

Le Lien

Septembre 2022

Institut Saint Joseph
de Néchin



Sommaire :

- Programme des animations.
- La bulle qui fait du bien : Comment lâcher-prise dans une situation stressante...
- Merci de Sœur Monique à Sœur Françoise
- Prendre des bonnes résolutions : pourquoi pas en septembre.
- Planter les bulbes pour une floraison au printemps, été ou automne.
- Les bienfaits du sureau noir
- Rébus et Quizz musical
- Signe du mois : Balance.
- Un peu d'humour.
- Les nouvelles de la maison
- Les photos du mois de juillet et août.
- Solutions à nos jeux
- Art thérapie

Chemin de vie

Si ton cœur est triste
Donne-lui la semence
De nouveaux espoirs.
Cherche au plus profond de toi
Et tu découvriras des merveilles,
Une partie que tu avais oubliée.
Prends le temps de regarder ta vie.
Va dans le jardin de ton âme
Et tu trouveras la plénitude.
Si tu ne peux pas réaliser tes désirs,
Il te reste l'espoir qu'un jour
Tu aies d'autres joies.
Si la pluie inonde ton visage
Et cache tes larmes
Dis-toi que le soleil les séchera.
Souris à la vie,
Car si aujourd'hui rien ne va,
Il reste demain.
Avance sur le chemin de vie
Car au bout tu verras,
Inscrit dans le ciel
En lettres de feu,
Le mot ESPOIR.

Madeleine Cohérier

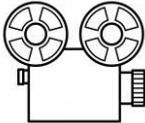
Editeur responsable : Vercauteren José, Rue de l'Institut 1 à 7730 Néchin

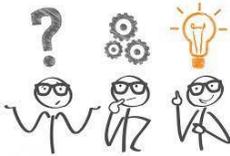
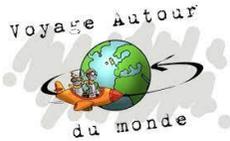
Rédaction : Delannay Marie-Eve, Puaud Nicole, Dhonte Bénédicte

Mise en page : Delannay Marie-Eve, Dhonte Bénédicte

Agrégation : P501002

Programme des animations du mois de septembre 2022.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
			1 septembre Balade et dégustation du tiramisu 	2 septembre Jeux de société et goûter au local d'Ergo dès 14h00 et Adoration à la chapelle dès 16h30	3 septembre Prière du chapelet à la chapelle dès 16h30	4 septembre 23 ^{ème} dimanche ordinaire. Célébration dominicale à la chapelle dès 10h00
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
5 septembre Atelier culinaire : réalisation de tartes aux prunes au local d'ergo dès 14h00 	6 septembre Atelier mémoire : sur les monuments d'Europe au local d'Ergo dès 14h00 	7 septembre Jeu : « dessiné c'est gagné » au local d'ergo dès 14h00 	8 septembre Projection d'un film à la salle des fêtes dès 14h00 	9 septembre Jeu du baccalauréat au local d'Ergo dès 14h00 	10 septembre Prière du chapelet à la chapelle dès 16h30	11 septembre 24 ^{ème} dimanche ordinaire. Célébration dominicale à la chapelle dès 10h00

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<p>12 septembre Après-midi Bien-être au local d'Ergo dès 14h00</p> 	<p>13 septembre Jeux de société divers au local d'Ergo dès 14h00</p> 	<p>14 septembre BLIND TEST au local d'Ergo dès 14h00</p> 	<p>15 septembre Jeu de Lotto au local d'Ergo dès 14h00</p> 	<p>16 septembre Remue- méninges au local d'Ergo dès 14h00</p> 	<p>17 septembre Prière du chapelet à la chapelle dès 16h30</p>	<p>18 septembre 25^{ème} dimanche ordinaire. Célébration dominicale à la chapelle dès 10h00</p>
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<p>19 septembre Art thérapie au local d'Ergo dès 14h00</p> 	<p>20 septembre Jeu : Voyage autour du monde au local d'Ergo dès 14h00</p> 	<p>21 septembre Shooting photos « <i>Faites les stars !</i> » au local d'Ergo dès 14h00</p> 	<p>22 septembre Ateliers créatifs divers : « <i>L'automne</i> » au local d'ergo dès 14h00</p> 	<p>23 septembre Ateliers créatifs divers « <i>L'automne</i> » au local d'ergo dès 14h00</p> 	<p>24 septembre Prière du chapelet à la chapelle dès 16h30</p>	<p>25 septembre 26^{ème} dimanche ordinaire. Célébration dominicale à la chapelle dès 10h00</p>

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
26 septembre Jeu du mot Mystère au local d'Ergo dès 14h00 	27 septembre Anniversaires du mois à la salle des fêtes dès 14h00 	28 septembre Atelier culinaire : réalisation de tiramisu aux abricots et spéculoos au local d'ergo dès 14h00 	29 septembre Gymnastique douce à la salle des fêtes au local d'Ergo dès 14h00 	30 septembre Atelier mémoire de vie : « Pourquoi dit- on ... » au local d'ergo dès 14h00 		

