numéro 52

Le petit journal du Grand Cèdre

Juillet 2025

Sommaire

Edito page 03

Actualités de la résidence pages 04-05

Reportage photo du mois précédent pages 06-16

Actualités du mois pages 17-19

Retour dans le passé pages 20-21

Jeux pages 22-29

Adhésion Equip'Age page 30

Edito

Le mot de la Directrice

Chers résidents, Mesdames et Messieurs,

Ce mois-ci, je vous emmène sur les hauteurs pour trouver de l'air frais ! Direction les sommets, les sentiers, les cabanes en bois et l'air pur des montagnes. Mais pas besoin de chausser les crampons ni de sortir les bâtons de marche : on grimpe avec les mots, on s'évade grâce à la poésie.

Car la poésie, c'est un peu comme une balade en montagne. Elle nous fait lever les yeux, respirer plus profondément, et surtout elle nous rappelle que l'imaginaire n'a pas d'âge et que les souvenirs sont de très bons guides de randonnée.

Je vous invite donc à la rêverie. A fermer les yeux, à se laisser emporter par un vers ou une strophe. Peut-être que vous vous souviendrez d'un pique-nique au bord d'un lac, d'un refuge en famille ou d'un vent de liberté sur un col oublié…

Je vous partage le poème « IMPROMPTU » du grand poète Hovhannès Chiraz, qui parle de montagnes, de résistance et d'éternité :

« Nous étions en paix comme nos montagnes
Vous êtes venus comme des vents fous.
Nous avons fait front comme nos montagnes
Vous avez hurlé comme les vents fous.
Eternels, nous sommes comme nos montagnes
Et vous passerez comme des vents fous »

Que juillet vous fasse montagne et que les vents frais vous accompagnent !

La directrice, Charlotte Antonini

Actualités de la résidence

Les animations en rythme

Lundi matin: accompagnement individuel.

Lundi après-midi: pétanque/danse assise.

Mardi matin : café journal/sortie au café.

Mardi après-midi: messe/atelier créatif.

Mercredi matin: accompagnement individuel.

Mercredi après-midi: gym douce/pétanque.

Jeudi matin: cuisine/atelier mémoire.

Jeudi après-midi: quiz sur grand écran/chansons.

Vendredi matin: café papote/sortie au café.

Vendredi après-midi: atelier créatif.

Un mardi sur deux: messe.

Des activités animées par les soignants (ateliers créatifs et atelier bien-être) sont également organisées sous réserve de la continuité des soins.

Evènements

Jeudi 03 juillet: atelier créatif avec l'EHPAD Eden et le club de tricot de la Côte.

Lundi 07 juillet: atelier floral.

Mercredi 09 juillet: sortie à la ferme pédagogique la Licorne bleue à Pisieu.

Jeudi 10 juillet: fête des anniversaires des résidents nés en juin avec Jess Michallat.

Vendredi 11 juillet: journée barbecue et jeux extérieurs.

Mardi 15 juillet: balade en calèche dans la Côte.

Mercredi 16 juillet: médiation animale avec Anima'Lien.

Jeudi 17 juillet: concert violon et accordéon avec Isabelle et Jacky.

Lundi 21 juillet: concert chant avec Jack Seig.

Mercredi 23 juillet: pique-nique et pétanque au parc Allivet.

Mardi 29 juillet: visite guidée de la Côte St André avec les familles sur réservation.

Actualités de la résidence

Les anniversaires du mois

Nous souhaiterons un joyeux anniversaire à :

Mme Josette ROUBY *le 01 juillet*
Mme Madeleine SAILLER *le 10 juillet*
Mme Raymonde THILIE *le 12 juillet*
Mme Geneviève SAILLER *le 19 juillet*
Mme Paule COLLET *le 31 juillet*
M Jean Claude MARILLAT *le 31 juillet*

Reportage photo du mois précédent

Fête des anniversaires d'avril

Mickaël André a donné un concert joyeux à l'EHPAD pour célébrer les anniversaires des résidents nés en mai, dans une ambiance chaleureuse et conviviale. L'après-midi a été rythmée par des chansons entraînantes, des danses spontanées et un moment agréable autour du gâteau et des bougies.

