

BELLE ETOILE ET VOUS

4E TRIMESTRE 2025



02	LES ANNIVERSAIRES
03	LA VIE A L'EHPAD
04	LA RECETTE DU MOIS
05	LE CALENDRIER
06	QUESTIONS MUSIQUE
07	L'ACTU DU DERNIER TRIMESTRE
10	LES JEUX

MOT DE LA DIRECTRICE

Chère lectrice, cher lecteur,

Nous voilà déjà arrivés à l'automne ... et donc dans les projets de fêtes de fin d'année mais aussi la circulation des virus !

La campagne de vaccination contre la grippe et la Covid démarre le 14/10. Je vous remercie de bien vouloir remettre à l'équipe infirmiers le bon de prise en charge que vous recevrez.

La vaccination grippe et Covid sera faite en même temps. Merci de nous signaler tout refus pour la vaccination Covid si tel est votre choix.

Parmi les temps de réunion et projets, à noter:

- le 10/10 à 10h: conseil de la vie sociale avec les représentants des résidents, des familles, référents des équipes, Nous recherchons de nouveaux membres des familles suite à des décès de résidents. J'invite les familles intéressées à se manifester auprès de moi-même, ou l'infirmière coordinatrice. Pour rappel, le Conseil de la vie sociale est une instance d'expression des personnes accueillies et de leurs représentants légaux. 3 à 4 réunions sont programmées chaque année pour échanger sur les projets de l'établissement, pour faire des propositions sur le fonctionnement, l'organisation.
- le dimanche 12/10 après-midi: café rencontre en salle d'animation ouvert aux familles, habitants de la commune, petits et grands! Avec un défi "quizz musique". Le conseil municipal des enfants de Cléguérec sera également présent. Un goûter confectionné par les résidents clôturera l'après-midi.
- les fêtes de fin d'année: pour rappel, il est possible pour celles et ceux qui le souhaitent de déjeuner, dîner en famille, avec ses proches, en extérieur, ou au sein de l'EHPAD. Nous le signaler en amont.

La démolition de la salle des fêtes ne nous permet pas d'organiser de spectacle cette année. Lors de la dernière commission animation, il a été convenu avec les résidents de partager un déjeuner ensemble (professionnels et résidents) le vendredi 19/12. Durant ce temps de convivialité, les bureaux seront fermés pour permettre à l'ensemble des équipes d'être présent. A noter également un moment de partage avec résidents, familles et proches des résidents, les équipes, le vendredi 9/01 après-midi à l'occasion des vœux et de la galette des rois.

Bonne lecture.

Mme CHRISTIEN Sandrine



HAPPY Birthday



OCTOBRE 2025		
5 Octobre	Elisabeth THOMAS	79 ans
14 Octobre	Jean-Michel DUPUIS	68 ans
19 Octobre	Marie-Louise VIDELO	92 ans
31 Octobre	Liliane PASQUET	75 ans

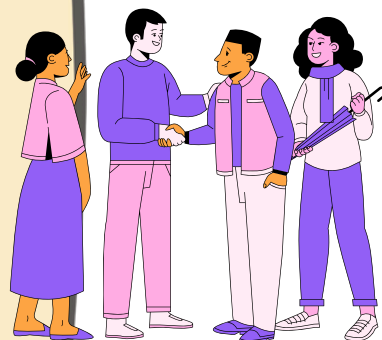


NOVEMBRE 2025		
4 Novembre	Micheline DUMONT	80 ans
5 Novembre	Joseph LE THUAUT	90 ans
6 Novembre	André RAULT	83 ans
8 Novembre	Louis QUILLERE	91 ans
12 Novembre	Bernadette GARDIEN	90 ans
14 Novembre	Claudie DUROS	75 ans
23 Novembre	Pierrette LE BRIS	95 ans
24 Novembre	Jacqueline GOTTI	80 ans

DECEMBRE 2025		
3 Décembre	Delphine CHEVAL	93 ans
4 Décembre	Jean LE COROLLER	99 ans