Dès le jeudi 08 septembre 22
de 14h00 à 16h00



REPRISE de l'

Salle des Fêtes de l'Institut

Contact : Becuwe Marjorie et Allaert Margaux
Au 069/36.27.00

Prochaine date :

Les jeudis 13 octobre, 10 novembre, 8 décembre 2022

12 janvier, 09 février, 09 mars, 13 avril, 11 mai, 08
juin 2023



Annick DELACOU

Serait heureuse de vous présenter ses travaux réalisés depuis son entrée à l'institut et remercie le Directeur et le personnel de lui avoir permis d'exercer sa passion, ce qui lui a facilité son intégration dans la résidence.

EXPO :

les jeudi et vendredi 6 et 7 octobre 2022
de 14h30 à 17h
à la Salle des Fêtes

LA bulle qui fait du bien

Comment lâcher-prise dans une situation stressante...

Qui craint de souffrir,
souffre déjà
de ce qu'il craint.

M. de Montaigne



Chaque fois qu'une situation me procure des émotions négatives

-Identifier le problème

-Identifier ce que je ressens
(psychologiquement et physiquement)

-Accepter la situation
(arrêter de lutter, laisser partir les émotions négatives, trouver du positif)

-Se détacher de la situation
(prendre conscience que je ne peux pas changer la situation, et que continuer à y penser ne fera que me rendre mal)

Histoiredunchoix.com

Chaque fois qu'une situation me procure des émotions négatives

Identifier le problème



Ressenti



Acceptation



Détachement

Histoiredunchoix.com





Ce 16 juillet 2022, sœur Françoise nous quittait :
Merci de Sœur Monique à sœur Françoise
Sa consœur dans la congrégation des
sœurs Salésiennes de la visitation.

Bonjour à chacun et à chacune,

Avant de commencer la Messe d'action de grâce pour Sœur Françoise, je voudrais vous dire un petit mot de sa part : savez-vous qu'elle priait chaque jour pour chacun de vous ici présent ? Oui, vos noms et vos adresses sont inscrits dans son carnet mais ils l'étaient aussi dans son cœur et elle vous nommait au long de la journée, fidèle qu'elle était à la Prière des Heures et à la récitation du rosaire ! Françoise était une personne de prière et d'intercession. Vous pouviez lui confier toutes vos intentions. Elle n'en oubliait aucune ! Elle écrivait à vos fêtes et anniversaire et son téléphone lui servait journallement.

Elle continuera au ciel ce qu'elle a commencé ici-bas car elle m'a dit un jour : "quand j'ai pensé à être religieuse, je voulais être comme la Petite Thérèse et quand je mourrai, comme elle, je passerai mon ciel à faire du bien sur la terre !"

Vous voyez donc que je ne me trompe pas et que je devais vous révéler cela !

Depuis 13 ans, je vis avec Françoise à l'Institut St Joseph de Néchin. De 5 Sœurs au début, nous sommes devenues 2 ! Mais cela m'a permis de découvrir Françoise et de m'émerveiller à son sujet.

Dans nos constitutions, il est dit : "*Jésus lui-même, par choix divin, nous donne des Sœurs en communauté pour que nous devenions, les unes par les autres, des êtres qui réussissent à aimer.*"

Cette phrase nous a beaucoup parlé à Françoise et à moi. Pourquoi ? Parce que lorsqu'il a fallu nous disséminer dans différents homes, nous pouvions choisir parmi ceux qui nous étaient proposés. Françoise n'avait rien choisi. Nous étions en auto sur le chemin de Renaix, pour aller voir Marie, sa sœur malade, quand j'ai demandé à Françoise : "Est-ce que tu pourrais venir avec moi à Néchin pour t'occuper spécialement de Sœur Mauricia (qui allait vers ses 100 ans) car moi, je vais devoir m'occuper de mon frère Armel, atteint de la maladie de Parkinson et qui nous avait déjà précédées à Néchin."

Françoise m'a regardée avec un grand sourire et m'a dit : " c'est tout ce que je souhaitais !"

Françoise, aide sénior, s'est merveilleusement occupée de Sœur Mauricia. Elle m'a dit : «J'étais bien près d'elle"!

Françoise était bien aussi près des membres du personnel qui étaient à son service : elle avait un regard très positif : "sans ces personnes, je ne serais pas ce que je suis » !

Le fond de mon expérience spirituelle c'est : "je mets ma vie entre les mains de Dieu en vivant en communauté. Les résidents, les membres du personnel font aussi partie de ma communauté. Je leur donne mon sourire et mon amitié et je reçois la leur. L'amitié ça fait beaucoup !