Reportage photo du mois précédent

Atelier floral

Lors d'un après-midi dédié à la créativité, Laury du Comptoir Fleury a animé un atelier floral à l'EHPAD, invitant les résidents à composer de jolis bouquets. Entre parfums et couleurs, les échanges autour des fleurs ont ravivé de doux souvenirs.

Reportage photo du mois précédent

Démonstration de danse en ligne

Le club Comm'Elle est venu, comme chaque année, émerveiller les résidents de l'EHPAD avec une démonstration dynamique de danse en ligne. Après le spectacle, les danseuses ont invité les résidents à partager quelques pas pour un moment convivial.

Reportage photo du mois précédent

Atelier tricot

À l'EHPAD du Grand Cèdre, le tricot se pratique toute l'année lors d'ateliers réguliers organisés autour de projets variés. Parmi eux, l'opération Octobre Rose est menée en partenariat avec le club "De fil en aiguille" de la Côte, pour allier créativité et engagement solidaire.

Reportage photo du mois précédent

Concert de l'école de musique de la Côte

L'école de musique de la Côte est venue jouer à l'EHPAD pour le plus grand bonheur des résidents. Les jeunes musiciens ont interprété avec enthousiasme les morceaux qu'ils ont appris tout au long de l'année, offrant un moment musical plein de fraîcheur.

Reportage photo du mois précédent

Spectacle chants et danses folklorique

Un spectacle de danses et de chants folkloriques, financé par l'association Equip'Age, a enchanté les résidents de l'EHPAD. Une vingtaine de danseurs et musiciens ont fait revivre les traditions dauphinoises avec entrain.

Reportage photo du mois précédent

Concert de chant

Les résidents ont célébré la Fête de la musique avec un jour d'avance, le 20 juin, en accueillant le chanteur amateur Alain Foselle pour un tour de chant nostalgique dédié aux tubes des années 60 à 80. Ce passionné, habitué des maisons de retraite et toujours accompagné de son épouse, offre bénévolement ses prestations dans toute la région.

Reportage photo du mois précédent

Jeux de société

En raison des fortes chaleurs, les sorties en extérieur ont été annulées. En attendant des températures plus clémentes, les résidents se retrouvent dans la grande salle commune pour profiter de jeux de société à la fraîche et en musique.

Reportage photo du mois précédent

Loto

Lors d'un dimanche, les professionnels ont proposé un loto pour le plus grand plaisir des résidents. Concentrés et attentifs, ils ont pu remporter de jolis lots, et passer un agréable après-midi.

Reportage photo du mois précédent

Fête des familles

Nous avons passé une très belle journée ce jeudi 26 juin lors de la fête des familles. Avec au programme barbecue des cuisiniers, danse et chant des professionnels, et spectacle de magie. Nous vous remercions pour votre participation et votre bonne humeur.

Reportage photo du mois précédent

Fête des familles

Actualités

Le festival d'Avignon

Le 5 juillet, débutera le Festival d'Avignon, c'est la plus importante manifestation de théâtre et de spectacle vivant du monde ! Cet événement européen se tient en France chaque année et compte le plus grand nombre de créations et de spectateurs réunis. Il fut fondé en septembre 1947 par Jean Vilar avec l'aide de Jean Rouvet. On peut assister à des représentations dans toute la ville mais le lieu emblématique de l'événement est la cour d'honneur du Palais des papes qui est située dans le Palais des papes d'Avignon.

Enfin les vacances !

Les grandes vacances débuteront dans tout l'hexagone le samedi 5 juillet et se termineront le lundi 1er septembre 2025 au matin. Ces dates sont identiques pour les trois zones académiques. Pour les enfants, ces grandes vacances marquent le début de deux mois de liberté totale. C'est le retour des parties de châteaux de sable, des glaces en cornet et des baignades rafraîchissantes. Un vrai parfum d'insouciance !

