

Le Lien

Octobre 2020

Institut Saint Joseph de Néchin



Mois d'octobre

Avant que le froid glace les ruisseaux

Et voile le ciel de vapeurs moroses,

Écoute chanter les derniers oiseaux,

Regarde fleurir les dernières roses.

Octobre permet un moment encor

Que dans leur éclat les choses demeurent ;

Son couchant de pourpre et ses arbres d'or

Ont le charme pur des beautés qui meurent.

Tu sais que cela ne peut pas durer,

Mon cœur ! mais, malgré la saison plaintive,

Un moment encor tâche d'espérer

Et saisis du moins l'heure fugitive.

Bâtis en Espagne un dernier château,

Oubliant l'hiver, qui frappe à nos portes

Et vient balayer de son dur râteau

Les espoirs brisés et les feuilles mortes.

François Coppée.

Sommaire :

- Les animations du mois d'octobre
- Nouveautés
- A retenir
- L'apithérapie, on en fait son miel !
- Quiz : heureux hasards
- Relier
 - Réponses et anecdotes
- Trouver l'intrus
 - Réponses et anecdotes
- Mots croisés
 - Réponses et anecdotes
- Chanson à trous
 - Correction
- Art-thérapie
- Saint-Luc, qui était-il ?
- Les nouvelles de la maison
- Départ en retraite
- Un peu d'humour
- Photos du mois de septembre

Editeur responsable : Vercauteren José, Rue de l'Institut 1 à 7730 Néchin

Rédaction : Delannay Marie-Eve, Demeulemeester Florie, Puaud Nicole, Leroy Manon

Mise en page : Delannay Marie-Eve et Demeulemeester Florie, Leroy Manon

Agrégation : P501002

Les animations du mois d'octobre

Vous trouverez ci-dessous le planning du mois d'octobre. Notez qu'il pourrait y avoir des changements en fonction de la situation que nous traversons.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi 1 ^{er} octobre	Vendredi 2 octobre	Samedi 3 octobre	Dimanche 4 octobre
			Jeu time's up à la salle des fêtes dès 14h00. 	Bowling à la salle des fêtes dès 14h00 + Adoration à la chapelle à 16h30 	Chapelet à la chapelle à 16h30	Célébration dominicale à la chapelle à 10h

Lundi 5 octobre Jeu « dessiné c'est gagné » au local d'ergo dès 14h00 	Mardi 6 octobre Atelier bien-être au local d'ergo dès 14h00 	Mercredi 7 octobre Activité musicale en compagnie d'Amélia à la salle des fêtes dès 14h00 	Jeudi 8 octobre Atelier créatif et décoration du local sur le thème de l'automne au local d'ergo dès 14h00 	Vendredi 9 octobre Fin de l'atelier créatif suivi d'un goûter au local d'ergo dès 14h00 	Samedi 10 octobre Chapelet à la chapelle à 16h30	Dimanche 11 octobre Célébration dominicale à la chapelle à 10h
Lundi 12 octobre Association d'images/sons sur le thème des animaux au local d'ergo dès 14h00 	Mardi 13 octobre Jeu de devinettes au local d'ergo dès 14h00 	Mercredi 14 octobre Animation en compagnie d'Amélia à la salle des fêtes dès 14h00 	Jeudi 15 octobre Lotto et/ou quiz de culture générale au local d'ergo dès 14h00 	Vendredi 16 octobre Bowling à la salle des fêtes dès 14h00 	Samedi 17 octobre Chapelet à la chapelle à 16h30	Dimanche 18 octobre Célébration dominicale à la chapelle à 10h

Lundi 19 octobre Art floral au local d'ergo dès 14h00 	Mardi 20 octobre Atelier culinaire : préparation de gâteaux pour le thé dansant au local d'ergo dès 14h00 	Mercredi 21 octobre Thé dansant à la salle des fêtes dès 14h00 	Jeudi 22 octobre Gymnastique douce et parcours psychomoteur à la salle des fêtes dès 14h00 	Vendredi 23 octobre Atelier mémoire sur les chansons au local d'ergo dès 14h00 	Samedi 24 octobre Chapelet à la chapelle à 16h30	Dimanche 25 octobre Célébration dominicale à la chapelle à 10h
Lundi 26 octobre Tic-tac des mots au local d'ergo dès 14h00 	Mardi 27 octobre « Qui veut gagner des biscuits ? » au local d'ergo dès 14h00 	Mercredi 28 octobre Atelier culinaire : réalisation de gaufres molles au local d'ergo dès 14h00 	Jeudi 29 octobre Bowling à la salle des fêtes dès 14h00 	Vendredi 30 octobre Commémoration des défunts à la salle des fêtes dès 14h30 	Samedi 31 octobre Chapelet à la chapelle à 16h30	

Nouveautés

Avis aux résidents, à partir de début octobre, Marjorie vous propose des séances de relaxation les mardis matin.

