

Edito

Le temps



Qu'est-ce que le temps ?
Subtil et impalpable, il semble nous échapper parfois, et il continue de s'écouler inexorablement. Aussi peut-être est-il temps de prendre notre temps, et surtout se dire qu'il est encore temps.

Mais ce temps est-il linéaire comme on pourrait le croire ? Peut-on conjuguer hier, aujourd'hui, demain ?

Et dans ce cas-là à quel temps ?

Notre Petit Ecrin, machine magique à remonter dans le temps, vous propose d'embarquer dès maintenant pour ce voyage dans le temps et ce, quel que soit le temps.

Et, croyez-nous, ce voyage n'est pas une perte de temps !

Notre journal vous invite pour l'école d'autrefois, pour des souvenirs d'enfance, pour découvrir des parcours de vie ou encore pour de beaux moments inoubliables.

Il est temps pour nous de vous laisser savourer cette lecture et ainsi, tout en remontant le temps, de vivre, avec joie, cet instant présent tout en prenant du bon temps !

Céline D.



Nouveauté

Ostéopathie à domicile



Au mois d'octobre, Monsieur Léo CERUTI, ostéopathe, a présenté une conférence afin de présenter sa profession et d'explorer avec les résidents la possibilité de bénéficier de séances d'ostéopathie adaptées à leurs problèmes de santé et à leurs besoins spécifiques, sur place, à la résidence.

Les échanges qui ont eu lieu au cours de la conférence se sont révélés particulièrement intéressants.

Pensée positive

*« Le temps n'a pas d'emprise sur notre imaginaire...
Laissons le aller aux rythmes de nos folies... Profitons du merveilleux qui s'offre à nous... Sachons l'apprécier... »*

Pierre ADONIS





Nous souhaitons la bienvenue à nos nouveaux résidents :

Septembre 2023 :

- L. Rose-May
- P. Jeannette
- P. Marie-Jeanne
- P. Lydie
- G. Claudine
- A. Thérèse
- B. Gabrielle
- S. Yvette

Octobre 2023 :

- R. Jeanne
- S. Michèle
- D. Michèle
- L. Marie-Madeleine
- P. Janine

Novembre 2023 :

- B. Max
- B. Jean-Louis
- D. Françoise

Joyeux Anniversaire

Septembre 2023 :

- L. Marie-Bernadette
- C. Marina
- D-M. Mireille
- M. Marie-Josèphe
- F. Michèle
- R. Suzanne
- B. Paulette

Octobre 2023 :

- B. Pierrette
- B. Max
- E. Carmen
- D. Denise
- M. Evelyne
- M. Cécile
- F. Madeleine

Novembre 2023 :

- **C. Marie (103 ans)**
- D. Françoise
- P. Lydie
- L. Ginette
- G. Paul
- B. Michel
- S. Fernande

Recette d'anniversaire

- 1 grand verre d'amitié
- 2 gousses de monnaie
- 3 pincées de souvenirs
- 4 bons gros fous rires

Dans une large poêle, mélangez bien le tout, saupoudrez d'herbes tendres cueillies au petit jour, et cette année de plus aura plus de saveur !



Retour de l'atelier floral



Depuis début d'octobre, nous avons relancé les ateliers de compositions florales, que nous avons mis en pause durant la pandémie. Chaque semaine, nos « apprentis - fleuristes » se consacrent à la création de magnifiques centres de table confectionnés avec des fleurs fraîches soigneusement sélectionnées auprès de notre partenaire de confiance, Agen Fleurs. Ils apportent une petite touche agréable qui fait la différence et une atmosphère sympa pour accompagner les repas. En résumé, nos tables sont là pour être appréciées autant par les yeux que par les papilles.

Hymne à la vie

Vivons le moment présent

À peine la journée commencée et il est déjà six heures du soir... À peine arrivé le lundi et c'est déjà vendredi... et le mois est déjà fini... et l'année est presque écoulée...

Et déjà 40, 50 ou 60 ans de nos vies sont passés... et on se rend compte qu'on a perdu nos parents, des amis... Et on se rend compte qu'il est trop tard pour revenir en arrière...

Alors... Essayons malgré tout, de profiter à fond du temps qu'il nous reste... N'arrêtons pas de chercher à avoir des activités qui nous plaisent...

Mettons de la couleur dans notre grisaille... Sourions aux petites choses de la vie qui mettent du baume dans nos cœurs...

Et malgré tout, il nous faut continuer de profiter avec sérénité de ce temps qui nous reste. Essayons d'éliminer les « après »... Je le fais après... Je dirai après... J'y penserai après...

On laisse tout pour plus tard comme si "après" était à nous. Car ce qu'on ne comprend pas, c'est que : après, le café se refroidit... Après, les priorités changent... Après, le charme est rompu... Après, la santé passe... Après, les enfants grandissent... Après, les parents vieillissent... Après, les promesses sont oubliées... Après, le jour devient la nuit... Après, la vie se termine... Et après c'est souvent trop tard...

Alors... Ne laissons rien pour plus tard... Car, en attendant toujours à plus tard, nous pouvons perdre les meilleurs moments, les meilleures expériences, les meilleurs amis, la meilleure famille... Le jour est aujourd'hui... L'instant est maintenant...

Nous ne sommes plus à l'âge où nous pouvons nous permettre de reporter à demain ce qui doit être fait tout de suite...