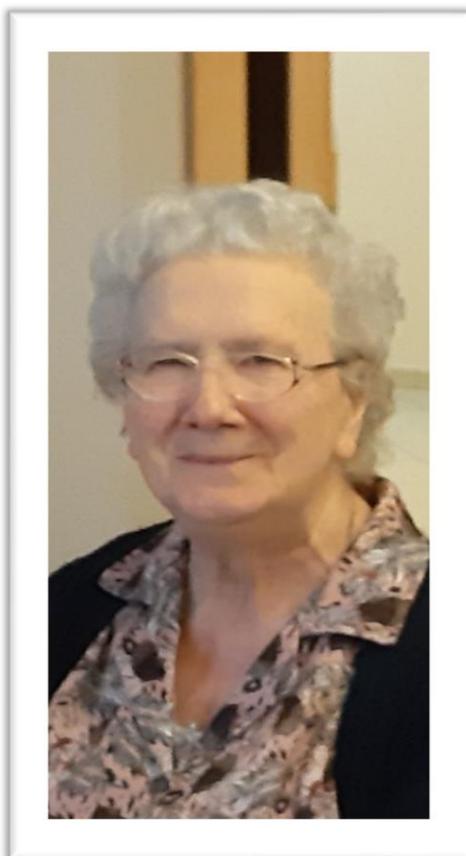
"Aimez-vous les uns les autres comme je vous ai aimés" J'aime cette demande de Jésus ! Mais, c'est chaque jour qu'il faut recommencer !"

Françoise m'a beaucoup appris mais je n'ai pas toujours été une bonne élève et je ne le suis pas encore : elle m'aidera, j'y compte ! Car Françoise ne médissait jamais de son prochain, elle n'avait aucune exigence ni en nourriture, ni en vêtement : " tout est bon, pour moi" disait-elle !

Que de fois elle m'a dit : "heureusement que tu es là, je suis contente quand tu viens, j'ai de la chance de t'avoir." J'ai pu lui répondre : " moi aussi j'ai de la chance que tu sois là !"

Maintenant, plusieurs de mes sœurs vont sourire car elles se rappelleront qu'un jour un prêtre venu en communauté nous avait invitées à faire l'éloge funèbre de chacune de nos sœurs. Il disait : "lors de l'éloge funèbre, on trouve mille qualités à la personne ; mais lorsqu'on vit avec elle, on lui voit mille défauts ! N'attendez pas que votre sœur soit morte pour trouver ses qualités !"

Je n'ai pas fait l'éloge funèbre de Françoise mais bien l'éloge fraternel d'une Petite Thérèse de l'an 2000 qui m'a marquée, jour après jour, par sa simplicité, sa douceur, sa piété, sa charité ! Elle était née à Celles ! Merci !



Prendre des bonnes résolutions : pourquoi pas en septembre !!!



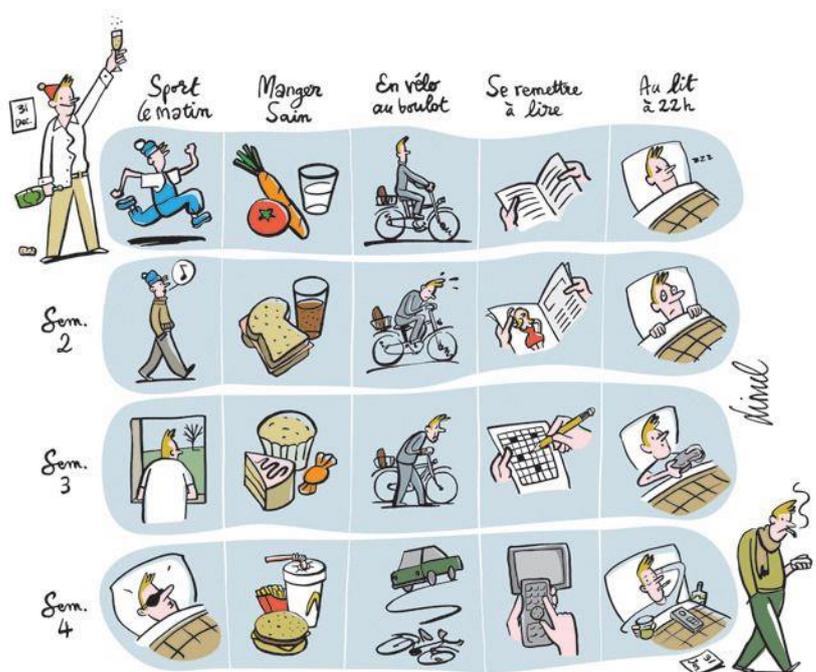
En fait, pourquoi prendre des bonnes résolutions ?

Comment expliquer que l'on s'acharne à prendre des bonnes résolutions. Pourquoi ne pas saisir l'occasion pour faire peau neuve et revoir ses objectifs personnels en cours d'année et pour l'avenir ? C'est une période de rupture avec le quotidien, idéale pour initier un [changement](#) !

Pourtant, même si nos intentions sont bonnes, plus de [80% de nos résolutions finissent abandonnées au bord de la route](#).

Un constat qui remet en cause notre **volonté dans la durée**.