Pour celles et ceux qui seraient intéressés, merci d'en faire part à Marjorie, à l'accueil ou à Marie-Eve lors des animations.



Avis à tous, notre site internet institut-st-joseph.be a été mis à jour. Vous pouvez désormais consulter le planning des animations, le lien et les photos récentes des résidents. Pour toute suggestion d'amélioration, n'hésitez pas à en faire part à l'accueil ou à Manon.

A RETENIR

Changement d'heure

Nous passerons à l'heure d'hiver dans la nuit du samedi 24 au dimanche 25 octobre 2020.

- 1 heure

À 3 heures du matin
il sera alors 2 heures.



Nous gagnerons 1 heure de sommeil.

©www.calendrier.be

L'apithérapie, on en fait son miel !

L'apithérapie c'est prévenir et guérir de nombreux maux par le miel et ses dérivés. Encore faut-il savoir bien les choisir dans l'abondante offre existant sur le marché ...

Le miel « made in » la nature

Substance naturelle, le miel est le produit de l'assimilation du nectar des fleurs par les abeilles. Ces insectes mellifères y ajoutent des enzymes afin de le durcir et de le transformer en deux sucres simples : le fructose et le glucose. Grâce à ces enzymes, le miel épaissit, sa teneur en eau diminue. Lorsque celle-ci est suffisamment faible, les abeilles stockent le miel dans les alvéoles. Il est alors prêt à être récolté... et consommé.

Ce produit de la ruche, utilisé depuis des millénaires, est une source importante d'anti-oxydants. Il permettrait de lutter contre de nombreuses maladies inflammatoires.



Antibiotique naturel chargé en vitamines, minéraux et oligoéléments, il renforce le système immunitaire. Il a également des vertus cicatrisantes : un peu de miel sur une plaie ou une brûlure soulage la douleur et aide à la cicatrisation. Sur la peau, il fait des miracles pour hydrater, traiter l'acné, avoir un teint plus lumineux ...

A chaque miel son potentiel !

Chaque miel a un goût, une couleur et une odeur typiques et aura une composition spécifique, pouvant avoir différents effets sur le corps humain.

- Le miel d'acacia favorise le transit intestinal
- Le miel de châtaigner tonifie les veines.
- Le miel de romarin stimule le bon fonctionnement du foie
- Le miel de lavande est bénéfique en cas de troubles cardiaques et respiratoires
- Les miels de sapin d'eucalyptus soulagent la toux grasse
- Les miels d'acacia et de tilleul sont apaisants et favorisent le sommeil
- Le miel de manuka (un cousin de l'arbre à thé, le fameux tea tree de l'huile essentielle) est un miel d'exception. Si comme tous les autres, il est antibactérien et a des vertus cicatrisantes, il a la particularité d'être plus concentré en méthylglyoxal qui assure une activité antimicrobienne puissante. Dispose en pansement, il empêche les bactéries de se fixer sur une plaie.
- Par précaution ; il faut éviter de donner du miel aux enfants de moins de 1 an.



Quizz : heureux hasards



La sérendipité c'est le don de faire une découverte par hasard, par accident ou par erreur. Le terme scientifique « quand on ne cherche pas, on trouve ! » Et vous, trouverez-vous les bonnes réponses ?

