



La Plume d'Or

Rédaction mai-juin 2025

Bonjour l'été !

La chaleur de l'été est là !

Le thermomètre monte, les habits sont plus légers, la fraîcheur n'est plus de mise que dans nos assiettes... Pas de doute ! L'été est là !

Ce beau début de saison estivale a été couronné d'activités et de moments partagés aux Blés d'or. Feuilletez-les prochaines pages pour en savoir plus !

Nous remercions Madame Bouvret, qui illustre magnifiquement la première page de ce numéro !

Le dessin ci-contre a été réalisé par ses soins. De très belles couleurs qui viennent nous ravir les yeux !



Que s'est-il passé ces derniers mois aux Blés d'or ?

*Nouveauté : Relaxation musicale

Depuis plusieurs semaines, une nouveauté vient compléter les séances de gymnastique sur chaise du mardi après-midi. Celles-ci sont désormais accompagnées d'un temps de relaxation musicale en fin de séance.

Ce temps de relaxation comporte un moment au son des carillons et une musique guitare-voix avec Julie.

L'occasion de se détendre un peu après l'effort ! Merci à tous les participants !

Egalement, des ateliers de percussion seront à venir dans les prochaines semaines !

*Sortie musicale à Saint-Alban-Leysse

Le 13 mai dernier, des résidentes ont eu la possibilité de faire une sortie à Saint-Alban-Leysse à l'occasion d'un concert de clôture du projet « Nous-Voix-là ». Ce projet a consisté en la mise en place d'ateliers de chant à l'EHPAD et dans plusieurs autres structures, avec Farid Daoud. Nous avons d'ailleurs reçu la visite des jeunes de l'« Accueil Savoie Handicap » dans le cadre de ce projet.

Ce moment a été placé sous le signe du partage avec un répertoire bien connu, passant de Charles Aznavour, à Patrick Fiori... mais aussi à des chants traditionnels tels que le célèbre « Bella Ciao ».

L'après-midi s'est terminée par un concert des « Chèvres à Barrettes », groupe de femmes, chantant en polyphonie (harmonie de voix). Ces dernières sont venues en début d'année à l'EHPAD lors d'un atelier chant. Ce moment avait été très apprécié.

Monsieur Berthollet, époux d'une résidente, a même proposé un moment chanté magnifique, aux côtés de Farid Daoud. Un grand merci à lui !



Que s'est-il passé ces derniers mois aux Blés d'or ?

*Ateliers jardinage et potager de l'EHPAD

Les mois de mai et juin ont également été marqués par des ateliers de jardinage avec les résidents des Blés d'or.

Les usagers de l'association APF ainsi que les enfants de la crèche « Les petits couardans » nous ont aidé sur deux ateliers.

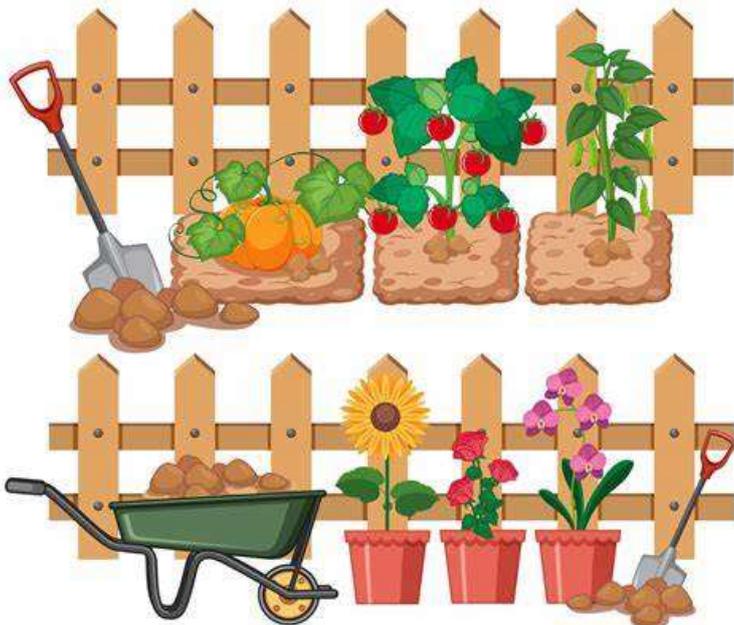
Nous tenons également à remercier Muriel et son beau-père qui ont fait cadeau à l'EHPAD de plants de tomates et de choux.

