

Que cette nouvelle année soit remplie de bonheur.
Que vous puissiez réaliser vos rêves les plus chers.
Que cette nouvelle année vous apporte la santé, la joie et de belles surprises.

Michèle Mahé, Adjointe chargée des affaires sociales.

Les reconnaissez-vous ?



Photo des classes 1963

Jardinage : Les 4 phases de la lune

- **la nouvelle lune** : la face de la lune éclairée par le soleil est invisible
 - **premier quartier** : la partie éclairée s'agrandit jusqu'à représenter la moitié de la lune
 - **pleine lune** : la face de la lune éclairée par le soleil est entièrement visible
 - **dernier quartier** : la partie éclairée de la lune décroît et forme un C
-
- **Lune montante** : période entre la nouvelle lune et la pleine lune ou la sève monte dans les végétaux, favorable aux semis, aux greffes, au développement et aux récoltes des feuillages, des fruits et des graines.
 - **Lune descendante** : période entre la pleine lune et la nouvelle lune ou la sève reflue vers les racines, propice aux plantations, aux repiquages, à la taille, au bouturage, au marcottage, à la division, à la fertilisation et au travail du sol.

La restauration scolaire



Autrefois, à midi, les écoliers qui habitaient trop loin pour rentrer déjeuner chez eux, se rendaient chez l'une des ménagères du bourg qui faisaient profession de préparer chaque jour de la soupe. Leurs parents passeraient la payer le mercredi, en venant au marché aux veaux. D'autres enfants mangeaient sur place, à l'école : dans la cour de récréation, lorsque la saison le permettait, ou dans la classe, en cas de mauvais temps. Ceux-là pouvaient sortir de leur panier, une large tartine de pain de ménage sur laquelle avait été étalée une couche de beurre salé. Avant d'aller jouer, d'autres mangeaient un œuf dur, un morceau de saucisse ou de lard, et, suivant la saison, une pomme, une poignée de châtaignes grillées la veille, le tout arrosé d'une petite chopine de cidre. Mais oui ! Autres temps, autres mœurs.

En 1938, une cantine scolaire communale fut installée. Elle fonctionna pour les enfants des deux écoles publiques, dans celle de garçons (aile est de la mairie actuelle). Avant d'y préparer des repas complets, au début, on ne servait qu'une soupe faite avec des légumes donnés par les parents d'élèves. Les enfants devaient apporter leur bol et leur cuillère. Et, du côté privé, à Gimbert, Mme Le Gall, l'épouse du directeur, assurait un rudiment de cantine, dans leur appartement du premier étage, en préparant de la soupe pour des enfants qui apportaient leur gamelle. Enfin, avec la création, en 1963, du collège mixte, d'abord appelé « collège de filles avec coéducation », une cantine privée, domaine de sœur Agathe, put accueillir ses demi-pensionnaires, dès janvier 1964.

Mais, le vieillissement des infrastructures, conduisit la municipalité à étudier, à partir de 1983, le projet d'un restaurant scolaire communal qui serait ouvert aux enfants des écoles maternelles et primaires, tant publiques que privées, auquel le collège demanda bientôt qu'on veuille bien ajouter ses élèves. Construit dans les jardins de l'ancien presbytère, cet établissement ouvrit ses portes à la rentrée de 1986, sous la direction de M. Falour, à la fois cuisinier et gestionnaire. L'étape suivante fut celle d'un nouveau restaurant, plus grand et mieux équipé, qui, ayant pour responsable M. Demay, ouvrit ses portes, rue des Tilleuls à la rentrée de 2011. Il prit, par la suite, le nom de Cantine des saveurs et abrita désormais, lors des élections, les trois bureaux de vote de la commune. Enfin, en 2013, les locaux de l'ancien restaurant, devenus disponibles furent aménagés et convertis en centre de l'Enfance, bientôt baptisé La Ruche.

Jean-Pierre Vache

Comment se protéger du froid ?

À LA MAISON : Lorsque vous êtes chez vous, prenez des précautions.

- Fermez les pièces inutilisées pour conserver la chaleur.
- Maintenez la température ambiante à un niveau convenable (autour de 19 °C), mais ne surchauffez pas votre logement.
- Assurez-vous du bon fonctionnement des appareils de chauffage et respectez leur mode d'emploi. Faites-les entretenir par un professionnel.
- Aérez votre logement quelques minutes par jour, même en hiver, et n'obstruez pas les bouches d'aération.



Comment se protéger du froid ? (suite)

- Alimentez-vous convenablement et buvez des boissons chaudes
- Gardez des liens avec votre entourage : Donnez de vos nouvelles à vos proches.
- Contactez régulièrement les personnes seules à leur domicile.
- Les chauffages d'appoints peuvent être dangereux.

À L'EXTÉRIEUR : Limitez au maximum les activités extérieures.

- Par ailleurs, avant d'aller dehors, adaptez votre tenue vestimentaire au temps :
- Couvrez-vous la tête et le cou. C'est une partie du corps par laquelle peut se produire jusqu'à 30 % de déperdition de chaleur corporelle.
- Portez une écharpe devant le nez et la bouche pour respirer de l'air plus chaud.
- Couvrez bien également les mains et les pieds : enfiler des gants, des moufles et des chaussettes épaisses et mettez des chaussures suffisamment larges pour que les orteils puissent bouger et imperméables.
- Afin de conserver votre chaleur, habillez-vous chaudement, avec plusieurs couches de vêtements superposées dont une, extérieure, imperméable au vent et à l'eau.