Pourquoi ? Cela s'expliquerait par un manque de réalisme en amont, des lacunes en organisation pour ce qui est du suivi et de soutien de notre entourage, quand il ne s'agit pas simplement d'un oubli. Et puis, n'oublions pas que, dans notre cerveau, se joue une gue-guerre constante entre **recherche de satisfactions immédiates** et **gains à atteindre à long terme**. Et dans ce contexte, les bonnes résolutions peuvent être source de pression excessive, voire de culpabilité. De quoi se décourager me direz-vous ?



Ou, au contraire, de quoi redoubler d'efforts et bien préparer sa démarche et mettre toutes les chances de son côté, non ? Et le moins que l'on puisse dire c'est que les dernières années n'ont pas été de tout repos. Et si cette année, on tentait l'expérience, se (re)motiver ? Comme on dit, qui ne tente rien n'a rien, non ?

Prendre des bonnes résolutions, oui mais efficaces et durables !

1. Faire le bilan de l'année écoulée.

Avant de vous lancer, planifiez-vous un moment pour faire le [bilan](#). Prenez le temps de réfléchir à vos réussites et à vos échecs, aux choses qui vous ont plu et à celles qui vous ont moins plu. Essayez d'être le/la plus objectif(ve) possible pour être sûr(e) de vous fixer des résolutions tenables par la suite.

De même, listez les erreurs, échecs et difficultés rencontrées. Comment auriez-vous pu les éviter ? Cependant réfléchissez quand même à ce que vous auriez pu mieux faire ou différemment.

Attention : faire son propre bilan ne doit pas provoquer une déferlante d'autocritiques, être source de solitude et de culpabilité, ni être l'occasion de se dévaloriser. Car faire le bilan c'est avant tout le moment de se féliciter du chemin parcouru. La petite astuce pour s'assurer d'être [bienveillant](#) avec soi-même. N'hésitez pas non plus à demander à vos proches et vos collègues leur avis, un regard extérieur est toujours bienvenu !

2. Identifier vos valeurs.

Pour savoir où vous voulez aller, il est bon d'identifier vos [valeurs](#). **Se connaître est primordial pour ne pas s'égarer.** Vos valeurs sont les [motivations](#) qui vous guident, votre boussole interne. **Ce ne sont ni vos besoins, ni vos devoirs** mais ce qui est important pour vous et vous rend heureux.

Identifiez vos 3 valeurs phares.

- **Prenez votre temps**, l'exercice n'est pas facile mais faites-vous confiance.
- Ensuite, pour chaque valeur phare, **verbalisez ce qu'elle représente pour vous.** Trouvez 5 verbes par valeur, cela vous permettra d'appréhender au mieux leur part subjective.



En identifiant vos valeurs, vous serez assuré d'**avoir des résolutions répondant à vos motivations profondes ou en tout cas, n'allant pas à leur rencontre.**

3. Employez la méthode SMART pour des objectifs simples, mesurables, atteignables et délimités dans le temps.

Pour établir des résolutions atteignables, vous pouvez utiliser la méthode SMART, qui consiste à établir des objectifs Simples, Mesurables, Atteignables et délimités dans le temps. **(Spécifique, Mesurable, Atteignable, Réaliste, Temporel).**

Spécifique

Un objectif doit être spécifique, précis, concret, formulé positivement et sans ambiguïté possible. N'hésitez pas à décomposer un objectif vague en plusieurs petits objectifs.

Mesurable

Un objectif est mesurable lorsque des critères qualitatifs ou quantitatifs permettent de mesurer les progrès et d'en évaluer le(s) résultat(s).

Atteignable

Un objectif atteignable suppose un effort et un engagement. Le niveau d'ambition pour chaque objectif doit être fixé au bon niveau : ni trop haut (frustration) ni trop bas (ennui). C'est essentiel !

Réaliste

Pour être réaliste, un objectif prend en compte votre situation actuelle, vos ressources (temps, énergie, argent) en intégrant, le contexte dans lequel vous êtes actuellement (familial, professionnel, financier). Évaluez le temps que prennent vos diverses activités, et revoyez l'objectif à la lumière des autres objectifs que vous vous êtes fixés, pour repérer d'éventuelles incompatibilités.

Temporel

L'objectif doit être circonscrit dans un cadre temporel. Une échéance est nécessaire. L'objectif peut être alors habituel et/ou ponctuel.

La méthode SMART permet de mentaliser l'objectif et de passer plus facilement de l'idée à l'action. Une fois votre résolution définie et ritualisée, le plus dur sera fait et votre motivation aura plus de chance de rester au beau fixe... il ne vous restera plus qu'à la visualiser et lâcher prise.

4. Prendre le temps de vous améliorer, un pas à la fois.

Connaissez-vous la technique japonaise du **Kaizen** qui signifie « amélioration continue » ? Elle se destine autant à la vie personnelle qu'au travail. **C'est un mouvement continu et graduel qui s'applique par petites touches au quotidien**, ce qui aura un impact sur la durée.