Les personnes qui nous ont rejoints

10 Juin :	Maryvonne SIMON	87 ans
12 Juin:	Guy LE CORNEC	87 ans
17 Juin:	Louis TALMON	90 ans
1er Juillet:	Bernadette GARDIEN	89 ans
9 juillet:	Elise LE PADELLEC	86 ans
10 Juillet:	Georges LE MARRE	85 ans
15 Juillet:	Claude BONNIER	95 ans
22 Juillet:	Pierre LE CLERE	92 ans
15 Septembre:	André RAULT	82 ans
29 Septembre:	Marie-Louise VIDELO	91 ans



Les personnes qui nous ont quittées

12 Juin:
Maria LE GALLIC
91 ans

6 Septembre:
Emilienne LE FRESNE
95 ans

16 Juin:
Michel LE BRAS
87 ans

16 Septembre:
Victorine LE CORRONC
101 ans

5 Juillet:
Guy LE CORNEC
87 ans

**Nous remercions les familles de
nous avoir accordé
leur confiance**

Recette du mois



Recette

GATEAU DE CITROUILLE

Le gâteau de citrouille, un dessert réconfortant qui évoque les saveurs douces de l'automne, apporte une touche festive à chaque table. Sa texture moelleuse et son parfum envoûtant de vanille et de rhum en font un délice irrésistible. Imaginez une délicieuse pâte brisée qui enveloppe une garniture onctueuse de citrouille, sublimée par un soupçon de sucre et la légèreté des œufs. Ce gâteau allie traditions et modernité, idéal pour un goûter en famille ou un dessert convivial entre amis. À chaque bouchée, le plaisir se partage et les sourires s'éveillent. Laissez-vous séduire par cette recette gourmande qui réchauffe le cœur et invite à la convivialité.

Ingédients

- 1 Kg citrouille
- 2 verre lait
- 150 gr sucre en poudre
- 160 gr farine
- 3 oeufs
- 2 sachets sucre vanillé
- 1 sachet levure chimique
- 1 CS rhum
- 1 pâte brisée

Préparation

- Pelez et enlevez les graines de la citrouille. Coupez-la en morceaux, puis faites-la cuire au four préchauffé à 200°C pendant 30 à 40 minutes jusqu'à ce qu'elle soit tendre.
- Après cuisson, égouttez bien les morceaux de citrouille pour retirer tout excès d'eau. Mixez la chair cuite dans un grand saladier jusqu'à obtention d'une purée lisse.
- Ajoutez les 2 verres de lait, puis incorporez les œufs en mélangeant bien.
- Incorporez ensuite le sucre, le sucre vanillé, la farine, la levure chimique, et le rhum. Mélangez bien jusqu'à obtention d'une pâte homogène.
- Étalez la pâte brisée dans un moule à tarte beurré et piquez le fond avec une fourchette.
- Versez la préparation à la citrouille sur la pâte brisée.
- Recouvrez le moule d'une feuille de papier d'aluminium pour conserver la couleur orangée de la garniture. Faites cuire dans un four préchauffé à 180°C (th.6) pendant 45 minutes. Vérifiez la cuisson en insérant la pointe d'un couteau au centre : si elle ressort propre, le gâteau est cuit.
- Laissez refroidir la tarte à la citrouille avant de la déguster. Elle sera encore meilleure après un passage au frais.

Bonne dégustation

Calendrier

"L'automne est un deuxième printemps, où chaque feuille est une fleur" Albert Camus

Octobre 2025

A L'EHPAD

- 7 : Récréaferme
- 10 : Rencontre entre les résidents, l'école et la compagnie de Théâtre
- 21: Récréaferme



• **Octobre Rose**

- 5 : Fête des grands-pères
- 31: Halloween



Novembre 2025



A L'EHPAD

- 4: Récréaferme
- du 17 au 21: construction d'un meuble autour du théâtre d'objets
- 18: Récréaferme

- 1: Toussaint
- 11: Armistice
- 13: Journée mondiale de la gentillesse
- 20 Beaujolais nouveau