Les JO, déjà un an !

Il y a un an, le monde regardait Paris (sous la pluie) et la cérémonie d'ouverture grandiose des Jeux Olympiques d'été. L'été 2024 aura été marqué par ces jeux et de nombreuses médailles pour la France qui a fini en cinquième position des pays ! Résultat final : 64 médailles (16 en or, 26 en argent et 22 en bronze) pour les français.

Journée mondiale des grands-parents

La Journée mondiale des grands-parents et des personnes âgées est une célébration annuelle instituée par le pape François en 2021. Elle a lieu chaque année le quatrième dimanche de juillet, en hommage aux saints Joachim et Anne, les grands-parents de Jésus, dont la fête est célébrée le 26 juillet.

Cette journée vise à honorer et reconnaître le rôle important que jouent les grands-parents et les personnes âgées dans la société. En 2025, la cinquième édition de cette journée sera célébrée le dimanche 27 juillet, avec pour thème : « Heureux celui qui n'a pas perdu l'espoir » (Si 14, 2), s'inscrivant dans le contexte du Jubilé de l'espérance .

La "French Riviera"

Une région courtisée

La French Riviera doit sa renommée à l'aristocratie britannique qui, au XIXe siècle, venait y passer l'hiver pour profiter de son climat doux. L'écrivain anglais Tobias Smollett fut l'un des premiers à la populariser. Dès les années 1920, la Côte d'Azur, devient le terrain de jeu de la haute société et des artistes : Picasso, Matisse et Cocteau y trouvent inspiration.

Fait surprenant : avant les touristes, c'était une région rurale et peu prisée. La culture de fleurs pour la parfumerie, comme à Grasse, dominait. Cannes n'était alors qu'un village de pêcheurs. La Côte d'Azur est ainsi passée d'un simple refuge hivernal à un symbole mondial de glamour.

Aujourd'hui, la Côte d'Azur accueille 11,5 millions de touristes. Cette affluence génére près de 7 milliards d'euros de retombées économiques, consolidant la place de la région parmi les destinations les plus attractives d'Europe. Nice concentre à elle seule 40 % du flux touristique de la Côte d'Azur, avec 14,8 millions de passagers transitant par son aéroport en 2024, le positionnant comme le deuxième aéroport international de France après ceux de Paris !

Retour dans le passé

Ça s'est passé un 5 juillet

Le Venezuela se proclame indépendant

Le 5 juillet 1811, les élites créoles de Caracas proclament l'indépendance du Venezuela, qui devient l'une des premières colonies espagnoles à s'émanciper de la métropole. Mais le nouvel État devra encore lutter pendant dix ans contre les troupes du roi avant de se libérer enfin.

Le saviez-vous ? Le Venezuela abrite la plus haute chute d'eau du monde : le Salto Ángel, haute de 979 mètres, soit 19 fois la Tour Eiffel !

Ça s'est passé un 17 juillet

Charles VII est sacré à Reims

Le 17 juillet 1429, Charles VII est sacré à Reims, soit sept ans après la mort de son père. Charles VII est à son tour sacré roi de France à Reims selon un rituel traditionnel vieux de quatre siècles.

Grâce à la jeune Jeanne d'Arc, qui a voulu ce sacre, celui que l'on surnommait avec mépris le « petit roi de Bourges » devient dès lors le seul roi légitime des Français, au grand dam des Anglais.

Ça s'est passé un 20 juillet

Naissance de Frantz Fanon

Frantz Fanon est un artiste, écrivain, médecin, psychiatre et scientifique né le 20 juillet 1925. Il est l'un des fondateurs du courant de pensée tiers-mondiste. Durant toute sa vie, il cherche à analyser les conséquences psychologiques de la colonisation à la fois sur le colon et sur le colonisé. Dans ses livres les plus connus, il analyse le processus de décolonisation sous les angles sociologique, philosophique et psychiatrique. Il a également écrit des articles importants dans sa discipline, la psychiatrie.