5. Relativiser ses échecs.

Relativiser ses échecs quand on fait le bilan c'est bien, le faire dès qu'on en rencontre c'est encore mieux ! Le mot d'ordre : ne surtout pas se décourager ! **Se rappeler que l'échec est nécessaire** à l'apprentissage et à l'évolution.

5. Positiver

N'oubliez pas que **positiver est la meilleure façon de réussir**. Inconsciemment, il y a un impact dans la façon de dire les choses, qui peut faire toute la différence.

Comment ne pas perdre ses résolutions de vue ? Appliquez ces petites astuces

1. Trouvez une citation qui vous motive.

Il y a forcément des phrases qui vous inspirent, vous motivent. Essayez d'en trouver une qui correspond à votre état d'esprit.

2. Chaque jour, écrivez une phrase.

Pas besoin de rédiger un roman, juste une petite phrase **dans laquelle vous écrivez ce que vous avez appris le jour même**. Faire cet exercice quotidiennement est un bon moyen de garder une trace de votre évolution, de vous rendre compte que vous avancez dans la bonne direction (ou pas) et donc... de tenir vos résolutions !

Si vous n'arrivez pas à tenir vos résolutions même après avoir appliqué ces conseils, ne baissez pas les bras, **le plus important dans une résolution, c'est la motivation qu'elle procure, l'impulsion qu'elle donne quand on la prend, plus que le fait de l'atteindre réellement.**

A vous !!!

Planter les bulbes pour une floraison au printemps, été ou automne

Le mois de septembre nous fait rentrer dans l'automne. Si la luxuriance des floraisons estivales se tasse, il faut déjà penser à fleurir son jardin au printemps prochain, et pour cela, les bulbes sont indispensables ! Mais certains bulbes fleurissent en été et d'autres en automne

Quelles plantes à bulbes choisir ?

Les plantes à bulbes ont en commun d'avoir un organe de réserve qui leur permet de survivre en période de repos de la végétation. Selon les végétaux, différents noms existent :

- le **bulbe**, le nom générique, correspond aux formes arrondies ayant un bourgeon central enserré dans des feuilles charnues : ce sont les **tulipes**, les **jonquilles**, **narcisses**...
- le **cormus** dispose d'une base de tige renflée et arrondie portant des bourgeons. On y classe les **crocus** ou les **glaiéuls** par exemple.
- le **rhizome** se développe sous terre à l'horizontale comme une tige renflée portant feuilles, fleurs et bourgeons. C'est le cas des **iris**, notamment.
- le **tubercule**, lui, forme aussi une tige renflée souterraine, mais qui est ovale, comme une grosse pomme de terre, portant des bourgeons. Le **dahlia** en est le plus emblématique, avec le **cyclamen**.

Quand planter les bulbes au jardin ?

Vous choisirez les bulbes à mettre dans votre jardin d'ornement ou dans vos jardinières selon les saisons de floraison :

- **les bulbes à floraison printanière** se mettent en terre en automne, entre septembre et novembre. Elles fleuriront plus ou moins tôt au printemps : dès janvier-février pour les perce-neige, et de mars à mai pour les tulipes, incarnations des bulbeuses par excellence : elles offrent une riche palette de formes et de couleurs avec une floraison échelonnée durant tout le printemps. Pensez aussi aux anémone, crocus, fritillaire, iris, **jacinthe**, lis, muscari, narcisse, ornithogale, scille...
- **les bulbes à floraison estivale** se plantent au printemps afin de les voir fleurir durant l'été, de juin jusqu'en septembre, voire octobre selon la météo. Les dahlias offrent la plus longue floraison. Attention, les bulbes de canna ou de dahlia craignent le gel de l'hiver, ce qui n'est pas le cas des lis, plus rustiques. Plantez aussi des hémérocalle, montbrétia, arum, bégonia tubéreux, agapanthe...
- **les bulbes à floraison automnale** sont moins connus. Ils se mettent en terre au printemps ou en été pour s'épanouir à l'automne. Il s'agit particulièrement du cyclamen, des colchiques, du sternbergia, de la nérine.

Comment planter les bulbes ?

Tout d'abord, vous l'aurez sans doute remarqué, certains bulbes restent en terre d'une année sur l'autre et vont se naturaliser, tandis que d'autres doivent être arrachés soit parce qu'ils craignent le gel soit parce que la floraison s'amenuise ; c'est le cas notamment des dahlias, des cannas, de certaines tulipes qui retournent vite à leur type botanique. Vous devez attendre la fanaison du feuillage pour les bulbes de printemps ou anticiper les premières gelées pour les bulbes d'été, puis extraire les bulbes pour les stocker dans un endroit frais, obscur et sec.

