

*EXPOSITION  
d'Eric GENDREAU*

*Peintre plasticien*

*Du 7 Mai au 5 Juin 2015*

*Dans le Mail, Niveau 1*



*Vernissage le Jeudi 7 Mai à 15h00*

*Dans le Mail, Niveau 1*

*En présence de l'Artiste*

# *L'écho de Tous*



*Le Journal des résidents  
de La Loysance*

Janvier-Février-Mars 2015 Numéro 15

# Edito

Comme vous pouvez le constater, nous arrivons déjà au nouveau numéro qui, je pense, vous fera plaisir...

Bonne Lecture,

# Sommaire

	<i>Page</i>
- <i>Edito et Sommaire</i>	2
- <i>Quoi de Neuf?</i>	3
- <i>Que s'est-il passé?</i>	4 - 5
- <i>Poèmes</i>	6
- <i>Récitation</i>	7
- <i>Page Tourisme : Avranches</i>	8 - 9
- <i>Dates à retenir</i>	10
- <i>Recettes</i>	11
- <i>Portrait chinois</i>	12 - 13
- <i>Jeux</i>	14
- <i>Equipe de Rédaction</i>	15

## *Le Mot du Président...*

Bonjour à tous,

J'espère que vous n'avez pas été touché par la Gastro qui a sévit dans l'établissement mais avec l'arrivée du printemps, des poules et des beaux jours, tout va s'arranger...

*Le Président,*  
*M. PIGEARD André*

## *L'équipe de rédaction*

*Un grand Merci*

*à nos rédacteurs  
en chef...*

*Mme DUVAL  
Mme BON  
Mr PIGEARD  
Mme BIGOT  
Mme PIVERT  
Melle REDOUTE  
Mme GAUTIER M  
Mme GAUTIER M-J  
Mr MICHAUD  
Mme SOURDIN*

*Mr DAHYOT  
Melle CHAUVIN  
Mr TOULLIER  
Mme HOUSSIN  
Mme LE CHEVOIR  
Alexandra  
Christine  
Josépha  
Marine*

## Jeux

### Charades:

Mon premier est une boisson  
Mon second est une boisson  
Mon troisième est une boisson  
Mon tout est une boisson  
Réponse : Café au lait

Mon premier est un animal qui vit dans les égouts  
Mon deuxième est le contraire de tard  
Mon tout sert à rassembler des tas de feuilles  
Réponse : Poubelle

### Devinettes :

Je suis un animal de Jeu ?

Réponse : Le jeu de l'oie

Qu'est ce qu'un ensemble de cartes ?

Réponse : Un jeu de cartes

### Blague

Assise au bord du lit, la mère de Toto lui chante une berceuse pour qu'il s'endorme plus facilement.  
Puis elle continue avec une deuxième et insiste avec une troisième...  
Toto se met alors à soupirer :  
- Dis, maman, je peux m'endormir maintenant ou tu veux encore chanter ?

### LETTRES MANQUANTES :

Vous devez remplacer les étoiles par des voyelles et vous trouverez une citation ou un proverbe.

1 - \*tr\* c\*mm\* l\*s d\*\*x d\*\*gts d\* l\* m\*\*n  
2 - P\*t\*t \* p\*t\*t, l\*\*s\*\*\* f\*\*t s\*n n\*d.

REPONSE : Au prochain numéro

Réponse du dernier numéro : 1- Quant va la cruche, à la fin elle se casse.

2- Chaque chose en son temps

Proposé par Mr TOULLIER, Mr PIGEARD, Mme GAUTIER, Mme BON, Mr DAHYOT.

## Quoi de neuf ???

- Des ateliers jardinages vont être programmés dès le printemps pour continuer l'aménagement du Jardin des Sens. Nous allons installer des jardinières et des balconnières. Nous vous convions à l'inauguration qui aura lieu le Lundi 8 Juin à 15h00 avec une animation musicale.



Nous sommes heureux de vous présenter trois nouveaux habitants. Ils résident dans le Jardin des Sens, n'hésitez pas à venir leur rendre visite, ils apprécient la compagnie...