1. Qu'a découvert ce paysan grec en 1820 alors qu'il creusait à la recherche de pierres pour bâtir un mur ?
 - a. *La Vénus de Milo*
 - b. *Le Parthénon*
 - c. *Le Discobole*

2. Périgord, 1940. Robot, le chien de Marcel, poursuit un lapin jusque dans son terrier, un terrier qui se révèle être ...
 - a. *Le tombeau de Vercingétorix*
 - b. *La grotte de Lascaux*
 - c. *Les vestiges des thermes de Cluny*

3. En 1985, qu'a-t-on trouvé lors de l'expédition qui couvrait les recherches de sous-marins nucléaires américains ?
 - a. *L'épave de Titanic*
 - b. *Une barrière de corail*
 - c. *L'Atlantide*

4. Jean-Claude Bianco, pêcheur marseillais lança ses filets dans les calanques. Ce 7 septembre 98, la pêche fut miraculeuse ! Il remonta ...
 - a. *La gourmette de Saint-Exupéry*
 - b. *Le collier de la reine Margot*
 - c. *La chevalière de Fernandel*

5. Inventé dans les années 30, il servait à nettoyer le papier peint. Vingt ans plus tard, quand l'entreprise fit faillite, son inventeur le recycla en jouet ...
 - a. Le crayon gras Crayola
 - b. Le slime
 - c. La pâte à modeler Play-Doh
6. A l'origine, les Japonais l'ont inventé pour permettre à l'équipe nationale de hockey sur glace de s'entraîner l'été
 - a. La neige carbonique
 - b. Les rollers in-line
 - c. L'air conditionné
7. Avant de servir à combler les rides, le Botox était utilisé pour...
 - a. Soigner le strabisme
 - b. Colmater les fissures dans les murs
 - c. Assaisonner les plats
8. L'inventeur du velcro a pris exemple sur ...
 - a. Les pattes hyper adhérentes des lézards
 - b. Les graines de bardane
 - c. Les éponges



8. B, Après une balade en forêt, Georges de Mestral constata que son pantalon en velours était couvert de ces petites boules. Il observa au microscope qu'elles étaient munies de petits « crochets », ce qui lui donna l'idée d'inventer le VELours CROchet.

Réponses :
 1. A
 2. B
 3. A
 4. A
 5. C
 6. B
 7. A
 8. B

Relier*

Patrimoine naturel mondial

Reliez les lieux naturels à leurs noms

1-



● Le Grand Canyon

2-



● Les Falaises d'Étretat

3-



● La Baie d'Ha Long

4-



● Les Chutes du Niagara

5-



● Les Lacs de Plitvice

*Repris de la gazette Wivv

Relier* : réponses et anecdotes



1- Les Lacs de Plitvice

Le parc des lacs de Plitvice est un lieu naturel d'exception situé en Croatie. Créé en 1949, c'est le premier parc national du pays et l'un des plus beaux d'Europe. Il regroupe pas moins de 16 lacs qui se déversent les uns dans les autres avec des cascades !



2- La Baie d'Ha Long

La Baie d'Ha-Long se situe dans le golfe du Tonkin au Vietnam. Elle compte environ 1 600 îles et îlots qui créent un paysage marin spectaculaire de piliers de calcaire. En raison du relief vertigineux, la plupart des îles sont inhabitées et non perturbées par l'homme.



3- Le Grand Canyon

Le Grand Canyon se situe aux États-Unis dans l'Arizona. Il fut sculpté par le Colorado. C'est la gorge la plus spectaculaire du monde avec 1 500 m de profondeur. On y trouve des vestiges préhistoriques.



4- Les Falaises d'Étretat

Les Falaises d'Étretat se situent en Normandie. Elles sont mondialement connues et ont inspiré de nombreux peintres dont Claude Monet qui en fit le sujet de 80 de ses toiles ! Elles se composent de 3 falaises : Aval, Amont et Manneporte.



5- Les Chutes du Niagara

Les Chutes du Niagara sont un ensemble de trois chutes d'eau situées sur la rivière Niagara. Cette dernière relie le lac Érié au lac Ontario dans l'est de l'Amérique du Nord à la frontière entre le Canada et les États-Unis.

*Repris de la gazette Wivy

Trouver l'intrus*

Parmi ces propositions, trouvez l'intrus :

①



②



③



④



*Repris de la gazette Wivy

Trouver l'intrus : réponses et anecdotes

1- Parmi les châteaux de la Loire se cachait en 3^e position le Viaduc de Millau.

Les châteaux de la Loire datent du Moyen-Âge et de la Renaissance. Ils se situent dans les régions Centre et Pays de la Loire. Les plus magnifiques sont des résidences royales bâties par les Rois Louis XII et François I^{er}. Ils sont mondialement connus et reçoivent des milliers de touristes chaque année.