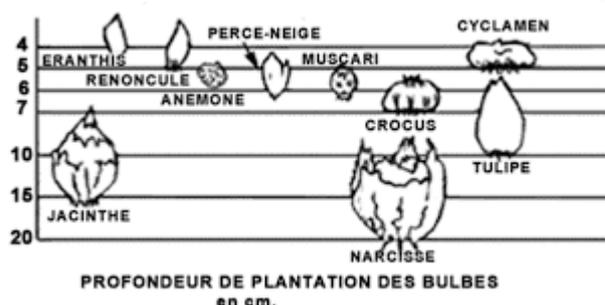
A l'automne, plantez les petits bulbes de pelouse (scilles, muscaris, crocus...) en essayant de délimiter des zones car vous devrez attendre que leur feuillage soit fané pour tondre à ces endroits ! Mais conservez un effet naturel en évitant toute régularité entre eux.

Les bulbes se mettent en terre la pointe vers le haut, les cormus, rhizomes et tubercules se plantent en dirigeant les bourgeons qu'ils portent vers le haut.

La profondeur doit correspondre à deux fois la hauteur du bulbe, en augmentant cette profondeur en terre sableuse et pour les plantes assez gélives.

Vous pouvez utiliser un plantoir à bulbe qui enlève un cône de terre pour y déposer le bulbe mais ne laissez pas de vide entre le fond et le bulbe.

Inutile d'arroser après la plantation d'automne, la météo de saison s'en chargera naturellement. Par contre, les plantations de bulbes au printemps et en été doivent être arrosées.



Les bienfaits du sureau noir



FL E U R S & B A I E S

Sambucus nigra (famille des Adoxacées).

Formes et préparations :

Infusions, tisanes, décoctions, gélules, teintures mères

(extraits), hydrolats (eau florale), compresses, cataplasmes, ... Jus, sirops, gelées, bonbons,...

Très dépurative, l'infusion de fleurs de sureau vous aidera à nettoyer le foie. Dans ce cas, buvez-en 3 tasses par jour, dont une le matin, à jeun. Pour les hémorroïdes, trempez des compresses dans une infusion de fleurs de sureau, et appliquez-les localement.

Répétez chaque jour, jusqu'à la guérison.

Préparez une tisane aux fleurs, aux feuilles ou à l'écorce de sureau, ou mélangez-les entre elles.

Cette boisson, à l'action anti-inflammatoire, stimule également l'élimination des déchets métaboliques :

3 tasses par jour vous aideront à soulager les rhumatismes et les crises de gouttes.

Toujours avec cette tisane mélangée :

Trempez-y des compresses, essorez-les très légèrement et appliquez-les sur les articulations douloureuses.

Si vous souffrez de maux de gorge ou d'inflammation des gencives, utilisez-la, tiède, en bains de bouche : astringente, elle renforcera vos muqueuses.



Applications

Utilisation interne : Infections respiratoires virales saisonnières (rhumes, gripes, sinusites, etc.), bronchites, fièvres. Troubles gastro-intestinaux.

Rétention d'eau, cystites et infections urinaires.

Irritations buccales (laryngite, pharyngite, stomatite, etc.)

Utilisation externe : Contre certaines affections de la peau : eczéma, hémorroïdes, contusions et brûlures.

Indications thérapeutiques usuelles : Affections inflammatoires du système respiratoire, troubles digestifs (digestion difficile, ballonnements, flatulences), rétention hydrique, irritations buccales, affections cutanées.

Autres indications thérapeutiques démontrées : Le sureau est indiqué contre les problèmes de surpoids : ses propriétés dépuratives permettent de nettoyer et purifier l'organisme en le forçant à éliminer ses toxines.

Ses vertus médicinales sont également utilisées contre les rhumatismes, l'arthrite et l'arthrose, pour soulager les douleurs articulaires. C'est aussi, plus globalement, une plante profitable permettant de renforcer le système immunitaire. Quant aux baies de sureau, elles sont gorgées d'anthocyanes, offrant ainsi un pouvoir antioxydant, antiradicalaire et anti angiogénique.