- Le pique nique des familles aura lieu le Mardi 16 Juin à 12h00, l'Orchestre A-Tempo animera ce repas convivial.
- Eric GENDREAU, Peintre plasticien, viendra exposer ses œuvres au sein de la résidence du 7 Mai au 5 Juin 2015 dans le Mail, Niveau 1.
- Les résidents ont créé un blog pour faire partager leurs activités quotidiennes au sein de la résidence, n'hésitez pas à le consulter : [www.facebook.com/lesresidentdelaloysance](http://www.facebook.com/lesresidentdelaloysance). Il est actualisé par les résidents lors des ateliers informatiques

**Bienvenue à :** Mme BEON Madeleine, Mme COQUELIN Maria, Mme D'AVENEL Madeleine, Mr DOUABIN Amand, Mr FRANDEBOEUF Georges, Mr GAUTIER Aimé, Mme HOURMAND Odette, Mr HUET Angès, Mme LEBON Marie-Thérèse, Mr MARTIN René, Mme THOMAS Paulette.

**Une pensée pour :** Mme BECOT Germaine, Melle CHAUVIN Armelle, Mme DEPINCE Victorine, Mme GREHALLE Raymondé, Mme GUY Louissette, Mr JAMES Claude, Mme LEMARCHAND Marguerite, Mme MORVAN Maria, Mr PERRIGAULT Germain, Mme PIVERT Louise, Mme TISON Marie.

Une boîte à idée est installée au niveau 1 dans le Mail à côté du « Coin de l'amitié ». N'hésitez pas à nous faire part de vos remarques et de vos suggestions. Vous pouvez également y déposer des articles que vous souhaiteriez faire paraître dans ce petit journal

## Que s'est il passé



*Fete des crepes avec Marie Laure (diététicienne)*



*Après midi Musicale*



*Epluchage de Légumes pour le potage des résidents*



*Balade dans le parc*



*Atelier Culino*

**« Il n'y a pas d'âge pour s'amuser, le principal c'est de ne pas s'ennuyer »**

**« Pierre MASSIN habite au deuxième étage de la Loysance dans le service « Bonnefontaine».  
Mr MASSIN aime la belote, la cuisine, discuter, l'épluchage de légumes et nourrir les poules !!**

**Pierre, dites-nous,**

**Si vous étiez :**



Une couleur	Rouge
Un plat culinaire	La Tête de Veau
Une fleur ou une plante	Un Arôme
Un instrument de musique	Accordéon
Un moyen de Locomotion	Un camion
Un sport	Le Football
Une ville	Antrain
Une personne célèbre	Tino Rossi
Un métier	Pompier
Un animal	Le chien
Un chiffre	Le 1
Un habitat	Une maison individuelle
Un pays	La France
Un site remarquable	Le Mont Saint Michel
Un loisir	La Chasse
Une saison	L'Automne
Un objet	Une canne
Une chanson	La Marseillaise
Un vêtement	Une culotte

*La qualité que vous appréciez le plus*

*La Franchise*

*Le défaut que vous détestez le plus*

*Le Mensonge*

**Je vous remercie, Pierre et Angélique, pour vos réponses.**

**Mr TOULLIER**

**Voici quelques dictons de saison :**

« Brouillard en Mars, gelée en Mai »

« Les douze premiers jours de Janvier, représente les douze mois de l'année »

« Taille de bonne heure, taille tard, la Meilleure est de celle de Mars »



## Le Portrait Chinois

A l'occasion de ce quatorzième numéro, je vous propose de découvrir les portraits chinois de deux personnes : Mme Angélique JOURDAN qui travaille au sein du service « Polders – Fontaine de l'An II » au 1er étage de la résidence et une résidente : Mr MASSIN Pierre qui réside au 2<sup>ème</sup> étage dans le service « Villecartier - Bonnefontaine »

**Je vous laisse découvrir ci-dessous ses réponses au portrait chinois.**

**Angélique, dites-nous,**

**Si vous étiez :**



Une couleur  
Un plat culinaire  
Une fleur ou une plante  
Un instrument de musique  
Un moyen de Locomotion  
Un sport  
Une ville  
Une personne célèbre  
Un métier  
Un animal  
Un chiffre  
Un habitat  
Un pays  
Un site remarquable  
Un loisir  
Une saison  
Un objet  
Une chanson  
Un vêtement