Décembre 2025



PAGE 5

A L'EHPAD

- 2: Récréaferme
- 7 et 8: Pièce de théâtre avec notre meuble et la compagnie "Ma couleur préférée"
- 16 : Récréaferme

- 6: St Nicolas
- 15: Journée internationale du pull de Noël
- 25: Noël
- 31: St Sylvestre



Atelier “Questions Musique”

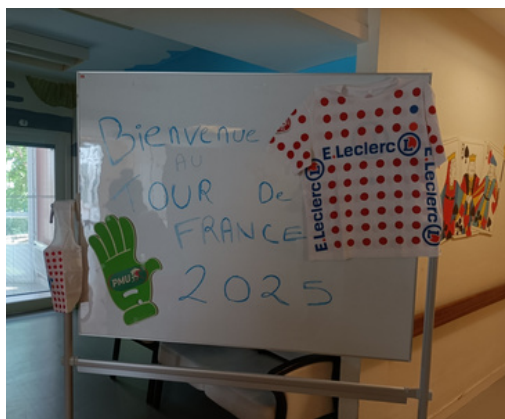
Auriez-vous fait aussi bien que nos résidents si vous aviez dû retrouver les chanteurs, les titres et les années de sortie des morceaux suivants?



• Bourvil	“Monsieur le maître d’école”	1964
• Sheila	“L’école est finie”	1964
• Pierre Perret	“Les colonies de vacances”	1966
• Renaud	“C’est quand qu’on va où”	1992
• Francis Cabrel	“Il faudra leur dire”	1984
• Charles Trenet	“Nationale 7”	1959
• Boulevard des Airs	“Emmène-moi”	2014
• Orelsan	“La quête”	2018
• Michel Fugain	“Une belle histoire”	1972
• Brigitte Bardot	“la madrague”	1978
• Dalida	“Itsi Bitsi Bikini”	1960
• Tino Rossi	“Méditerranée”	1955
• Graeme Allwright	“Qu’as-tu appris à l’école”	1979
• Dorothée	“A l’école”	1995
• France Gall	“Mes premières vraies vacances”	1964
• Pink Floyd	“Another brick in the wall”	1979
• Johnny Hallyday	“Qu’est ce que tu fais à l’école”	1975
• Coluche	“Le maître d’école”	1982



Retour sur le dernier trimestre



Privés de route, mais pas de Tour : ambiance festive devant l'écran géant

La chaleur accablante a contraint les résidents à renoncer à se rendre sur les routes du Tour de France. Qu'à cela ne tienne : l'ambiance s'est transportée à l'intérieur, dans une salle d'animation transformée pour l'occasion et équipée d'un écran géant diffusant l'épreuve en direct. Une alternative appréciée, qui permet d'admirer les paysages dans le confort et la fraîcheur.

Et la caravane publicitaire, dans tout ça ? Pas question de s'en passer ! Grâce à l'initiative du personnel et à la générosité du magasin Leclerc de Pontivy, de nombreux goodies ont été distribués, recréant l'esprit festif de la Grande Boucle.



Moments de vie

Batailles de pistolets à eau pendant la canicule

Partie de triomino avec la directrice

Atelier pluche de légumes avec la directrice



Sortie au Pontoir

Même si le ciel était couvert et malgré grisaille, nous avons tout de même profité d'un agréable moment au grand air. Une petite balade autour de l'étang du Pontoir nous a permis d'apprécier la tranquillité des lieux et de prendre le temps d'observer la nature environnante. Après la promenade, nous avons prolongé ce moment convivial en partageant un goûter au bord de l'eau, une pause simple mais chaleureuse.



Gouter des familles

Le traditionnel Goûter des familles a eu lieu le samedi 13 septembre, dans une ambiance conviviale et chaleureuse. Malgré une météo incertaine, chacun a pleinement profité de ce moment de partage. L'après-midi a été rythmé par la musique, qui a apporté une touche festive à la rencontre, et le délicieux goûter spécialement préparé par nos cuisiniers. Un temps fort a également été consacré à la projection de vidéos retraçant les moments marquants de l'année écoulée, ainsi qu'un retour en images sur le séjour organisé à la fin du mois de juin.