Merci également à Amandine, aide-soignante, qui est venue aider à planter ces derniers, avec ses enfants.

Un grand merci à tous !

En espérant pouvoir savourer de bonnes tomates avec du basilic du potager dans les prochaines semaines !

Laissons leur d'abord le temps de grandir un peu...



Que s'est-il passé ces derniers mois aux Blés d'or ?

*Concert du Trio-Lyre « La poésie en chansons »

Le 15 mai dernier a eu lieu un magnifique concert, offert par le Trio-Lyre.

Ce concert portant l'intitulé « La Poésie en chansons » a été très apprécié de tous.

Deux magnifiques voix nous ont bercé, accompagnées d'une pianiste talentueuse.

Le répertoire nous a enchanté.

Encore un immense merci au Trio Lyre pour leur générosité !



*Danse avec le Quadrille d'Elsa

Le 17 mai dernier et le 28 juin, de nouveaux bals dansants se sont de nouveau tenus à l'EHPAD. Ces moments partagés sous le signe de la danse et de la convivialité ont rassemblé de nombreux résidents dans un moment se voulant baigné dans l'esprit « guinguette ».

Ces bals ont été menés par la troupe du Quadrille d'Elsa (danse de la Belle époque), et offerts aux résidents par l'association « L'Atelier des Blés d'or ».

Merci aux participants nombreux qui ont fait de ces événements une réussite !

• Madame Bouvret et Madame Piggio, en voyage à Lourdes

Fin mai, Madame Bouvret et Madame Piggio sont parties en voyage à Lourdes.

Un beau voyage qui leur laisse de très beaux souvenirs. Il a cependant fallu être patient, car Lourdes n'est pas « la porte à côté » !

En effet, il a fallu de nombreuses heures en car, de nuit, pour arriver à cette belle destination. Mais le voyage en valait la peine !

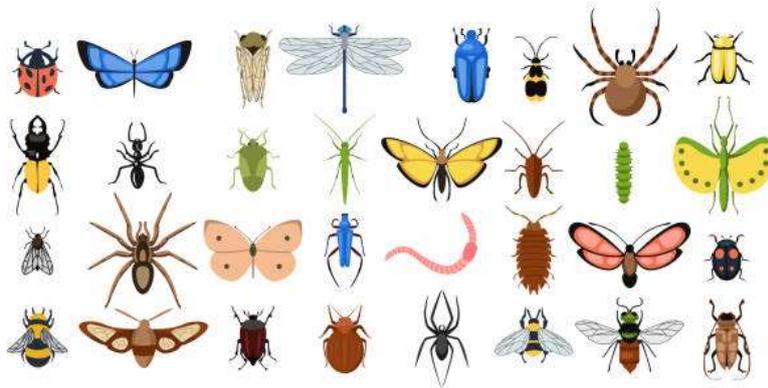


Que s'est-il passé ces derniers mois aux Blés d'or ?

*Conférence sur les insectes

Le 22 mai dernier a eu lieu une conférence sur les insectes. Elisabeth, bénévole, est venue nous parler de ces petits bêtes qui font souvent peur mais qui sont très utiles, tant dans la nature que dans nos maisons.

L'occasion d'apprendre beaucoup de choses à leur sujet et d'en avoir peut-être un peu moins peur ! Merci à Elisabeth pour ce moment !



*Restitutions artistiques de Sarah Battaglia et Anne Guérain (artistes du LBO)

Les mois de mai et juin ont été marqués par les restitutions artistiques de Sarah Battaglia et d'Anne Guérain (artistes du LBO).