Le saviez-vous ? en 2025, on célèbre les 100 ans de naissance de ce scientifique français.

Ça s'est passé un 25 juillet

Début des Jeux Olympiques de Barcelone de 1992

Les Jeux Olympiques d'été de 1992 se sont ouverts le 25 juillet à Barcelone, en Espagne. Ces Jeux ont été les premiers depuis 1972 à se dérouler sans aucun boycott, marquant ainsi une ère de participation mondiale complète. Ils ont également été les premiers à inclure des athlètes des anciennes républiques soviétiques, concourant sous la bannière de l'Équipe unifiée. La cérémonie d'ouverture, présidée par le roi Juan Carlos I, a été un moment fort, avec un spectacle impressionnant et la présence de nombreux chefs d'État .

Quizz
On dirait le sud

difficulté

1. La célèbre route nationale 7 reliait Paris à quelle autre ville de la Côte d'Azur ?

A) Nice
B) Menton
C) Saint-Tropez
D) Cannes

2. Laquelle de ces communes Hautes-Alpines est souvent qualifiée comme étant "la plus haute commune d'Europe" ?

A) Gap
B) Briançon
C) Saint-Véran
D) Saint-André-les-Alpes

3. À qui sont chers "Les marchés de Provence" ?

A) Gilbert Bécaud
B) Gilbert Montagné
C) Charles Trenet
D) Georges Brassens

4. Quel est le point culminant de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur ?

A) Le Mont Blanc
B) Le Mont Ventoux
C) La Barre des Écrins
D) L'aiguille de Chambeyron

5. "C'est l'âme de la Haute-Provence" écrivait Jean Giono en parlant de la lavande. Quel en est son haut-lieu ?

A) Digne-les-Bains
B) Gordes
C) Valensole
D) Grasse

6. Véritable institution provençale, que signifie le mot "pétanque" ?

A) Pieds écartés
B) Poids tirés
C) Pieds tanqués
D) Pastis en tête

Quizz
Réponses

difficulté

1. **Réponse B - Menton :** la RN 7 était la plus longue des routes nationales de France avec 996 km. Elle reliait Paris à Menton via l'ouest de la Bourgogne, le nord de l'Auvergne, la vallée du Rhône, le massif de l'Esterel et la Côte d'Azur.

2. **Réponse C - Saint-Véran :** “le village où les coqs picorent les étoiles” est perché, au fond de la vallée de l'Aigue Blanche, dans le Parc Naturel Régional du Queyras, à 2 042 mètres d'altitude.

3. **Réponse A - Gilbert Bécaud :** avec leurs couleurs, leurs odeurs et leurs saveurs, les marchés sont l'âme de la Provence. “Et par-dessus tout ça, comme le chantait Gilbert Bécaud, on vous donne en étrennes l'accent qui se promène et qui n'en finit pas.”

4. **Réponse C - La Barre des Écrins :** sommet mythique de l’histoire de l’alpinisme, la Barre des Écrins culmine à 4 101,17 mètres dans les Hautes-Alpes. Ce sommet alpin doit son nom au massif dans lequel il s'inscrit : le Massif des Écrins.