Violet pourpre  
Une choucroute de la mer  
Un Orchidée  
Piano  
Les rollers  
L'équitation  
Dubai  
Jeanne d'Arc  
Vétérinaire  
Le cheval  
Le 6  
Une villa  
Le Brésil  
L'église de Venise  
Peinture  
Le Printemps  
Un miroir  
« Thinking out loud » de Ed Sheeran  
Une robe

La qualité que vous appréciez le plus  
Le défaut que vous détestez le plus

La Fidélité  
Le Narcissisme

## Que s'est il passé ?



Ateliers Jardinage



Chorale du Coglais



Atelier Mémoire



Animation musicale avec  
« Béanimation » à l'occasion de la  
galette des rois



Atelier informatique

**« Savoir prendre le temps de passer du bon temps... »**

## Poèmes

### Libre comme les éléments de notre planète



Tel l'air  
Qui se faufile dans les repères,  
Des âmes amoureuses qui errent  
Dans les cœurs ouverts.



Telle L'eau  
Qui traverse de Viennes à Bordeaux  
Et nous apportent les minéraux  
Qui coulent sur les joues des amants en sanglots

Tel le feu  
Qui enflamme les cœurs amoureux  
Pour les rendre plus heureux  
De s'épanouir dans un couple harmonieux

Telle la Terre  
Qui offre aux êtres solitaires  
La possibilité de prouver à leur père  
Que la liberté n'a pas de frontières

Mr BRUNO Christophe

### J'ai appris...

J'ai appris que le meilleur du monde est aux pieds des personnes âgées...  
J'ai appris que moins on a de temps, plus on fait de choses...  
J'ai appris qu'avoir un enfant endormi dans ses bras est le moment le plus paisible du monde...  
J'ai appris qu'il m'est toujours possible de prier pour quelqu'un, quand il est impossible de le secourir autrement...  
J'ai appris que nul n'est parfait, jusqu'au jour où il rencontre l'amour d'une personne...  
J'ai appris que j'aimerais avoir encore une fois la déclaration que ma mère m'aime avant qu'elle ne meurt...

Mr DAHYOT

## Recettes de Cuisine

### Jarret de Bœuf façon osso bucco à l'Orange et à la Tomate

#### Ingrédients (pour 4 personnes):



- 2 grosses tranches de jarret de bœuf avec os de 400 à 500 gr chacune
- 4 Oranges
- 2 Boîtes de tomates pelées
- 8 Morceaux de sucre
- 6c. à soupe d'huile d'olive
- Sel et Poivre

#### Préparation :

- Couper les zestes des oranges et presser leur jus.
- Blanchir les zestes des oranges à l'eau bouillante et les confire 30 minutes à feu très doux avec 25 cl d'eau et de sucre.
- Chauffer l'huile dans une cocotte. Colorer les tranches de jarret des deux côtés, à feu vif. Ajouter les tomates pelées avec leur jus et les zestes d'oranges confits. Verser le jus des oranges et ¼ de litre d'eau. Saler, poivrer et laisser mijoter 3 heures à couvert et à feu très doux.
- Servir l'osso buco de bœuf accompagné de pâtes ou de polenta.
- Recette à déguster bien chaude.

#### Conseils :

- Pour accélérer la préparation : Préparer les zestes d'orange confits la veille et utiliser un autocuiseur pour la cuisson de l'osso buco (1h30 après rotation de la soupape)
- Pour être plus festif : ajouter du safran dans la sauce
- Variante : Remplacer les zestes d'orange par des herbes fraîches et des olives hachées ajoutées en fin de cuisson.