Boucar DIOUF

Mon arrivée aux Écrins

Une agréable surprise



Mon entrée aux Écrins d'Aliénor s'est déroulée sans encombre, et je n'ai pas ressenti d'appréhension quant à mon installation, malgré une fatigue intense, une solitude qui m'avait fait perdre de vue les efforts nécessaires pour bien vivre, une humeur dépressive, et, en plus de tout cela, les chutes à la maison qui me limitaient dans mes sorties. Chaque membre du personnel s'est présenté de manière chaleureuse, manifestant un réel désir de m'expliquer en détail leurs fonctions. Chaque fois que je suis accompagnée à mon appartement, c'est l'occasion pour moi de leur exprimer ma gratitude pour le bien-être qu'ils nous apportent. Nous sommes nombreux et il est dommage de constater que certaines règles de vie ne sont pas toujours respectées par certains résidents. Serait-il si compliqué de leur exprimer de temps en temps notre reconnaissance en leur disant qu'elles sont patientes, courageuses, souriantes, et qu'elles font tout ce qu'il faut pour nous rendre la vie agréable ? Posons-nous la question bien sincèrement...

Thérèse A.

Pensée positive

« Apprenez à apprécier ce que vous avez avant que le temps vous oblige à apprécier ce que vous aviez. »

Morgan FREEMAN



Souvenirs d'enfance

Les grandes marées - Épisode 1



En 1947, ma jumelle et moi vivions encore notre enfance heureuse, malgré les années de guerre, au domaine de nos grands-parents paternels, « Saint Cadou » dont les terres s'étendaient jusqu'à l'anse de Saint Cadou sur l'Odet, la ría de Quimper. Notre père était depuis peu rentré de sa longue captivité en Allemagne. Il nous semblait bien sévère mais comme il avait presque aussitôt repris son travail à la Préfecture du Finistère à Quimper, Marie-Louise et moi retrouvions durant les vacances scolaires notre liberté de sauvageonnes sur « nos terres ». Nous adorions les périodes de grande marées à fort coefficient qui, à marée haute, transformaient comme par magie les rivages de l'Odet. Nous profitions pleinement de ce « terrain de jeux » qui sortait de l'ordinaire... Ainsi, chaque fois, le sentier herbeux qui longeait la rive se retrouvait « noyé » sous une cinquantaine de centimètres d'une eau paisible... Merveille ! Chaque fois, notre jeu préféré était de détacher la « plate » (petite barque à fond plat) de notre grand-père et de la pousser sur la poupe de toutes nos forces sur toute la longueur du sentier inondé... Jeu rituel de chaque mois de septembre... Un jour, à force de faire prendre à la « plate » blanche un maximum de vitesse, « le ciel nous punit » et la barque en bois nous échappa ! Sur son élan, elle s'éloigna de la rive : penaudes et affolées, nous la vîmes s'éloigner tranquillement sur une trajectoire non voulue... Juste à ce moment, arriva maman, enceinte « jusqu'aux yeux » de notre futur frère cadet, Michel-Jacques : elle comprit aussitôt la situation. N'y pouvant rien, elle nous fusilla du regard, nous « enguirlanda » et m'envoya chercher au galop le grand-père... Le temps passait et la « plate », imperturbable, continuait à s'éloigner nonchalamment au fil de ce coquin de contre-courant... Par chance, je retrouvai vite mon grand-père dans son potager et lui avouai la bêtise. À ma grande surprise, il se contenta de sourire et de prendre tranquillement avec moi le chemin pentu qui descendait vers la rivière. Et là, toujours calme et souriant malicieusement, il évalua le « drame » et s'engagea dans le sous-bois qui surplombait le rivage. La « plate » suivait son petit bonhomme de chemin, heureusement sans prendre le large, et soudain elle se bloqua contre une petite pointe rocheuse où grand-père la récupéra facilement ! Il connaissait parfaitement les lieux et les trajets immuables des courants latéraux...

Soulagées et admiratives, nous l'aidâmes à « rapatrier » la « plate » jusqu'à son mouillage habituel. Il ne nous gronda même pas ! La leçon était bonne... L'aventure ne se répéta jamais et moi, j'ai gardé l'amour des « plates » de la rivière, blanches, bleues ou noires où, plus tard, j'ai appris avec joie à ramer.

Anne-Marie M.

Le coin des poèmes

Chanson de la patience (extrait)

Laisse au temps le temps de jouer,
C'est le maître et le souverain,
Laisse au temps le temps de jouer,
Patience, patience...
Il semble aujourd'hui dénouer
Il semble aujourd'hui dénouer
Ce qu'il réunira demain,
Patience, patience...



Jacques DOUAI

Une école pas comme les autres

Retour dans le passé



Jeudi 12 octobre, nous avons vécu une journée mémorable.

Au programme, un déjeuner au restaurant "Chez Oscar" à Villeton. Ensuite, nous nous sommes rendus à l'École d'autrefois à Lagruère, plongeant nos résidents dans les années 1950. Ils ont retrouvé l'atmosphère des élèves de l'époque, participant à des chants d'antan, des exercices de calcul mental, des leçons de morale et même des dictées à l'encre et à la plume.

Cette journée a été riche en émotions et en souvenirs d'enfance, créant ainsi des moments inoubliables pour tous.