JEUX

Les vainqueurs du tour

Jeux de logique & chronologie



Offrez les bouquets des vainqueurs aux bons coureurs.

Pour Paul, le vainqueur, un bouquet de :

Roses : 2 jaunes, 2 blanches, 2 rouges / Marguerites : 3 blanches, 1 jaune, 2 rouges

☐

Pour Luc, le second, un bouquet de :

Roses : 2 jaunes, 3 blanches, 2 rouges / Marguerites : 3 blanches, 1 jaune, 3 rouges

☐

Pour Émile, le troisième, un bouquet de :

Roses : 2 jaunes, 2 blanches, 2 rouges / Marguerites : 2 blanches, 2 jaunes, 2 rouges

☐

Après le contrôle antidopage, aidez les coureurs à retrouver leurs gourdes.

Paul a 4 gourdes, dont 1 verte, mais aucune jaune ni aucune bleue

Luc a 4 gourdes dont 1 jaune et 1 bleue, mais aucune rouge

Émile a 4 gourdes dont 1 rouge et 1 jaune, mais aucune verte

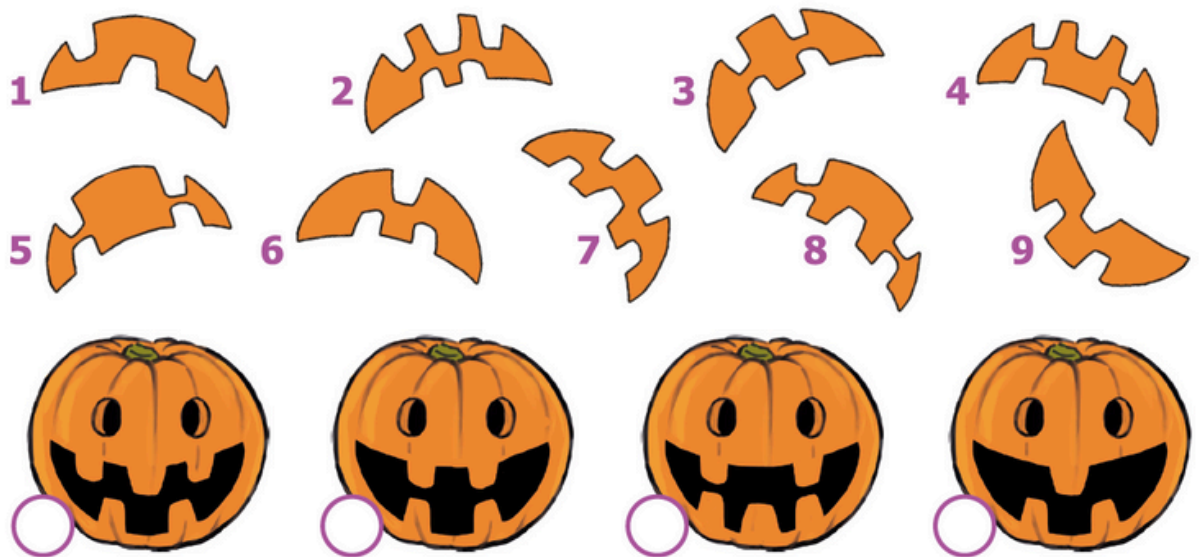
Luc a plus de gourdes jaunes qu'Émile et une quantité égale de gourdes vertes et bleues



Reliez ces professions à leur surnom.