### Tiramisu aux fraises

#### Ingrédients (pour 4 personnes) :



- 500 g fraises
- le jus d'un demi-citron jaune
- 4 oeufs
- 250 g de mascarpone
- 180 g de sucre
- 12 biscuits à la cuillère

#### Préparation :

- Préparer 2 h à l'avance.
- Placer les biscuits dans un plat. Laver, équeuter et couper les fraises en quartiers, puis les mettre dans un plat.
- Arroser les fraises du jus de citron et de 30 g de sucre. Ecraser les fraises à l'aide d'une fourchette. Mettre sur les biscuits cette préparation en quantité suffisante afin de bien les imbiber. Mettre au frigo.
- Pendant ce temps, séparer les jaunes et les blancs des œufs. Battre les jaunes avec 120 g de sucre jusqu'à blanchissement du mélange. Ajouter le mascarpone et mélanger.
- Monter les blancs en neige, y ajouter les 30 g de sucre. Incorporer délicatement les blancs en neige au mélange jaune-sucre-mascarpone. Verser la préparation sur les biscuits imbibés.
- Verser le restant du 'coulis' par dessus. Mettre au frais.

Bon Appétit !

Mme GAUTIER, Mme BIGOT, Mr PIGEARD

## Dates à retenir

- L'Atelier esthétique est ouvert le lundi matin de 10h30 à 12h30 et le Vendredi de 14h00 à 16h00.
- Un atelier informatique est proposé tous les Mercredi de 10h30 à 12h00 dans le mail Niveau 1.
- Lundi 20 Avril à 14h30 : Chorale de Villamée à l'Occasion des Anniversaires du Mois
- Mercredi 22 Avril à 14h30 : L'exposé Molièresque (Pièce de théâtre) Salle d'Animation
- Jeudi 23 Avril à 14h30 : Loto intergénérationnel en Salle d'Animation
- Jeudi 7 Mai à 15h00 : Vernissage de l'exposition d'Eric Gendreau dans le Mail Niv 1
- Mercredi 3 Juin à 14h30 : Conseil de la Vie Sociale en Salle d'Animation
- Lundi 8 Juin à 15h00 : Inauguration du Jardin des Sens avec une animation musicale
- Mardi 16 Juin à 12h00 : Pique nique des familles animé par l'Orchestre A-TEMPO

### Quelques dictons:

« La fantaisie est un perpétuel printemps »

« Le printemps, c'est tout un poème. On en parle, on le pratique, on l'attend... »

« Certains matins de printemps ont une fraîcheur de grenouille »

« Les filles sont jolies dès que le printemps est là »

« A force de forger, on devient forgeron »

« A Pâques ou à Trinité »

- **Petit rappel:** N'oubliez pas de vous inscrire auprès de l'équipe d'Animation pour les activités et sorties à l'extérieur proposées sur le planning.

## Récitation

### « La Laitière et le Pot au Lait »

De Jean de la Fontaine



Perrette sur sa tête ayant un Pot au lait  
Bien posé sur un coussinet,  
Prétendait arriver sans encombre à la ville.  
Légère et court vêtue elle allait à grands pas ;  
Ayant mis ce jour-là, pour être plus agile,  
Cotillon simple, et souliers plats.  
Notre laitière ainsi troussée  
Comptait déjà dans sa pensée  
Tout le prix de son lait, en employait l'argent,  
Achetait un cent d'œufs, faisait triple couvée  
La chose allait à bien par son soin diligent.  
Il m'est, disait-elle, facile,  
D'élever des poulets autour de ma maison :  
Le Renard sera bien habile,  
S'il ne m'en laisse assez pour avoir un cochon.  
Le porc à s'engraisser coûtera peu de son ;  
Il était quand je l'eus de grosseur raisonnable  
J'aurai le revendant de l'argent bel et bon.  
Et qui m'empêchera de mettre en notre étable,  
Vu le prix dont il est, une vache et son veau,  
Que je verrai sauter au milieu du troupeau ?  
Perrette là-dessus saute aussi, transportée.  
Le lait tombe ; adieu veau, vache, cochon,  
couvée ;  
La dame de ces biens, quittant d'un oeil marri  
Sa fortune ainsi répandue,  
Va s'excuser à son mari  
En grand danger d'être battue.  
Le récit en farce en fut fait ;  
On l'appela le Pot au lait.

Récité par Mme BON

## A la Découverte d'Avranches

Bonjour à tous, je vais continuer à vous raconter ce que j'ai pu trouver sur la ville d'Avranches. Au XVII<sup>e</sup> siècle, deux monuments faisaient la fierté de la population. Il s'agit de la Cathédrale Saint André et le château. J'ai donc décidé de vous parler de ces deux magnifiques monuments.