Johanna C.

Mes impressions pendant la visite d'une école pas comme les autres

Le 12 Octobre 2023, près de Tonneins, après un bon repas...

Tout de suite en arrivant, l'institutrice en blouse grise nous fait mettre en deux rangées : les « filles » d'un côté, les « garçons » de l'autre, avant de monter les marches qui devaient nous permettre de pénétrer et de découvrir une classe avec des tables et des bancs pour fillettes et garçons (de petite taille). Se glisser entre les deux était un peu problématique pour nos genoux de vieillards... Nous fûmes tout de suite mis au parfum de ce « jeu » d'écoliers retournant sur le tard à nous laisser surprendre par les questions de cette « maîtresse d'autrefois » jouant avec nous la marche d'une leçon. Tout d'abord de morale : « Jean-Louis a un grand-père qui ne sait pas lire », « Il est interdit de pêcher dans la rivière au lieu d'aller à l'école ». Ensuite leçon de calcul mental : sur une ardoise, il fallait inscrire des additions, soustractions et autres. Puis leçon d'écriture avec une plume Sergent Major, en pleins et déliés, sur un cahier interliné. Pour finir, leçon de chants dont les paroles d'autrefois faisaient mouche dans notre cerveau... avec la joie de retrouver notre enfance avec des comptines, des rengaines et des berceuses :



- « *Gentil coquelicot Mesdames, gentil coquelicot Messieurs* »
- « *Auprès de ma blonde, qu'il fait bon, fait bon, fait bon, qu'il fait bon dormir* »
- « *Trois jeunes tambours* »
- « *En passant par la Lorraine avec mes sabots* »
- « *Il était une bergère, et ron et ron petit patapon* »
- « *Cadet Roussel a trois amis* »
- « *Fais dodo Colas mon p'tit frère* »
- « *Meunier tu dors* »
- « *Sur le pont d'Avignon* »



Oh ! Ces souvenirs d'autrefois, nous en étions tous remués jusqu'au fond de notre âme...

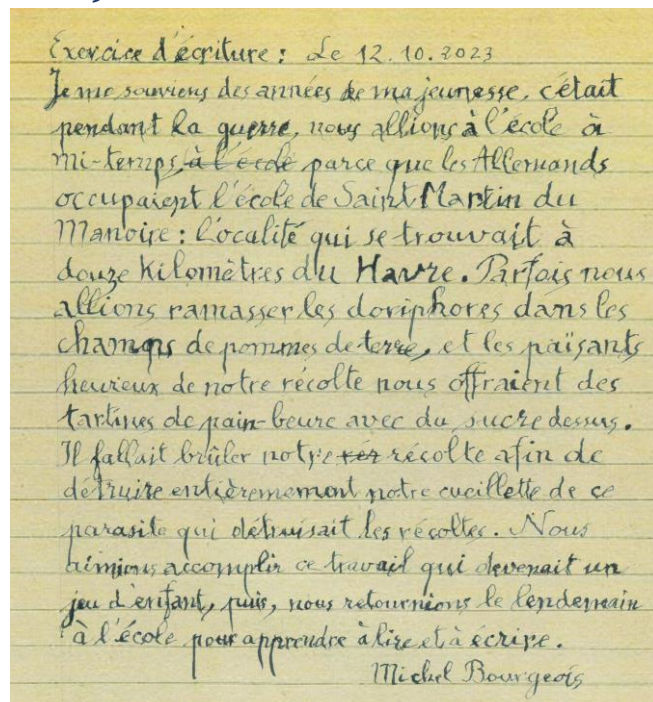
Dès le début de cette classe pas comme les autres, notre maîtresse, bien formée à ces rencontres insolites, nous posa quelques questions pour nous mettre en appétit. Exemple : « *Avez-vous été de bons élèves ?* » entraînant diverses réponses très intéressantes, nous permettant de nous impliquer et d'évoquer certains souvenirs de notre enfance, souvenirs contrastés qui mirent une ambiance bien détendue, et avec bonheur, j'ai aimé dire pourquoi je fus un élève médiocre jusqu'à mes 14-15 ans... Je me souviens de cette après-midi où nous aidions l'institutrice à se souvenir de tel chant, telle rengaine qui nous sortaient des lèvres au fur et à mesure de cette heureuse heure d'école, dont notre mémoire semblait nous renvoyer à ces moments-là !

Puis nous avons eu du mal à quitter la classe et l'institutrice rangea la classe et nous regarda partir.

Michel B.

Une école pas comme les autres (suite...)

Exercice d'écriture à la plume



Souvenirs d'antan

Un moment à l'école maternelle...

C'était lundi, séance de psychomotricité à la maternelle de Saint Gervais La Forêt, dans le Loir-et-Cher.

Personnages : 45 enfants de 3 à 4 ans (classe des moyens) et la maîtresse.

Le lieu : un préau non insonorisé servant d'entrée et, en cas de pluie, de cour de récréation.

Accessoires : la mairie n'est pas riche (ou pas très fan de la maternelle), les bancs du préau.

Sujet : psychomotricité – les mouvements sont verbalisés par la maîtresse.

Je commence par la respiration puis l'exécution de consignes (but : intégrer les notions « dessus, dessous, devant, derrière, à côté »).