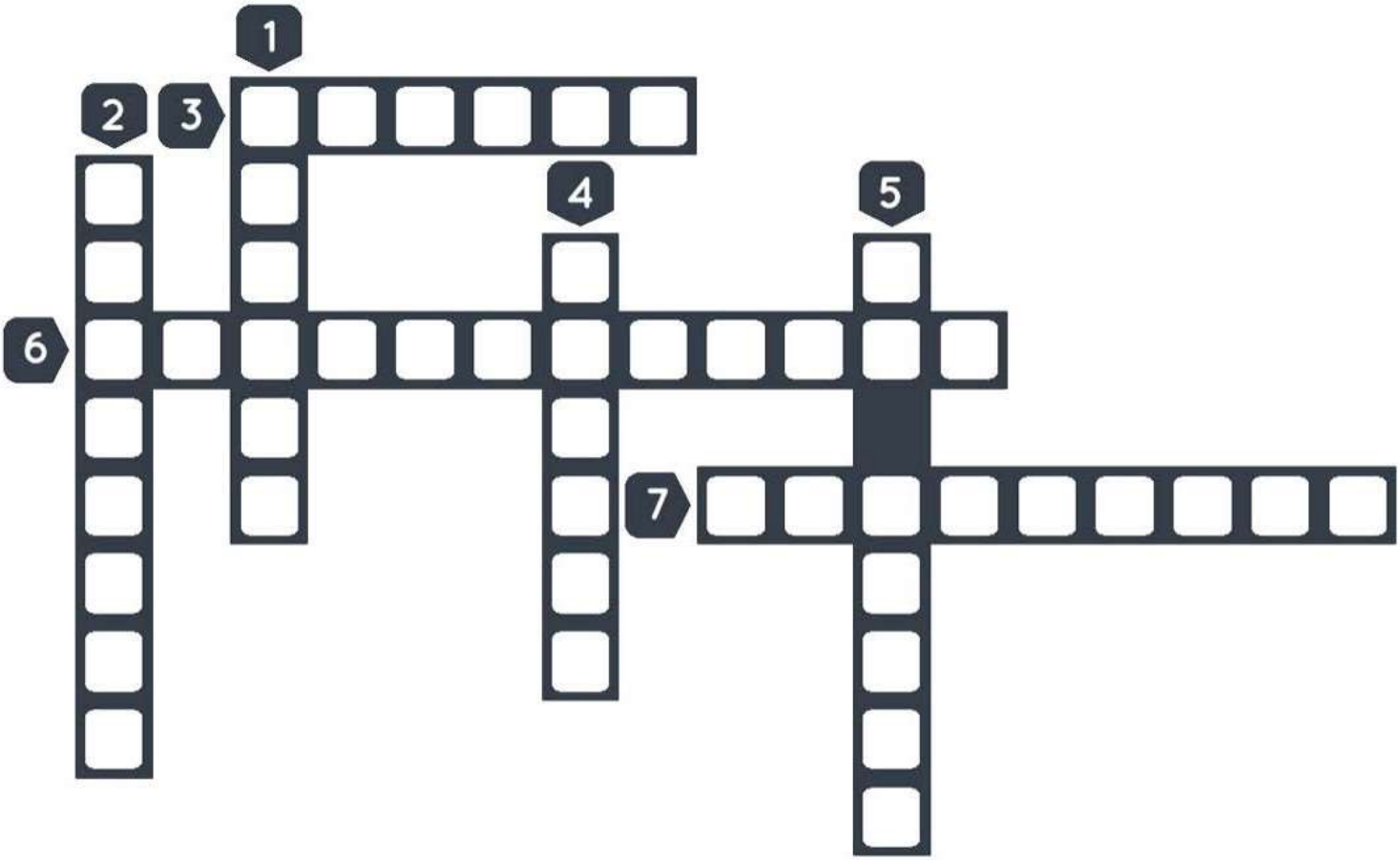
5. **Réponse C - Valensole :** les 12 700 hectares du plateau - l'un des plus vastes plateaux de France - qui ondule violet au pied des montagnes est l’incontournable, la carte postale incarnée. Surnommé “grenier de la région”, le plateau est essentiellement consacré à la culture de la lavande et des céréales.

6. **Réponse C - Pieds tanqués :** Le mot vient du provençal “pèd tanco”, en référence à la position sans élan que prennent les joueurs pour lancer la boule. C'est un certain Jules Hugues, perclus de rhumatismes, qui a inventé cette nouvelle version du jeu provençal. Le terme “pétanque” fut officialisé en 1910 lors du premier concours à La Ciotat.

