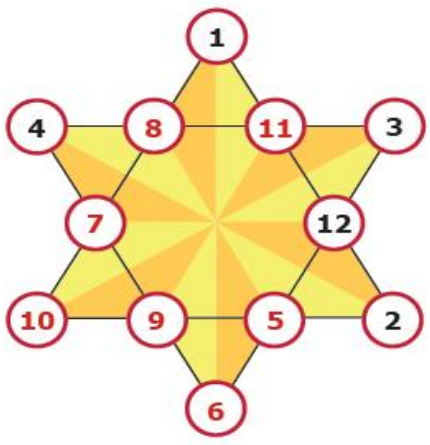
OU

SAPIN 1 = 

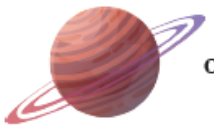
8 + 12 + 5 + 1 + 1 + 1 + 2 = 30

SAPIN 2 = 

7 + 12 + 4 + 1 + 2 + 2 + 2 = 30



SOLUTIONS - fiche 32



Cette planète est : JUPITER **SATURNE** URANUS



Classez les du plus petit au plus grand : C A D B

Une éclipse solaire c'est le passage de :

☒ La Lune entre la Terre et le Soleil ☐ La Terre entre la Lune et le Soleil

Elle est passée la dernière fois en 1986, la comète de Haley passe tous les :

☐ 150 ans ☒ 76 ans ☐ 7 ans

Qui est le premier astronaute français a être allé dans l'espace en 1982 ?

☒ Jean-Loup Chrétien ☐ Thomas Pesquet ☐ Patrick Baudry

Quand ces événements historiques se sont-ils déroulés ?

Neil Armstrong sur la lune	21 juillet 1969
Un robot sur mars	4 juillet 1997
Le lancement du Spoutnik	4 octobre 1957
Le lancement de la fusée Ariane	24 décembre 1979
Youri Gargarine, 1er homme dans l'espace	12 avril 1961


santé
réussite bonheur
succès BONNE ANNÉE amour
AMOUR 2023 SUCCÈS
PAIX SANTÉ
RÉUSSITE paix BONHEUR
SÉRÉNITÉ