- Une main se lève : « Maîtresse, pipi ! » (les W.C. sont à côté). Thierry part.
- Deuxième main se lève : « Maîtresse, pipi ! » Benoît part et revient seul.
- La maîtresse : « Que fait Thierry ? » Benoît répond : « Il secoue sa bizouquette. »

Rose-May L.

À bicyclette...

Le soir, après le départ des écoliers, ma fille faisait ses débuts à vélo, dans la cour de l'école. Son père traçait à la craie, sur le goudron, un parcours avec des virages pour qu'elle continue son apprentissage. Quelques années plus tard nous voilà tous les trois à vélo : père et fille filaient à bonne allure et moi, toujours fatiguée, je me forçais à les rattraper. Je les voyais plus loin, ayant posé pied à terre, et en arrivant à leur niveau, essoufflée, j'entendais : « Maman, fais un effort, tu traînes ! » Alors vous comprendrez pourquoi je n'ai pas disputé de courses avec Jany LONGO.

Marie-Madeleine L.



Le coin des poèmes

Le petit nuage

Je ne suis qu'un petit nuage
 Tout seul isolé dans un ciel bleu
 Au gré du vent et sans bagage
 Je voyage en survolant tant de lieux

Je me suis écarté de mes partenaires
 Préférant vivre ma vie telle que je la conçois
 Il m'arrive de souffrir et rester très amer
 Que personne ne désire s'approcher de moi

Je suis très petit et n'ai aucune prétention
 De jour cacher le soleil aux rayons brûlants
 Ou de nuit par ciel étoilé retenir l'attention
 D'amoureux réunis dans un contact ardent

Ainsi j'ai choisi ma vie faite de pureté
 J'aime changer d'horizon et ne m'en prive pas
 Par tous les temps je plane avec légèreté
 Voyant parfois avec tristesse l'image d'en bas

Mais je ne suis qu'un tout petit nuage

Gilbert N.

Évasion champêtre à Bajamont

Moments détente et découvertes...

Nous avons passé une journée sereine à la campagne.

Le matin, nous avons profité de la vue magnifique du lac.

À midi, nous avons déjeuné à l'ombre des arbres et ensuite nous avons visité la petite église romane.

Pour conclure cette journée exceptionnelle, nous avons partagé divers jeux de société.



Des animaux de compagnie hors du commun

L'histoire de Kiki...

En 1962, j'ai suivi mon mari, militaire, qui a été muté dans une ville du Nord-Est du Sahara algérien, nommée Ouargla.

Un jour, alors que nous étions chez nous, des enfants ont frappé à notre porte pour nous proposer l'achat d'un petit hérisson du désert. Sachant que le hérisson est un mets très apprécié des habitants du Sahara, j'ai décidé de l'acheter et de le domestiquer afin de le sauver de la mort.



Je lui ai donné le nom de Kiki et je lui ai laissé la liberté de se déplacer dans la maison où il a vécu des moments paisibles et heureux. Il répondait toujours à mes appels en pointant son petit museau, lorsque je « claquais de la langue ».

Lorsque mon mari et moi étions assis à table, pieds nus, Kiki avait l'habitude de mordiller les orteils de mon mari. De plus, lorsque je donnais à manger à Minette, notre chatte, Kiki s'approchait pour lui mordre la queue, la chassant ainsi de sa gamelle pour pouvoir y chiper quelques morceaux et aller les déposer dans un coin.

Un jour, j'ai choisi de confier Kiki à ma voisine pendant huit jours. Malheureusement, Kiki a décidé de faire la grève de la faim, et après une semaine, ma voisine me l'a rendu, car il refusait de s'alimenter. En l'appelant avec mon bruit de langue habituel, Kiki est arrivé, et je lui ai proposé de la viande qu'il a dévorée avec plaisir.

Yvette S.

Le chevreau espiègle du Sahara



En 1967, nous avons déménagé à Djanet, ville située au Sud-Est du Sahara algérien, car mon mari, militaire, avait demandé sa mutation.

En arrivant, nous avions un médecin comme voisin. Son épouse m'informe que son mari recherchait une « femme-enfant », infirmière pour les femmes et les enfants. J'ai de suite accouru pour proposer mes services et il a accepté immédiatement. J'étais aux anges !

Un jour, un homme s'est présenté à ma porte pour exprimer sa gratitude, en m'offrant un petit chevreau, en reconnaissance des soins que je lui avais prodigués !

Je l'ai accepté avec grand plaisir ! Et je l'ai nommé Kiki, en hommage au petit hérisson du désert que j'avais quand j'habitais Ouargla.

Je nourrissais mon petit biquet avec du pain, du blé et je lui achetais, en plus, des plantes vertes. Je le laissais toujours en liberté et il en profitait pour aller visiter les voisins et faire les quatre-cents coups...

J'avais un voisin, lieutenant célibataire, qui prenait soin de ses géraniums en les regardant à la loupe avec admiration... Kiki allait rendre visite à ses géraniums juste pour pouvoir grignoter quelques feuilles, au grand désespoir du lieutenant !

De ce fait, je décidai d'enfermer Kiki, mais il aimait tellement sa liberté qu'il décidait de passer par la fenêtre et de revenir chez le voisin pour se régaler à nouveau avec ses géraniums !