2- Parmi les monuments parisiens se cachait en 1^{ère} position l'Atomium de Bruxelles.

Paris est la capitale de la France et regorge de monuments historiques qui attirent chaque année de nombreux visiteurs. Le plus célèbre est bien évidemment la Tour Eiffel qui fut construite en 1889 pour l'exposition Universelle. Normalement, la Tour devait être détruite après l'Exposition.

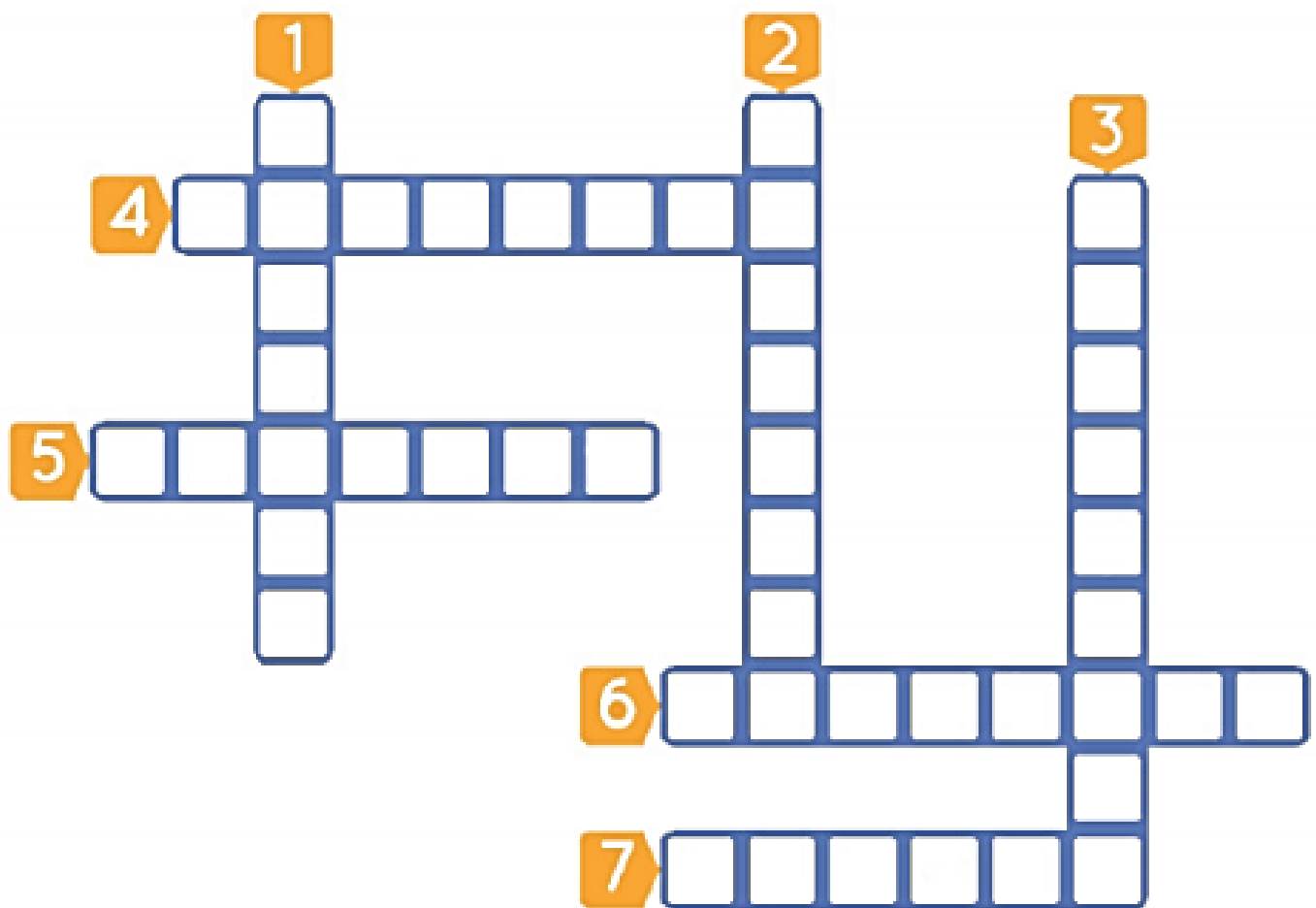
3- Parmi les lieux célèbres de Marseille se cachait en 3^e position une maison typique de la ville de Strasbourg.

