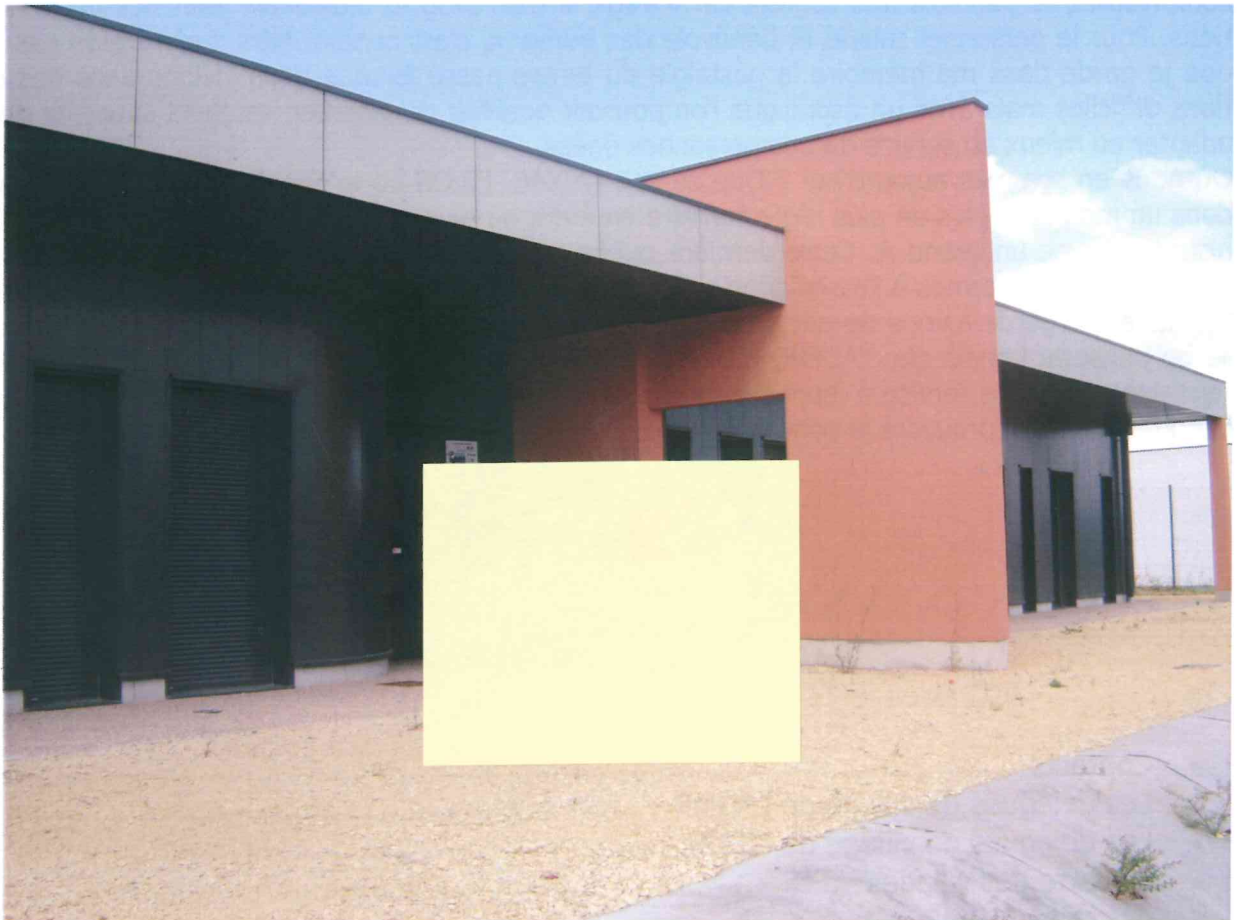


LES ECHOS

de la Maison des Services



Numéro 14 - Juin 2015



de la Vallée de la Dieue
et de Meuse Voie Sacrée



***Journal publié avec le soutien
de nos deux CODECOM :***



Communauté de Communes
du Val de Meuse
et de la Vallée de la Dieue



EDITORIAL

La semaine dernière, j'ai eu l'idée de visiter le nouveau bâtiment d'Ancemont qui abrite la CODECOM Meuse Voie Sacrée. Par la même occasion, et après avoir parcouru les bureaux de la CODECOM, je me suis retrouvé devant ceux de l'ADMR et j'avoue avoir été très heureusement surpris par la modernité des lieux, leur agencement et surtout leur fonctionnalité.

Il est loin le temps où nous nous trouvions dans un petit local encombré, à côté du canal à Dieue. Il est loin le temps où nous avons été très heureux de déménager à Monthairons et d'être réunis sous le même toit, ADMR, ILCG et SSIAD naissant.

Le SSIAD est parti à la Maison Médicale de Dieue. L'ADMR et l'ILCG sont désormais dans des locaux confortables, et j'en suis très content car il s'agit là d'un progrès indéniable pour nos deux associations. Pour le personnel salarié et bénévole des bureaux, c'est certain. Mais il n'en reste pas moins que je garde dans ma mémoire la nostalgie du temps passé lorsque nous vivions dans des conditions difficiles mais avec un esprit que l'on pourrait qualifier de pionnier, toujours soucieux de nous adapter au mieux au service de nos personnes âgées.