- | | |
|---|------------------------------------|
| Médecin <input type="radio"/> | <input type="radio"/> Merlan |
| Policier <input type="radio"/> | <input type="radio"/> Toubib |
| Coiffeur <input type="radio"/> | <input type="radio"/> Marmiton |
| Contractuelle de police <input type="radio"/> | <input type="radio"/> Gueule noire |
| Surveillant de collège <input type="radio"/> | <input type="radio"/> Bougnat |
| Mineur <input type="radio"/> | <input type="radio"/> Condé |
| Apprenti-cuisinier <input type="radio"/> | <input type="radio"/> Mitron |
| Charbonnier <input type="radio"/> | <input type="radio"/> Pervenche |
| Apprenti -boulangier <input type="radio"/> | <input type="radio"/> Pion |

Retrouvez le morceau retiré de chacune de ces quatre citrouilles.

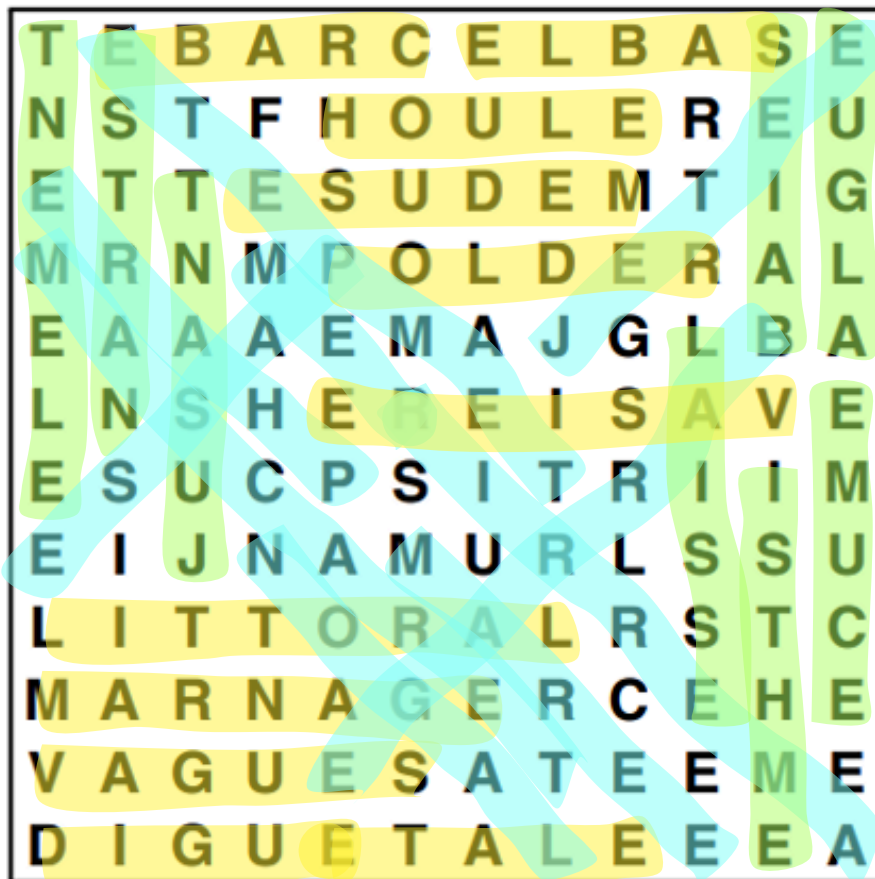


Reconnaissez les enfants qui se sont déguisés en fantôme ou en citrouille.

- Zoé est plus petite que Gabriel qui est plus petit que Julie
- Tom fait la même taille que Julie • Tom est déguisé en fantôme
- Zoé est à côté de Tom • Enzo n'est pas déguisé en fantôme
- Louise n'est pas déguisée comme Enzo



Jeux Réponse du mois dernier



ALGUE
AMERRIR
BAIE
BARRAGE
CRABE
DIGUE
ECLUSE
ECUME
ELEMENT
ESTRAN

ETALE
HOULE
ISTHME
JETEE
JUSANT
LAGON
LAISSE
LITTORAL
MAREE
MARNAGE

MASCARET
MEDUSE
MER
PASSE
PHARE
POLDER
SABLE
TEMPETE
VAGUES
VASIERE

Enigme :

Je reste dans mon coin et pourtant je parcours le monde.

Qui suis-je ?

Le Timbre