Ces dernières ont proposé de magnifiques ateliers dans le cadre de leur résidence respective. Nous les remercions pour ces beaux moments.

*Moments partagés avec les Relais Petite Enfance de Challes-les-Eaux et de Barberaz

Au mois de juin, nous avons eu la chance de recevoir la visite des enfants des relais petite enfance de Challes-les-Eaux et de Barberaz. Ces rencontres se sont déroulées sur le thème de la « Fête de la musique ».

Nous avons partagé un moment chanté, sur des comptines connues de toutes et tous, et des chansons travaillées avec la chorale de l'EHPAD. Ces moments se sont terminés par le partage d'une boisson fraîche. Merci aux RPE de Challes-les-Eaux et de Barberaz pour ces beaux instants en leur compagnie !



Le coin des recettes

Par Mme Steckler



Avocats au crabe

Préparation: 15 minutes

Ingrédients pour 6 personnes :

3 beaux avocats

1 boîte de crabe (220g)

1 citron

¼ de litre de sauce mayonnaise

Ketchup Whisky

Sel, Poivre

Décor: olives noires, crevettes, salade.

Lavez, coupez vos avocats en deux.

Otez le noyau et citronnez-les pour qu'ils ne noircissent pas. Mettez-les en attente.

Préparez la mayonnaise dans un petit bol, ajoutez du ketchup (1 bonne cuillère à soupe), 10cl de whisky, du sel, et du poivre.

Ouvrez la boîte de crabe, égouttez-la, et mêlez la chair à la sauce. Laissez-en attente jusqu'au repas et préparez la salade. Au moment de servir, disposez vos demi-avocats sur les feuilles de salade posées sur une assiette. Remplissez-les largement du mélange crabe-sauce. Décorez d'une olive noire et d'une crevette et servez.

Le coin des recettes

Et pour le dessert ?



Gâteau moelleux aux abricots et à la poudre d'amande

Cette recette a été testée et approuvée lors des ateliers cuisine ayant lieu dans les unités Amande et Vanille !

Ingrédients :

1 boîte d'abricot au sirop (450 gr égoutté)
100g de sucre
100g de farine
50 g de Maïzena
1 sachet de levure chimique
3 œufs
125 g de beurre
40g de poudre d'amande

Mélanger le sucre et les œufs jusqu'à ce que le mélange soit moussieux.

Ajouter la poudre d'amande, la farine, la maïzena, et la levure.

Mélanger.

Faire fondre le beurre et l'ajouter au mélange

Egoutter les abricots et mettre le sirop de côté

Mettre les abricots au fond du moule et verser la préparation dessus

Cuire le gâteau 30 minutes à 180 degrés

Démouler le gâteau après 15 minutes et l'arroser du sirop des abricots (environ 1/3 du jus)

Page bonus !

Vous trouverez ici deux petites trouvailles relevées par Madame Bouvret. Ces dessins humoristiques ont été trouvés dans la Presse et sont extraits du magazine « Le pèlerin » et du magazine « Version Femina »



Anniversaires mai-juin 2025:

Madame Philippe, le 5 mai

Madame Sadoux, le 11 mai

Monsieur Dachmi, le 18 mai

Madame Morel, le 25 mai

Monsieur Dijoud, le 26 mai

Madame Guelpa, le 27 mai

Madame Bouvret, le 30 mai

Madame Lamontagne, le 13 juin

Madame Peccoux, le 13 juin

Monsieur Mori, le 14 juin

Madame Berthollet, le 19 juin

Madame Marsili, le 19 juin

Madame Steckler, le 22 juin



*Décès

Mr Palmerini, le 2 juin

Nous présentons toutes nos condoléances à ses proches et à sa famille et sommes avec eux par la pensée.



Cette édition a été réalisée grâce à :

Journalistes, Pigistes et chroniqueurs : Mme BOUVRET, Mme STECKLER, Mme PIGGIO, Julie