Quand je sortais Kiki dehors, par la porte, et que je la fermais, il décidait de revenir à l'intérieur, en passant par la fenêtre, pour sauter sur la table et chiper le beurre dont il était très friand !

Nous avons vécu environ trois années avec notre petit biquet !

Compte tenu des nombreuses bêtises qu'il avait commises dans le voisinage, mon mari a pris la décision de confier Kiki aux Touaregs...

Yvette S.

Paroles de salariés

La Cuisine

Le 1^{er} septembre 2022 j'ai commencé mon travail aux Ecrins d'Aliénor en tant que chef de cuisine. Mon domaine était plutôt la restauration dite traditionnelle, mais, étant particulièrement chronophage, ne collait plus à ma nouvelle vie, celle de père. Ma fille, à l'époque, n'avait que quatre mois. Comme tout le monde sait, je ne suis pas français. Je suis né en Calabre, la région la plus au sud de la presqu'île italienne.

À 21 ans, après mes études et quelques années de travail en Italie, j'ai eu une proposition d'emploi à la tête d'un petit restaurant à Cannes en Côte d'Azur. Celle qui devait être une courte saison, est devenue ma nouvelle vie. Pendant trois ans j'ai enchaîné les expériences de travail entre Cannes, Valbonne, Grasse, Antibes et Juan-les-Pins. Enchanté par la culture oeno-gastronomique du Sud-Ouest, j'ai atterri à Bordeaux, où j'ai vécu pendant huit ans, principalement à la tête d'un restaurant milanais, mais en travaillant en parallèle sur des projets de cuisine-fusion (où on mélange deux types de cuisine) avec principalement le thème du Sud-Ouest, l'Asie et le Moyen-Orient. C'est aussi à Bordeaux que j'ai rencontré ma compagne, et avec le projet de fonder une famille, on a décidé d'emménager à Agen, ville, à mon avis, plus posée et moins frénétique que Bordeaux.

Après plus d'un an, je ne regrette surtout pas mon choix professionnel. « Mes résidents » comme j'aime beaucoup les appeler, sont une source d'inspiration, d'histoires et d'expériences incroyables, ce qui les rend très attachants. Ceux qui, dans un autre contexte, on considère comme des clients, des chiffres « froids », ici, sont des personnes, des visages qui ont un nom, une histoire, et que je suis fier de servir.

Evidemment, je ne travaille pas seul. Angélique, la plus ancienne du groupe et pâtissière attitrée, en rentrant de son congé maternité, est devenue ma seconde de cuisine. Elle m'aide avec joie au quotidien dans les différentes tâches d'organisation du travail. Depuis un an, le jeune Axel a intégré nos rangs. Plein d'énergie et de bonne humeur, c'est le petit (mais très grand) de l'équipe. Ses origines guadeloupéennes apportent une touche d'exotisme et d'épices à notre cuisine. « Certains amours ne s'arrêtent pas, font des tours immenses et ils reviennent » chante une chanson italienne. C'est le cas d'Erwann, le dernier arrivé. Ancien employé des Écrins (il y a plus de dix ans) est revenu après plusieurs expériences sur différentes structures (et types de cuisine). Jeune garçon et plongeur à son départ, heureux père de trois enfants et cuisinier aujourd'hui. Carmen, comme j'aime la présenter, « la Patronne », est un véritable guide pour nous tous, étant beaucoup au contact de nos résidents et très impliquée dans leur bien-être, elle connaît les besoins spécifiques de tout le monde. Comme je dis souvent : « Un doute ? Demandez à Carmen ! »

On termine avec Jason. Ce garçon gentil et déterminé, originaire de Lyon, toujours à l'écoute, toujours prêt à aider, depuis un an, partage son sourire contagieux avec nous.

Ensemble à vos côtés, pour plein de moments riches en gourmandise, joie et bonne humeur.

Bon appétit !



Fabrizio L.

Pensée positive

« Cuisiner. C'est l'art le plus beau et le plus complet. Il engage nos cinq sens, plus un : le besoin de donner le meilleur de nous-mêmes. »

Paulo COELHO



Semaine bleue à la résidence

Célébration nationale des personnes âgées

La Semaine Bleue, dédiée aux personnes âgées, vise à valoriser la place des aînés dans notre société et l'importance des liens intergénérationnels. À la résidence, diverses activités ont célébré nos aînés, incluant une sortie au cinéma, une conférence sur l'ostéopathie, des séances de yoga et de sophrologie, ainsi qu'un jeu « Questions pour un champion » inter-structures, où nous avons remporté la coupe des champions pour la deuxième fois. En clôture de cette semaine, le 6 octobre, les résidents ont partagé un moment avec leurs familles lors d'un grand loto, avec des lots généreusement offerts par la plupart de nos partenaires (Agen Fleurs, le Mac du Pain, Pharmacie Porte du Pin, Pharmacie Jayan, Pharmacie de Boé, Plaisirs du Vin, Fruit Dom', etc.) que nous remercions chaleureusement. Pour marquer la fin de cette journée et de la semaine, un événement spécial a été organisé : un lâcher de ballons bleus biodégradables, soulignant notre engagement envers la préservation de l'environnement.



La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !