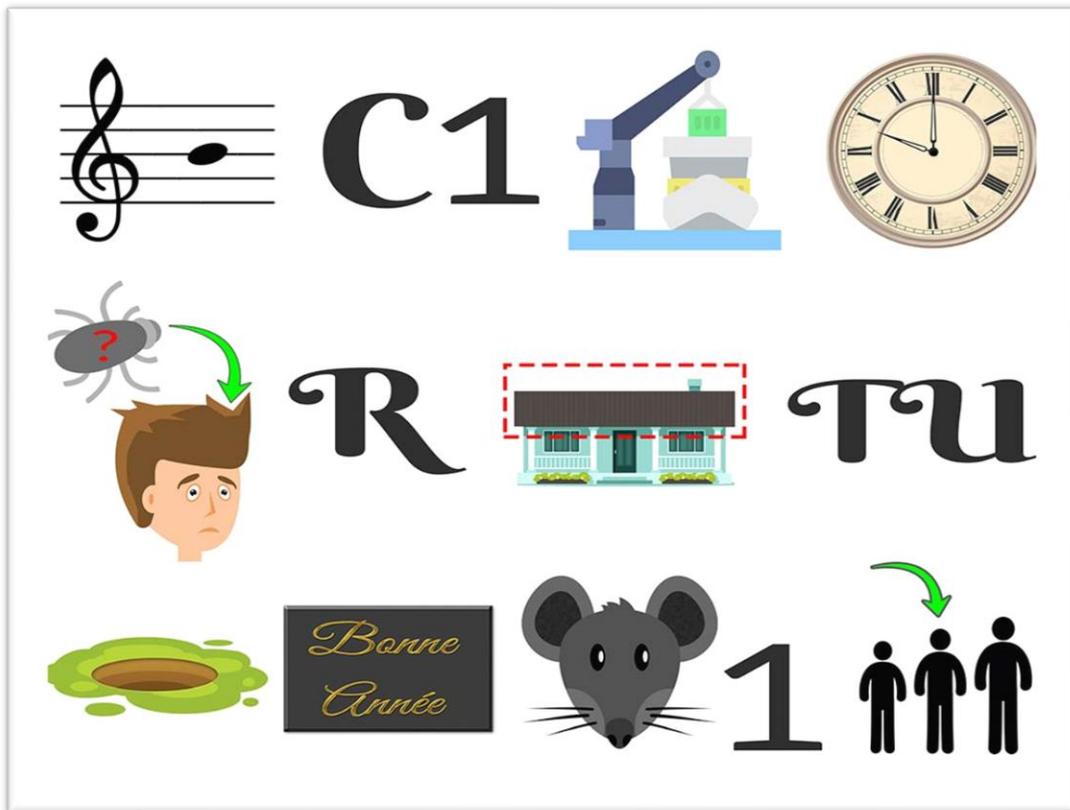
Recette de sirop de fleurs de sureau :

- Préparer 2 litres d'eau.
- Faire cuire une vingtaine d'ombelles dans l'eau bouillante.
- Laisser macérer pendant 72 heures.
 - Ajouter 2 kg de sucres et 3 citrons.
 - Faire cuire pendant 20 minutes.
- Mettre en bouteille le sirop de sureau noir.

Confiture de sureau noir :

- Égrener les baies à l'aide d'une fourchette à la manière d'un peigne.
 - Broyer les baies dans un moulin à légumes.
 - Placer la mixture dans une bassine en cuivre
 - Ajouter du sucre.
- Mélanger, couvrir et laisser reposer jusqu'au lendemain.
 - Faire cuire 45 minutes en écumant régulièrement.
 - Mettre la confiture de sureau dans des pots.

Rébus et Quiz Musical





1. Complétez les paroles : « Le plus beau de tous les tangos du monde, c'est celui que... »

- a) J'ai dansé dans tes bras
- b) J'ai dansé dans vos bras
- c) J'ai écouté tout bas
- d) J'ai écouté là-bas

2. Combien de « Claudettes » Claude François a-t-il eu durant sa carrière ?

- a) 10
- b) 20
- c) 30
- d) 40

3. Quelle chanson de 1977 replongea Dalida dans ses racines orientales ?

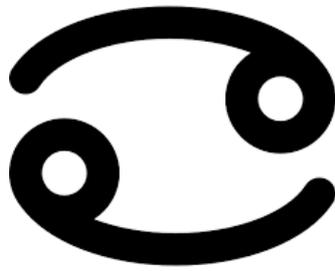
- a) Salma Ya Salama
- b) Besame Mucho
- c) L'Aziza
- d) Ya raya

4. En quelle année est paru le titre « Viens sur la montagne » de Marie Laforêt ?

- a) 1953
- b) 1964
- c) 1982
- d) 2016

5. En 1969, Alain Barrière sort un titre intitulé « Les Yeux d'Elsa ». Quel poète a-t-il mis en chanson ?

- a) Guillaume Apollinaire
- b) Victor Hugo
- c) Charles Baudelaire
- d) Louis Aragon



BALANCE

- **Date de naissance de la Balance** : du 23 septembre au 22 octobre
- **Points forts** : Équilibre, justice, paix
- **Qualités** : Courtoisie, sociabilité
- **Défauts** : Hésitation, superficialité
- **Vos pierres** : Saphir, Corail
- **Votre planète** : Vénus
- **Votre élément** : Air
- **Vos couleurs** : Pastels
- **Vos métaux** : Cuivre, Platine
- **Partie du corps correspondante** : les reins, la vessie, la prostate

La signification du signe astrologique de la Balance

Vénus est votre astre, on comprend mieux alors votre charme ravageur et discret, et le must avec vous, c'est que vous ne le faites même pas exprès ! Votre sens de l'harmonie se retrouve partout : dans votre façon de vous présenter, de vous habiller ou même de parler. Vous attirez le regard comme l'intérêt, on a envie de se confier à vous, on recherche votre sociabilité et la douceur que vous dégagez.

😞 Mais attention, **vos sens aigus de la justice peuvent vous faire sortir de vos gonds** en un instant, pas de pitié si vous n'êtes pas d'accord ! L'amour est votre raison de vivre et votre équilibre.