Mots-croisés

PACA

difficulté



1. Je suis un fruit, on me fête à Menton.
2. Recette provençale, je suis composée d'olives noires ou vertes.
3. Je suis l'animal qui chante le sud.
4. Ville française au savoir-faire exceptionnel en matière de parfums.
5. Fleuve qui traverse la ville d'Avignon.
6. Je suis une île réputée pour mes calanques.
7. "La Bonne Mère" veille sur moi.

Mots-croisés

Réponses

difficulté

1. Citron : La Fête du Citron à Menton se déroule chaque année en février. Depuis 1934, cette célébration met en avant le citron de Menton, réputé pour sa qualité exceptionnelle. Les festivités incluent des défilés de chars décorés de citrons et d'oranges, des expositions et des jardins de lumières.

2. Tapenade : La tapenade est une recette traditionnelle provençale. Elle fut inventée en 1880 à Marseille. Elle est constituée d'olives noires ou vertes, de câpres, de filets d'anchois, d'ail, et d'herbes de Provence. Tapena en occitan signifie câpres.

3. Cigale : Véritable thermomètre estival, qu'il fasse jour ou nuit, le chant des cigales est avant tout une question de chaleur ! C'est à partir de 22-25 degrés que les mâles chantent pour attirer les femelles.

4. Grasse : en novembre 2018, "le savoir-faire de la ville en matière de parfums" a été inscrit au patrimoine culturel immatériel de l'Unesco. Il regroupe plusieurs compétences : la culture des plantes à parfum, la connaissance des produits et des outils nécessaires à la transformation.

5. Le Rhône : Le Rhône, fleuve puissant de 812 km, prend sa source en Suisse et traverse Lyon, Avignon et Arles avant de se jeter en Méditerranée. Il façonne la vallée viticole, irrigue la Camargue et joue un rôle clé dans l'histoire et l'économie du sud de la France.

6. Porquerolles : Porquerolles, située au large de la côte d'Azur, est la plus grande des îles d'Hyères. Elle est célèbre pour ses criques étroites et profondes bordées de falaises. En 1971, l'État français a acheté 80% de l'île pour en faire un parc national, protégeant ainsi sa beauté naturelle.

7. Marseille : Marseille, plus vieille ville de France, mêle histoire, culture et Méditerranée. Du Vieux-Port à Notre-Dame de la Garde, elle séduit par son authenticité, son accent chantant et ses calanques sauvages. Ville de métissage, elle incarne l'âme chaleureuse du sud.

Mélo-mots

A tire d'ailes

difficulté ★★★

1. mieux | deux, | on | une | tant | quand | en | voit | on | quand | tant | voit | pie, | pis ;

2. perchés, | les | quand | la | pluie | sont | est | pigeons | annoncée

3. à | épinard | le | est | coucou | dans | l' | la | mi-mars

4. oiseau | la | pour | bâtit | chaque | saint | son | Joseph | château

5. son | chaque | à | beau | nid | est | oiseau

6. assemblent, | ton | quand | corneilles | du | assemble | bois | pour | hiver | les | s'

Mélo-mots

Réponses

difficulté ★★★

1. Quand on voit une pie, tant pis ; quand on en voit deux, tant mieux.
Si les pies volent par deux, le printemps va arriver très prochainement car c'est l'époque de la nidification. Mais lorsqu'elles volent seules, c'est l'annonce du mauvais temps qui revient.

2. Quand les pigeons sont perchés, la pluie est annoncée.
Un mauvais temps à venir est présagé lorsque les pigeons ne volent pas dans le ciel mais restent suspendus aux arbres. Cette immobilité est un indice météorologique populaire : les oiseaux ressentent les changements de pression atmosphérique et d'humidité avant les humains.