**La Cathédrale Saint André**

Dédiée à saint André, patron de la ville, la cathédrale était surnommée la « Belle Andrine » par les Avranchinois. D'architecture romane en grande partie, elle fut remaniée plusieurs fois, au XIII<sup>e</sup> siècle, puis à la fin du XV<sup>e</sup> siècle et au début du XVI<sup>e</sup> siècle. Le matériau principal qui fut utilisé pour sa construction était le granit.

Les éléments romans primitifs, la nef et les tours jumelles encadrant un beau portail, dataient des premières années du XI<sup>e</sup> siècle. Son chœur, son déambulatoire, ses chapelles rayonnantes et sa tour de l'horloge, surmontée d'une flèche aiguë, avaient été achevés au commencement du XII<sup>e</sup> siècle. Le XIII<sup>e</sup> siècle gothique avait ajouté le porche septentrional à double baie, les arches et les fenêtres de la nef. Les chapelles latérales, le transept du midi et la salle capitulaire étaient des adjonctions datant de la fin du XV<sup>e</sup> et du début du XVI<sup>e</sup> siècle.

Suivant un plan extrait de l'ouvrage de l'abbé Pigeon sur le diocèse d'Avranches, la cathédrale était installée sur un promontoire, à l'intérieur des murs d'enceinte de la ville. La cathédrale possédait une nef longue de 6 travées, précédée par un narthex de 2 travées à l'ouest. C'est là contre la façade occidentale que prenait place l'orgue. Un bas-côté desservait les huit chapelles, quatre de chaque côté.

L'entrée principale se faisait au nord par un porche à double baies qui ouvrait face au jubé, tandis que du côté opposé se trouvait dans les mêmes proportions la chapelle Saint-Jean.

Le chœur de 5 travées s'étendait vers l'est, et son abside munie de 5 pans, entièrement ceinturée par le déambulatoire. Il donnait accès aux chapelles absidiales, alternées dans leur plan, trois chapelles avec abside avec entre elles deux chapelles à plan carré, et fournissait au sud un passage vers le cloître des chanoines.

La cathédrale comptait un total de 19 chapelles. L'autel majeur du chœur était dédié à Saint-André tandis qu'à l'entrée se trouvaient les autels Sainte-Croix à gauche et Saint-Denis à droite. La quasi-totalité des autels, statues et pierres tombales ont été détruites. Le chanoine Prosper Cornille, archiprêtre d'Avranches, a fait réédifier un autel de marbre blanc en provenant dans la basilique Saint-Gervais<sup>5</sup>.

Autour de la cathédrale s'élevaient les divers édifices dévolus au clergé en charge de l'administration de l'évêché. Le cloître des chanoines qui servait de cimetière, qui servait de passage entre la cathédrale et la salle synodale, la chapelle des morts où se tenait traditionnellement l'élection du nouvel évêque, la grande salle des synodes et le palais épiscopal. L'évêque disposait d'un passage particulier qui lui permettait depuis l'évêché de rejoindre la cathédrale par la chapelle axiale.



**Le Château**

Le château a été construit vers 950 par Onfroi Le Dane, sur les vestiges de l'ancienne enceinte romaine.

Une succession d'enceintes et de fossés y ont été ajoutés. Le donjon roman a malheureusement disparu au siècle dernier. Le haut de la courtine constitue une plate-forme au même niveau que la terrasse. Un schéma, réalisé par le chanoine Pigeon, montre de quelle manière donjon et courtine étaient reliés. Ceci est également vérifiable dans un document conservé aux Archives du Calvados.

Un autre détail est à relever, il est impossible d'accéder à la terrasse depuis l'intérieur du bâtiment. Des passages ont été obstrués après un premier affaissement du niveau supérieur de l'édifice, à une époque indéterminée.

Aujourd'hui, au sommet d'un mur de courtine crénelé, on découvre un panorama sur la baie et la vallée de la Sée, au cœur des différents quartiers Avranchinois.

Je vous remercie et je vous dis « Suite » au prochain numéro.

**Mr PIGEARD André**