Pensée positive

« Si la jeunesse est la plus belle des fleurs, la vieillesse est le plus savoureux des fruits. »

Anne-Sophie SWETCHINE



Souvenirs de mon temps passé

La passion du cheval

Je suis né dans une famille de négociants à l'époque où l'activité commerciale ne pouvait être fonctionnelle que grâce à l'usage des chevaux, notamment pour tous les déplacements. Dès mon plus jeune âge, j'aimais m'occuper des chevaux, les soigner, les caresser, être proche d'eux. Lorsque j'ai eu une dizaine d'années, j'ai voulu apprendre à monter à cheval contre l'avis de ma mère, mais, heureusement, avec l'appui de mon père et de mon oncle.

Quelques années plus tard, j'ai voulu tenter ma chance et participer à des courses ; j'avais choisi la discipline exigeante du trot et des chevaux trotteurs. En avril 1948, j'ai disputé ma première course à Monflanquin.



Mais il m'a fallu interrompre tout ça pour partir faire mon service militaire à Coblenz en Allemagne pendant plus de deux ans. À mon retour, j'ai aussitôt repris mes activités hippiques. J'ai beaucoup de bons souvenirs, notamment un titre de France amateur en 1967. Puis j'ai gagné à Vincennes en 1972 avec l'excellent « Vis-a-vis », sans oublier le merveilleux « Patout » avec lequel j'ai gagné 34 courses et la gentille « Moravie » que j'ai été amené à vendre à mon grand regret au très célèbre éleveur, Monsieur Henri Levesque, établi en Normandie.

Puis, en raison de mon élection à la fonction de Commissaire de Courses à Vincennes et de ces nouvelles responsabilités, j'ai dû interrompre mon parcours de « driver » en 1977. Quinze ans plus tard, alors que j'étais en Normandie, le programme comprenait la visite du Haras de monsieur Henri Levesque. Lors de la visite, alors que nous admirions ses superbes chevaux, l'un d'eux sortit promptement du troupeau et se précipita vers moi. Je reconnus aussitôt « Moravie » qui faisait donc encore partie de l'effectif de Monsieur Levesque. Et mon ancienne jument n'eut de cesse de se frotter à moi et de me demander des caresses.

En raison de son âge, « Moravie » ne disputait plus de courses mais elle était devenue « poulinière » et devint une excellente reproductrice. Ce fut avec beaucoup de peine et de regrets que je la quittai ; je n'eus pas l'occasion de la revoir... J'ai fait une longue carrière de Commissaire de Courses à la société du « Cheval Français » à Paris, ce que j'ai beaucoup aimé.

Ma vie a été une belle aventure avec les chevaux et j'en suis très heureux.



Robert S.

Pensée positive

« Dans ce vaste monde, où pourrait-on trouver quelqu'un qui soit noble, mais sans orgueil, amical sans être envieux, beau sans vanité ? Ici se retrouvent liées la grâce et la puissance musculaire, la force et la gentillesse. Il sert sans être servile, il a combattu sans animosité. Rien n'est plus puissant et moins violent, plus rapide et plus puissant que le cheval. »



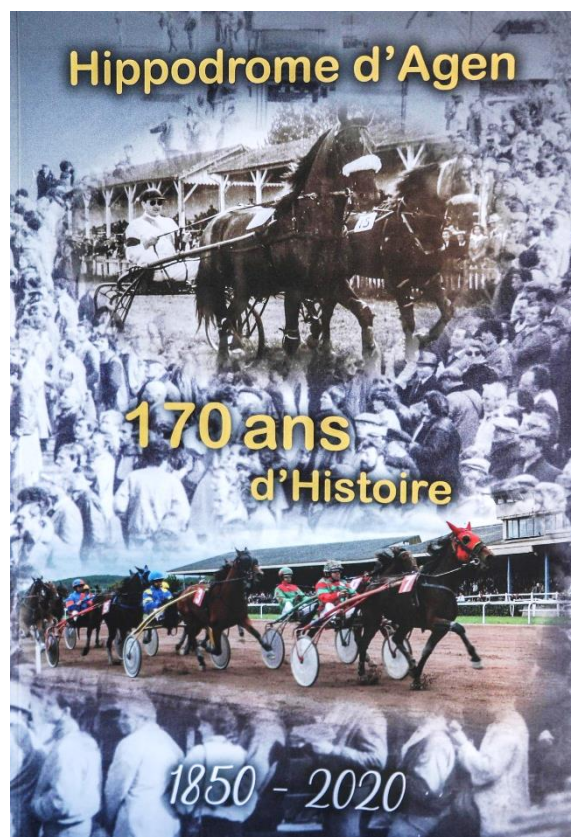
Roland DUNCAN

Souvenirs de mon temps passé

De la fondation à la transmission familiale

J'ai assumé la présidence fondatrice de l'hippodrome d'Agen de 1973 à 1995. À ce moment-là, j'ai choisi de céder ma place à Monsieur Christian BELLOT, qui a brillamment occupé ce poste jusqu'en 2010. Depuis lors, c'est mon fils, Jean-Philippe, qui a pris le relais.

Robert S.



Sortie à l'hippodrome

En novembre dernier, nous avons eu l'occasion de découvrir l'hippodrome du Passage d'Agen lors d'une sortie proposée par Monsieur S. L'hippodrome d'Agen-Le Passage, créé en 1850, est d'abord installé au « Mestro », près des routes de Nérac et Brax avant d'être déménagé à La Garenne en 1973. Ce fut une expérience totalement inédite pour nous. Appréciant le cadre, nous avons savouré un déjeuner au sein d'un restaurant panoramique tout en suivant avec intérêt les courses de trot. Certains d'entre nous ont même pimenté l'excursion en tentant leur chance avec de modestes paris sur les chevaux, ajoutant une dimension ludique à cette journée mémorable.