Une fois dehors, restez vigilant :

- Évitez les expositions prolongées au froid et au vent.
- Protégez-vous des courants d'air et des chocs thermiques.
- Maintenez un certain niveau d'exercice régulier (marche), sans pour autant entreprendre d'effort important.

Jeu

Trouver et barrer la phrase intrus

Exemple :

1. *On s'amuse bien*
2. ~~*On ne plaisante pas*~~
3. *On ne fait que se distraire*
4. *Quelle rigolade !*



1. Il fait un froid de canard
2. On gèle
3. Le temps est à l'orage
4. Il fait frisquet

1. Il y a un vent violent
2. C'est la tempête
3. C'est le calme plat
4. Les tuiles s'envolent

1. Je n'en peux plus
2. C'est la grande forme
3. Je suis épuisée
4. J'ai envie de dormir

1. On entendrait une mouche voler
2. Quel vacarme !
3. ça me casse les oreilles
4. On ne s'entend plus

1. Il est malade
2. Il ne se sent pas bien
3. Il fait venir le médecin
4. Il est en pleine santé

1. A ce prix, c'est donné
2. Cela revient cher
3. C'est très onéreux
4. Je n'en ai pas les moyens

1. Il a gagné
2. C'est lui le vainqueur
3. Il a été battu
4. Il aura la coupe



Potée de jarret, saucisses et choux verts

1 jarret de porc
4 saucisses fraîches ou fumées
30 Bricolains environ
4 pommes de terre

Cuisson : 1h30



Les choux verts sont en langage de la région nommé « des Bricolains », ce sont des choux fourragés destinés aux animaux (vaches, lapins, moutons).

On consomme pour l'humain que le cœur (petit bouquet de 3 ou 4 feuilles).

Dans une marmite remplie à la moitié d'eau salée, y plonger le jarret de porc et mettre à bouillir pendant 1 heure.

Puis, y plonger les saucisses et les Bricolains.

Continuer la cuisson encore une demi heure.

Servir chaud puis déposer un petit morceau de beurre frais sur les Bricolains.

Bon appétit !

RIQUITA – Georgette Plana

A Java il était née
Un' poupée
Une poupée si jolie
Qu'on eut dit
Un bijou ou un joujou,
Qu'on adore et qui rend fou
Un étranger en passant
La voyant
Lui dit :
Viens donc à Paris
Ma jolie !
Les plaisirs et les désirs
Te feront
Reine ou démon !

Riquita (Refrain)

Jolie fleur de Java
Viens danser,
Viens donner
Des baisers,
Tes grands yeux langoureux ensorcellent,
Ton doux chant émouvant nous appelle Riquita
Joli rêve d'amour
On voudrait
Te garder
Pour toujours !



Et tout Paris acclama Riquita
Elle vit dans la folie
De l'orgie.
Un regard de ses beaux yeux
Fait d'un homme un malheureux !
A tout l'monde ell' se promet,
Et jamais
Son coeur n'a pu se donner.
Ni aimer
Elle rit quand vous pleurez.
Et le pleur' quand vous chantez !

Riquita (Refrain)

Étranger, toi qui m'as dit
Qu'à Paris
Je trouverais le bon-heur,
Moi j'en meurs !
J'ai gardé la nostalgie,
Du ciel bleu de mon pays !
Ah ! ce qu'il m'ont fait souffrir,
Vos plaisirs
Laissez-moi.
Je veux partir
Ou mourir
Cette nuit un ange blond.
M'a chanté votre chanson !

Riquita (Refrain)



L'actu

des résidences

Février 2024

Vous avez entre vos mains, la première édition de « L'actu des résidences », c'est un supplément qui permet de se tenir au courant de l'actualité des Guignenais vivant en résidence en dehors de la commune. Cette première édition est consacrée à l'actu de la résidence de Tréhélu à Guichen.

Michèle Mahé, Adjointe chargée des affaires sociales.

Bientôt un TRIPORTEUR



La Résidence, dans le cadre de l'appel à projet « Budget participatif départemental » proposé par le Département 35 est l'heureuse lauréate pour l'acquisition d'un triporteur avec 3 autres EHPAD du Canton

Nous recherchons désormais des bénévoles qui souhaitent allier le plaisir du vélo et l'accompagnement. Alors si vous souhaitez allier sport détente et accompagnement, n'hésitez pas à nous contacter.

J.O. 2024 : Casting réussi

Les Résidents sont dans les starting block pour le lancement des Jeux Olympiques 2024 !

La cérémonie d'ouverture a eu lieu à l'EHPAD « Le Tréhélu », une première ! Les Résidents athlètes, accompagnés pour certains de leurs proches, mais également des professionnels tous très motivés, ont réalisé un petit film avec des nouvelles épreuves !!!

Retour en images au dos →

J.O. 2024 : Retour en images...

Les Résidents du Tréhelu...

...des Acteurs exceptionnels qui ont tous réussi leur casting pour participer au JO 2024 !!!

Voici quelques photos souvenirs de cette belle aventure... dont certains athlètes sont originaires de Guignen :