3. A la mi-mars le coucou est dans l'épinard.
L'épinard de cette citation est en fait la pariétaire, une plante officinale, dont le coucou raffole au printemps car ses feuilles, un peu gluantes et odorantes, attirent les insectes qui s'y collent.
À cette époque, le coucou a besoin de forces pour préparer sa ponte.

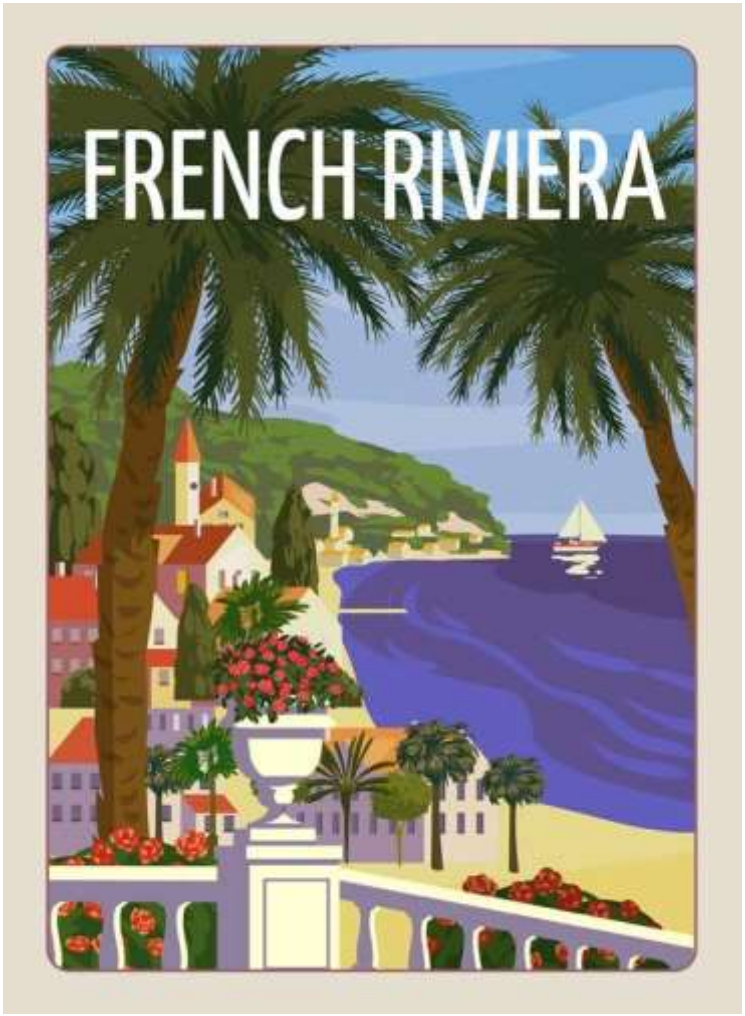
4. Pour la saint Joseph chaque oiseau bâtit son château.
La Saint Joseph est fêtée le 19 mars, c'est une date symbolique dans le calendrier chrétien, marquant la fin de l'hiver et le début du printemps dans de nombreuses régions. C'est au milieu du mois de mars que les oiseaux construisent leur nid.