Olympiades inter-structures

Master-Chef

En octobre, lors de la « Semaine du goût », nous avons été accueillis par Gaëtan, l'animateur de l'EHPAD « Les Petites Sœurs des Pauvres », pour le concours Master Chef du meilleur pâtissier inter-structures.

Chaque résidence avait pour mission de réaliser un dessert en utilisant la poire comme ingrédient commun.



Questions pour un Champion

En octobre, lors de la « Semaine Bleue », nous avons accueilli les Résidents des Ehpads « Les Chênes Verts », « Les Petites Sœurs des Pauvres », « La Bourdette » et « Les Hirondelles » pour la remise en jeu de la coupe des champions que nous avons remportée en octobre 2022 à la résidence « Les Chênes Verts ».

Pour cette remise de la coupe, notre équipe, les « Teenagers 2.0 », a terminé en première place, nous permettant de conserver la coupe pour la prochaine Semaine Bleue en octobre 2024.



Bal de fin d'année

Afin de clôturer notre année d'olympiades, nous nous sommes rendus à la salle des fêtes d'Estillac pour un bal inter-structures, réunissant 8 structures, apportant une immense joie à tous les résidents et animateurs. Nous avons partagé des moments magiques et inoubliables en dansant sur des airs de musette, tango, valse et accordéon, créant ainsi un souvenir rempli de sourires et de bonheur.



Louis Ducos Du Hauron

Inventeur de la photographie en couleurs



Pourquoi à Agen, un collège Ducos Du Hauron ? Qui était-il ?

Sa famille est originaire d'Agen. Né à Langon le 8 décembre 1837, il est mort à Agen en 1920. Il vivra à Auch, Lectoure, Agen et même Alger. En effet, il suivait son père, fonctionnaire des contributions indirectes, dans ses diverses affectations, puis son frère Alcide. Louis ne fréquente pas l'école mais il est instruit par des précepteurs. Son père, puis son frère, subviennent à ses besoins. Très jeune, il s'intéresse aux arts, à la peinture et joue remarquablement du



Feuilles et pétales de fleurs
Reproduction collographique
Louis Ducos Du Hauron, 1870
Tiré du site : gazette-drouot.com

piano (il entretient une correspondance suivie avec Camille Saint Saëns). Il est surtout passionné par les sciences physiques et notamment l'optique et les couleurs, son sujet de prédilection étant l'étude des sensations lumineuses. Toute sa vie, il cherchait à percer le secret de la couleur et poursuit des tentatives pour fixer les couleurs et produit sa première photo couleur stable : une nature morte de feuilles et de fleurs. Il cherche à perfectionner le principe de « l'anaglyphe », décrit en 1853 par Wilhelm Rollmann à Leipzig et finit par le mettre au point en 1891. L'anaglyphe étant une image imprimée pour être vue en relief à l'aide de deux filtres de différentes couleurs, placés devant nos yeux pour percevoir le relief. Plus tard, les frères Lumière adopteront ce procédé au cinéma. Louis s'intéresse donc à la photographie naissante et cherche à réaliser des photos, plus sur un plan théorique que pratique. À l'âge de 22 ans, il présente devant la « Société des Arts et Sciences d'Agen » un mémoire sur l'étude des sensations lumineuses. La presse le surnomme « le jeune savant du Midi ». Aujourd'hui, il est si facile de réaliser des photos en couleurs avec nos appareils numériques que nous avons oublié l'époque, pas si lointaine, de l'argentique et du noir et blanc.

Cécile M.



Agen, vu de l'Ermitage
Cliché de Johanna C., 2023



Agen, vu de l'Ermitage
Cliché de Louis Ducos Du Hauron, 1877
Tiré du site : ducosduhauron.com

Repas à thème

L'Italie

En octobre, nous avons fait un voyage virtuel en Italie lors de notre repas à thème. Nous avons commencé avec un petit apéritif accompagné de gressins suivi d'un excellent repas. Les décorations du restaurant et des tables ont été confectionnées par les résidents eux-mêmes.



Pensée positive

« La culture porte et partage les émotions. Elle donne à l'humanité et à chacun de nous, la joie et le bonheur de respirer. »

Stéphane THERI



Le coin des distractions

FRUITS ET LEGUMES

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

CHATAIGNE
 FIGUE
 POMME
 POMMIER

CHAMPIGNON
 POTIRON
 CITROUILLE
 COURGE

RAISIN
 VIGNE
 VENDANGES
 NOIX

Le coin des distractions

Coloriage d'automne



Devinettes

Je suis un fruit d'automne. Je suis marron ou violette. Je suis pleine de petites graines. On peut me manger fraîche ou séchée tout l'hiver.

Réponse : une figue

Je suis un animal roux. Je sors en automne pour faire des réserves de noisettes et de châtaignes pour l'hiver. Je grimpe dans les arbres et m'y réfugie quand vient le froid.

Réponse : un écureuil

J'ai un pied et un chapeau. Certains membres de mon espèce sont comestibles, d'autres non. J'aime l'humidité.