BALANCE CÉLÈBRES

Roger MOORE : 14/10/27

Brigitte BARDOT : 28/09/34

Nana MOUSKOURI : 13/10/34

Luciano PAVAROTTI : 12/10/35

Francis PERRIN : 10/10/47

Margaux Allaert
Assistante Sociale
(03/10)

Un peu d'humour ...



Quel est le Comble pour :

Un facteur

(d'être complètement timbré)

Une couturière

(de perdre le fil de la conversation)

Monsieur et Madame Honnête ont une fille, comment s'appelle-t-elle ?

Camille.

(Camionnette)

Que dit un citron qui braque une banque ?

Plus un zeste.

La maîtresse de Toto lui demande : « Quelle est la première personne du présent de baïller ? » « Je baïllais » « Et le futur ? » « Heu... Je dors ? »



le lundi
je suis comme
Robinson Crusoe
j'attends
vendredi



Les nouvelles de la maison

Les anniversaires du mois de septembre :

Parmi les résidents :

Me Gorloo Micheline (01/09) ; Mr Heurterre Francis (03/09) ; Me Descamps Claudine (05/09) ; Me Anselme Lucie (05/09) ; Me Fourez Micheline (14/09) ; Mr Delecluse Jean-Claude (15/09) ; Me Lannoy Gisele (21/09) ; Me Billiet Gisèle (24/09) ; Me Vieira Cecilia (28/09)

Parmi le personnel :

Bocquet Murielle (02/09) ; Beausir Laura (06/09) ; Herpoel Séverine (12/09) ; Vandaele Florence (12/09) ; Deryckere Laurence (13/09) ; Augem Pascal (15/09) ; Depoortere Sonia (17/09) ; Boterdael Emilie (20/09) ; Meuris Ludivine (27/09)

Ils nous ont rejoints :

- Mr et Me Wyts - Mekerke (NDL)
- Mr Descheemaeker Lucien (SJa)
- Me Delmeule Jeannine (ND)
- Me Dubois Annie (SB)
- Me Vanhuys Odette (SB)
- Me Leroi Denyse (SJa)

Nos pensées et nos prières accompagnent :



Mr Naclin Jean Pierre : 03/07

Me Vincent Yolande : 07/07

Sœur Françoise : 16/07

Mr Trenteseaux Victor : 10/08

Me Claeys Jeanine : 04/08

Mr De Brabandere Paul : 19/08

Mr Descheemaeker Lucien : 20/08

Me Halvoet Odette : 29/08

Les photos du mois de Juillet et Aout...



La pyramide alimentaire



On nous concocte des limonades maison par cette chaleur



TOUJOURS POUR NOUS
RAFRACHIR LE MARCHAND
DE GLACE EST DE PASSAGE À
L'INSTITUT



BARBECUES des vacances...



Solutions à nos jeux et rébus

Si c'est important pour toi, tu trouveras un moyen (Si-C-1-Port-Temps-Poux-R-Toit-,-Tu-Trou-Vœux-Rat-1-Moyen).

Charlie Gilkey.

Un sourire coûte moins cher que l'électricité, mais donne autant de lumière (Un-Sou-Rire-Cou-T-Moins-Cher-Queue-L'-Électricité-Mai-Dos-Nœud-Eau-Temps-2-Lu-Mi-Aire).

Abbé Pierre.

Réponses et Anecdotes au Quizz

1. Réponse B : J'ai dansé dans vos bras

Ce tango a été créé par Alibert et Mireille Ponsard, en 1935, pour l'opérette « Un de la Canebière ». Il a été immortalisé par Tino Rossi, qui le chante dans le film « Au pays du Soleil », comédie musicale réalisée en 1951.

2. Réponse C :30

Les « Claudettes » sont les danseuses de Claude François. Il les a intégrées à ses spectacles en 1966. C'était une première en France.

Leurs prestations et leurs costumes étonnaient et captivaient. Il y eut une trentaine de Claudettes entre 1966 et 1978.

3. Réponse A : Salma Ya Salama

« Salma Ya Salama » lui rappelait ses racines. Son thème évoque la nostalgie des égyptiens exilés, leur sagesse, leur persévérance dans la richesse comme dans la pauvreté et leur quête de la paix.

4. Réponse B : 1964

Le titre « Viens sur la montagne » de Marie Laforêt remporta le grand prix de la chanson de l'été 1964. Il donna aussi son nom à l'album qui sortit la même année et qui comptait d'autres succès comme « Les Vendanges de l'amour » ou « La Tendresse ».

5. Réponse D : Louis Aragon

« Les yeux d'Elsa » est un recueil de vingt et un poèmes de Louis Aragon, publié en 1942. Ce recueil inaugura le long cycle d'écrits consacrés par l'auteur à sa compagne Elsa Triolet. Ils formèrent jusqu'à la mort d'Elsa, en 1970, un couple mythique. Alain Barrière adapta le poème éponyme en musique

MON

ATTRAPE-REVE