La ville de Marseille est le chef-lieu du département des Bouches-du-Rhône et de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur, située au bord de la mer Méditerranée. C'est la deuxième ville de France après Paris. Elle est aussi le port français le plus important en matière de transport de personnes et de marchandises sur la mer Méditerranée.

4- Parmi les beffrois typiques du Nord de la France se cachait en 1^{ère} position Big Ben.

Un beffroi est une tour qui renferme les cloches communales. Il est généralement associé à l'Hôtel de ville. Il le surmonte ou se situe à proximité. Le beffroi domine la vie de la commune, il en devient souvent le symbole. On trouve de nombreux beffrois dans le Nord de la France ainsi qu'en Belgique.

Mots croisés



- 1- Je suis utilisé en Moldavie mais je viens d'un pays voisin.
- 2- Mes sonorités évoquent la paëlla, le chorizo et le soleil !
- 3- Je suis la langue officielle de deux pays séparés par l'océan Atlantique !
- 4- Vous pouvez m'entendre dans les rues de Varsovie.
- 5- « La dolce vita »
- 6- Je suis la langue de Goethe
- 7- Je suis une langue nordique qui possède 3 lettres de plus que l'alphabet latin : Æ, Ø et Å

Mots croisés : réponses

1. Roumain : Le roumain est couramment parlé par environ 28 millions de personnes. Une grande partie (71,66 %) du lexique roumain provient directement du latin et contient des racines de langues romanes occidentales.

2. Espagnol : L'espagnol est parlé en Espagne et aussi dans de nombreux pays d'Amérique latine et territoires associés, à un moment de leur histoire, à l'Empire espagnol. La langue espagnole s'est diffusée avec l'expansion de l'empire espagnol entre le XV^e et le XIX^e siècle. Aujourd'hui l'espagnol est la 3^e langue la plus parlée dans le monde.

3. Portugais : Le portugais occupe la 6^e place des langues les plus parlées dans le monde ! Les personnes qui maîtrisent le portugais s'appellent les « lusophones ». Il sont liés par une culture commune. C'est la langue la plus parlée en Amérique du Sud et dans l'hémisphère sud : Portugal, Brésil, Angola, Sao Tomé...

4. Polonais : Le polonais est une langue appartenant aux langues slaves. Elle a le statut de langue officielle en Pologne. Malgré les pressions qui ont été exercées pour essayer de supprimer cette langue, une littérature très riche s'est développée et aujourd'hui, le polonais est la seconde langue slave la plus parlée !

5. Italien : Historiquement, l'italien était un dialecte régional (le toscan) qui a réussi à s'imposer dans le reste du pays. Dante a comparé la manière de dire « oui » en Italien, en « langue d'oc » (provençe, occitan) et en « langue d'oïl » (français) et il a donné le surnom de « langue de si » à l'italien.

6. Allemand : L'allemand fait partie des langues germaniques. Sa diffusion en tant que langue distincte des autres langues germaniques a débuté au Haut Moyen-Âge. Avec 100 millions de locuteurs principalement répartis en Europe. L'allemand est la langue la plus parlée du vieux continent !

7. Danois : Le danois est la langue officielle du Danemark et des îles Féroé. Il est généralement intelligible par les Norvégiens et les Suédois. En danois, l'usage de l'expression « s'il vous plaît » est très rare voir inexistant.

Chanson à trous*

Remplacez les mots à leur place dans le texte de cette chanson :
PAPA / LAINE / ROSAE / RÊVES / PHARMACIEN / THÈMES / TEMPS /
PROSPER / TÊTES / RIEN / TANGO / COLLÈGE / ROSA / PÈRES / CHAGRIN

C'est le plus vieux (1) _____ du monde
Celui que les (2) _____ blondes
annoncent comme une ronde
En apprenant leur latin
C'est le tango du (3) _____
Qui prend les (4) _____ au piège
Et dont il est sacrilège
De ne pas sortir malin
C'est le tango des bons (5) _____
Qui surveillent l'oeil sévère
Les Jules et les (6) _____
Qui seront la France de demain

Rosa rosa rosam
Rosae rosae rosa
Rosae rosae rosas
Rosarum rosis rosis

C'est le tango des forts en (7) _____
Boutonneux jusqu'à l'extrême
Et qui recouvrent de (8) _____
Leur cœur qui est déjà froid
C'est le tango des forts en (9) _____
Qui déclinent de (10) _____
Et qui seront (11) _____
Parce que (12) _____ ne l'était pas
C'est le (13) _____ où j'étais dernier
Car ce tango (14) _____ (15) _____
J'inclinai à lui préférer
Déjà ma cousine Rosa

Extrait de "Rosa", chanson de Jacques Brel, parue en 1962.