Réponse : un champignon

Le coin des distractions

Mots fléchés

FLEUR DES CHAMPS INSECTICIDE NATUREL	UNE DES 4 SAVEURS BOUILLIES	HÉROS TROYEN	IL SE RÉCHAUFFE DÉBUT D'ÉPIDÉMIE	JARDIN FRUITIER ARTICLE	VENT DE PROVENCE	ARBRE FRUITIER
PRONOM RELATIF CONSEILLÉE		ENLEVA LES PIERRES DU JARDIN BORD DE MER	FORÊT PROVENÇALE	CATALOGUE ENNEMI DU ROSIER	AU BRÉSIL SOLEIL DIVIN	DÉPLACER
TEMPS CHAUDS POUSSE DANS LES CHAMPS		MALAXENT GENRE DE SAPIN	ÉVÊQUE DE ROME AVARE		PATRIE D'ABRAHAM GRUGÉ	PLANTÉE AU JARDIN
COL DES ALPES VIEUX PROVENÇAL				POUSSE UN CRI ANIMAL	AMÉRINDIENS ANTIMOINE AU LABO	
MOUTON RÉCIF	PORTE-MANTEAUX MONTAGNE DE FEU		VILLE D'AFRIQUE DU SUD ÉTANG LITTORAL		SURFACE AGRICOLE PARDONNÉ	COLORÉE
AU JARDIN, IL EN BAVE	MÈRE DE CASTOR ET POLLUX LAVANDE DE MER	JEU D'ENFANTS ORIENTÉ À DROITE	PRÉNOM FÉMININ VILLE D'UKRAINE		ARTICLE TIREURS D'ÉLITE	COUPÉES DU MONDE
POSSESSIF PETITE QUANTITÉ		LUTH ARABE JOLIE PLANÈTE		GENRE DES CERISIERS HABITATS SIOUX	INFLAMMATION EXCLAMATION	
DÉGOUTÉ	VENT GREC SUIS COUCHÉ		GLOBE NORME THERMIQUE		PRESQUE RIEN ÉLÉMENT DE POULIE	ILE DE FRANCE
LUSTRERAI SANS VÉGÉTATION				JARDIN D'HIVER		
			DERNIÈRE NOTE		PLANTES FÉTIDES	

Le coin des distractions

Anagrammes

Mot dans le désordre	Définition	Mot à trouver
<i>Exemple : LOUPES</i>	<i>Grâce à elles j'ai des œufs</i>	<i>POULES</i>
EREATTIR	Elle pouvait se prendre à 60 ans	
IMECNA	Invention des frères Lumières	
DIREC	Spécialité de Bretagne et de Normandie	
OUIRERS	Il éblouit un visage	
MALICE	Un escargot sans maison	
STRATE	Elles se mangent avec les fruits de saison	
SCENARISTE	André Malraux en a fait	
RONBREUTIRCE	Il faut détruire pour mieux...	
TRIAGE	Vendredi c'est le ...du loto	
IMANOS	Il fait bon y vivre	
FGUCHAFE	Il peut être au gaz, bois, électrique	
THAC	Animal domestique	
PARTIES	Ils pillaient les bateaux	
DEMANE	Elle peut être le résultat d'une infraction	
LAVEURS	Il en faut dans l'éducation des enfants	

<http://www.recaptout.fr/>

SOLUTION : retraite – cinéma – cidre – sourire – limace – tartes – résistance – reconstruire – tirage – maison – chauffage – chat – pirates – amende – valeurs

Rébus



SOLUTION : C'est Noël dans le cœur qui met Noël dans l'air.

Pensée positive

« Noël est là, ce joyeux Noël, des cadeaux plein les bras, qui réchauffe nos coeurs et apporte la joie, jour des plus beaux souvenirs, plus beau jour de l'année... »

Washington IRVING



Le coin des poèmes

AUTOMNE

On voit tout le temps, en automne,
Quelque chose qui vous étonne,
C'est une branche, tout à coup,
Qui s'effeuille dans votre cou.

C'est un petit arbre tout rouge,
Un, d'une autre couleur encor,
Et puis, partout, ces feuilles d'or
Qui tombent sans que rien ne bouge.

Nous aimons bien cette saison,
Mais la nuit si tôt va descendre !
Retournons vite à la maison
Rôtir nos marrons dans la cendre.

Lucie DELARUE-MARDRUS



MATIN D'OCTOBRE

C'est l'heure exquise et matinale
Que rougit un soleil soudain.
A travers la brume automnale
Tombent les feuilles du jardin.

Leur chute est lente. On peut les suivre
Du regard en reconnaissant
Le chêne à sa feuille de cuivre,
L'érable à sa feuille de sang.

Les dernières, les plus rouillées,
Tombent des branches dépouillées :
Mais ce n'est pas l'hiver encor.

Une blonde lumière arrose
La nature, et, dans l'air tout rose,
On croirait qu'il neige de l'or.

François COPPEE



Les résidents et toute l'équipe des Ecrins d'Aliénor vous souhaitent de joyeuses fêtes de fin d'année !

Directeur de la publication : Marc DELMAS
Rédactrices en chef : Johanna CARRIERE et Céline DELMAS
Journalistes : les résidents
Mise en page : Gwladys MACCALLI