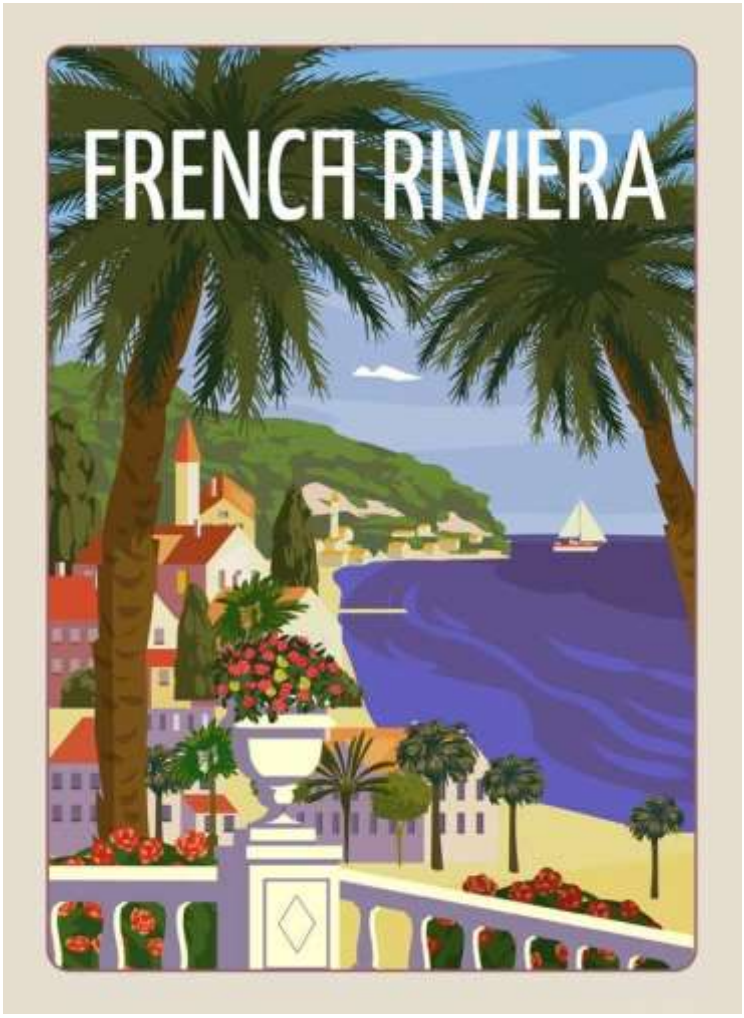
5. À chaque oiseau son nid est beau.
Cette expression française souligne le respect des différences et des préférences individuelles. Elle transmet l'idée que chacun a ses propres goûts et besoins, et, que ce qui convient à une personne ne convient pas forcément à une autre.

6. Quand les corneilles s'assemblent, du bois pour ton hiver assemble.
Cette expression française suggère la prévoyance. Elle signifie que lorsque des ennuis ou des difficultés se profilent à l'horizon, il est sage de se préparer en avance. Elle reflète la sagesse populaire liée à la planification pour affronter les épreuves hivernales.

Jeu des 7 différences

difficulté





Jeu des 7 différences
Réponses

difficulté

Les différences sont :

- Une barre supplémentaire est apparue en haut du H du texte.
- Un nuage blanc est apparu.
- La fenêtre ronde a disparu sur le clocher.
- Les reflets du bateau blanc dans l'eau ont disparu.
- Des roses jaunes sont apparues dans le bouquet de roses rouges.
- Un losange est apparu sur le pilier du balcon au premier plan.
- Un palmier est apparu sur la plage, en bas à droite.

MONTEZ À BORD DE

L'ASSOCIATION

ÉQUIP'ÂGE

L'objectif de cette association est d'assurer un soutien financier au service d'animation du Grand Cèdre et de l'Eden

Ce soutien permettra le financement de diverses activités et l'achat de matériel. Il donnera davantage de sens au projet de vie des résidents au travers d'activités adaptées aux envies et aux capacités de chacun.

BULLETIN D'ADHESION 2025

Nom et prénom :

Téléphone (mobile de préférence) :

Mail (en majuscule) :

Adresse (si pas de mail) :

Lien éventuel avec un(e) résident(e) :

Je soutiens l'association:

- ☐ par mon adhésion : **10€**
- ☐ par un don de :
  - ☐ en chèque (à l'ordre d'Equip'âge)
  - ☐ en espèce

Les données personnelles que vous fournissez lors de votre adhésion sont destinées exclusivement à Equip'âge. L'adhérent dispose d'un droit de regard, de rectification, et de suppression de ses données personnelles. J'atteste avoir pris connaissance des statuts de l'association Equip'âge, disponibles sur demande.

A:
Le:

Signature (précédé de la mention lu et approuvé)