*Repris de la gazette Wivry

Chansons à trous* : réponses

- 1- Tango
- 2- Têtes
- 3- Collège
- 4- Rêves
- 5- Pères
- 6- Prosper
- 7- Thèmes
- 8- Laine
- 9- Rien
- 10- Chagrin
- 11- Pharmacien
- 12- Papa
- 13- Temps
- 14- Rosa
- 15 - Rosae



*Repris de la gazette Wivy

Art-thérapie

N'hésitez pas à demander des crayons de couleurs à l'accueil si besoin.



Ce dimanche 18 octobre nous fêterons Saint-Luc, qui était-il ?

Luc l'Évangéliste ou Saint-Luc du grec ancien Loukas, est un personnage dont on sait peu de chose mais qui a rédigé une partie du Nouveau Testament. La tradition chrétienne le considère comme l'auteur de l'Évangile qui porte son nom, ainsi que des Actes des Apôtres. Luc est en fait syrien d'Antioche, médecin de profession, il n'eut ni femme, ni enfants, nous dit un écrit du 2^{ème} siècle, et il mourut à quatre-vingt quatre ans en Béotie (Grèce centrale), rempli de l'Esprit Saint.

Gentil docteur adorateur des idoles, soucieux de ses malades dont il connaît la faiblesse et souvent la misère. Jusqu'au jour où il entend Saint-Paul parler de Jésus, qui vient apporter le salut et la résurrection. Pendant 18 ans, il ne quittera plus désormais l'Apôtre des Nations et le suivit jusqu'à son martyre à Rome en 67.

Évangéliste de la Miséricorde, il est l'auteur d'un Évangile et du livre des Actes des Apôtres. On y trouve plusieurs termes médicaux pour parler de la maladie de ceux qui s'adressent à Jésus. Sa présentation de la mission est significative : Jésus y insiste plus qu'ailleurs sur les « guérisons ». Le vocabulaire est riche : « soigner les maladies, guérir ceux qui sont affaiblis, annoncer la Bonne Nouvelle et soigner partout ».



Soucieux d'authenticité, il nous dit avoir étudié ses sources, comme le médecin écoute son patient pour mieux dire un diagnostic. Modeste et compatissant, il retient plus que les autres Évangélistes tout ce qui marque la bonté du Sauveur : l'enfant prodigue, le bon Samaritain, la brebis perdue,

la prostituée qui s'en va pardonnée, le bon larron. On dit de lui : « il est le scribe de la miséricorde du Christ ». Heureux lui-même d'avoir trouvé le salut, il est à sa manière, le chantre de l'Amour incarné comme Saint-Jean le sera de l'Amour infini de Dieu Trinité.

Aux côtés de Marie, c'est lui qui nous a parlé avec tant de délicatesse de la Mère de Dieu, la toute pure et toujours Vierge Marie relisait dans sa mémoire les faits et gestes du Seigneur, pour en approfondir toute la signification, comme Saint-Luc l'a fait en écoutant Saint-Paul et en nous transmettant cet évangile de la bonté de notre Père du ciel. Saint-Luc est aussi l'évangéliste qui a le plus parlé des femmes.

Homme cultivé, il maniait le grec avec dextérité et avait étudié la médecine. C'est la raison pour laquelle il a été, tôt, choisi comme patron des médecins mais aussi des peintres et des sculpteurs, on le représente peignant la Vierge Marie.

Le diacre Daniel.



Les nouvelles de la maison

Les anniversaires du mois d'octobre :



Parmi les résidents :

Me Denayer Ginette (03/10) ; Me Laebens Liliane (07/10) ; Me Nys Andrée (10/10) ; Me Duquesne Martha (12/10) ; Me Foucart Louissette (16/10) ; Me Masse Yvette (17/10) ; Me Seynave Mariette (18/10) ; Me Delhoutre Jacqueline (19/10) ; Me Delbar Irène (23/10) ; Melle Conratte Sylvianne (26/10) ; Mr Gregoire Pol (26/10) ; Me Mattu Marie (28/10) ; Me Maertens Yvette (30/10)

Parmi le personnel :

Allaert Margaux (03/10) ; El Gahidi Fatiha (06/10) ; Plancq Maddy (13/10) ; Vlieghe Thérèse (13/10) ; Peirs Martine (18/10) ; Boniface Catherine (30/10) ; Terryn Victoria (30/10) ; Daulan Christine (31/10)

Ils nous ont rejoints : Mr Nitz Werner (SA) ; Me Plouvier Anne-Marie (CT) ; Mr Petit Michel (SA) ; Me Pauwel Georgette (SJ) ; Mr et Me Pauwels Jean-Pierre et Marie-Thérèse (SB) ; Mr et Me Claude Martin et Solange (ND) ; Mr Coene Jean (SJ) ; Me Velvynde Rosette (SB)

Nos pensées et nos prières accompagnent Me Verhellen Margueurite, Mr Debusschere Joseph, Me Droulez Jacqueline et Mr Saffers Marcel ainsi que leur famille.

Départ en retraite



Ce 31/10/2020, Christine DAULAN aura terminé sa carrière professionnelle chez nous après un peu moins de 15 années de travail au sein de notre maison de repos.

Nous pouvons lui dire toutes et tous

Merci!

Nous aurons l'occasion de fêter sa mise à la retraite dès que la situation actuelle permettra de se rassembler de nouveau.

10 conseils express pour les jours « sans »

1. Accueillir ses sensations

Ne pas les refuser. Les accepter et les observer comme un témoin extérieur. Laisser passer les émotions négatives comme des nuages gris dans le ciel. Au besoin, remplir quelques feuilles blanches pour « vider son sac » quant à ce qui ne va pas. Lâcher prise. Laisser aller : aujourd'hui, c'est n'est pas top, mais ça ne durera pas toujours. Surtout si l'on fait ce qu'il faut...



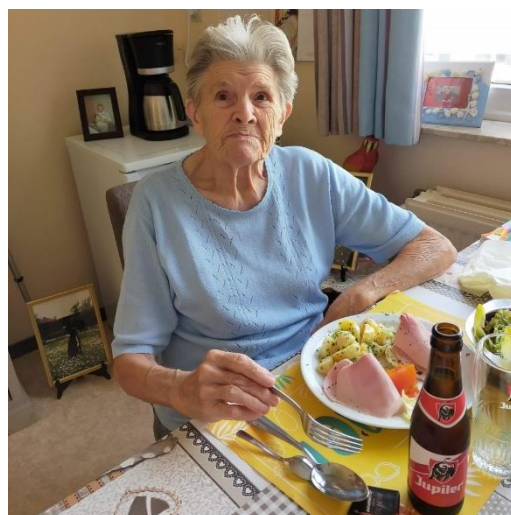
2. Changer sa posture physique et intellectuelle

Même si vous avez l'impression de faire semblant, souriez, tenez-vous droit, comme si un fil tirait votre tête vers le haut. Modifier votre posture physique a un impact sur votre mental.

3. **Se reposer, faire une sieste.** Ça va souvent tout de suite mieux quand on a dormi.
4. **S'offrir un petit plaisir.** Un magazine, un accessoire, une pause gourmande...
5. **Donner de l'amour à quelqu'un ou quelque chose.** Ça permet de « se mettre à l'extérieur » de son mal-être.
6. **Marcher, se balader, si possible en se laissant aller à contempler la nature.**
7. **Surveiller son dialogue intérieur.** Stopper les pensées négatives. Essayer de ne penser à rien ou de répéter des phrases positives : « ça va aller. J'ai confiance. Tout va bien se passer... »
8. **Faire une activité ressourçante.** Peindre, lire, écouter de la musique, aller au cinéma...
9. **Se joindre à des gens ou téléphoner.** Ne pas rester seul(e) à ruminer.
10. **Se faire du bien physiquement :** bain, tisane, massage, étirements, relaxation, respiration.

Photos du mois de septembre

Les résidents ont fêté leur anniversaire comme il se doit ! Ils ont d'ailleurs pu choisir le repas de leur choix à l'occasion de leur anniversaire.



Pour d'autres, c'était shooting photo improvisé !