Où nous en sommes aujourd'hui ? Que ce soit l'ADMR, l'ILCG ou le SSIAD, nous vivons désormais dans un moule de plus en plus réglementaire en étant de plus en plus assimilé aux règles de l'Administration avec un grand A. Cette dernière oublie trop souvent que les bénévoles, s'ils consacrent beaucoup de leur temps à l'association qu'ils ont choisie, ne sont pas, et ne seront jamais des fonctionnaires au garde à vous devant des règles, des statuts qui vont s'accumulant.

Je ne penserai jamais que l'ADMR, l'ILCG et le SSIAD, lorsqu'ils étaient à Dieue et à Monthairons, rendaient moins de service à leurs clients respectifs et ce n'est pas un rapport coûteux d'un bureau d'études qui m'en prouvera le contraire.

Charles DEMANGE

Sommaire

◆ Contacts	3
◆ Les délégués de village de l'ADMR	4
◆ Les délégués de village de l'ILCG	5
◆ La carte des villages	6
◆ Actualités ADMR	7
◆ Les services à la personne	9
◆ Nos villages - Villers-Sur-Meuse	11
◆ Prévention : fortes chaleurs	12
◆ Information Filien ADMR	14
◆ Actualités ILCG	15
◆ Maison de retraite de Sommedieue	17
◆ C'était un matin ordinaire.....	20

Equipe de rédaction : Brigitte ADRIAN (SSIAD), Edith BONFILS (ADMR), Annick ELOY-FRESSINET (ADMR), Jean GUEUSQUIN (ADMR), Mireille HUMBERT (ADMR), Sandrine LHOTTE (Maison de retraite de Sommedieue), Gérard MACINOT (ADMR), Maria MARTIN (ADMR), Josiane SPITTLER (ADMR, ILCG)

Responsable de rédaction : Christiane CHARLE (ADMR)

Agencement : Christelle FEUILLARD (ADMR)



CONTACTS



L'ADMR à votre service

Adresse :

Association d'Aide à Domicile en Milieu Rural
du Val de Meuse et du Plateau de Souilly
1 bis Route de Senoncourt
55320 ANCEMONT

Téléphone et fax : 03 29 87 63 51

Adresse mail : vdmps@fede55.admr.org

Ouverture de la permanence :

Le lundi de 13h45 à 16h30
Le mercredi de 13h45 à 16h30
Le jeudi de 13h45 à 16h30

Les membres du bureau :

Mireille HUMBERT	Présidente
Mireille GEORGET	Vice Présidente
Jean GUEUSQUIN	Trésorier
Adèle COLOMBO	Secrétaire
Christiane CHARLE	Membre du Bureau
Josiane SPITTLER	Membre du Bureau
Michel VACHER	Membre du Bureau

Les délégués de village :

La liste complète de nos délégués bénévoles figure en page 4.

Les aides à domicile :

Une quarantaine d'aides à domicile sont à vos côtés chaque jour.

La Maison de retraite de Sommedieue

Adresse :

EHPAD Jacques Barat DUPONT
Rue du Parc
55320 SOMMEDIUE

Téléphone : 03 29 87 71 06

Adresse mail :

contact@maison-retraite-barat-dupont.fr

Site internet :

www.maison-retraite-barat-dupont.fr

Le SSIAD

Adresse :

Service de Soins Infirmiers à Domicile
Maison de la Santé - 6 rue du Rattentout
55320 DIEUE-SUR-MEUSE

Téléphone : 03 29 85 72 33

En cas d'absence, merci de laisser un message sur le répondeur.

Adresse mail : siadmonthairons@orange.fr

Une infirmière coordinatrice, vous accueille sur rendez-vous du lundi au vendredi. Merci de la contacter d'abord par téléphone.

Les membres du bureau :

Charles DEMANGE	Président
Josiane SPITTLER	Vice Présidente
Jocelyne CHAVRELLE	Trésorière

Les aides-soignantes :

17 aides-soignantes assurent chaque jour les soins dont vous avez besoin.

L'ILCG

Adresse :

Instance Locale de Coordination Gérontologique
Vallée de la Dieue et Meuse Voie Sacrée
1 bis Route de Senoncourt
55320 ANCEMONT

Téléphone : 03 29 87 73 70

Ouverture de la permanence :

Le lundi de 14h00 à 16h00
Le jeudi de 14h00 à 16h00

Les membres du bureau :

Josiane SPITTLER	Présidente
Mireille GEORGET	Vice-Présidente
Dominique MARECHAL	Trésorière
Yvette DOUMENE	Secrétaire
Adèle COLOMBO	Membre du Bureau
Mireille HUMBERT	Membre du Bureau

Les délégués de village de l'ADMR

AMBLY	Mme Anne-Marie MACHUM - 2 Lotissement Etrain 55300 AMBLY - tél : 03.29.85.21.18
ANCEMONT	M. Jean GUEUSQUIN - 4 rue Briquette 55320 ANCEMONT - tél : 03.29.85.70.52
BELLERAY	Mme Ghislaine LABOURIER - 10 rue Haute 55100 BELLERAY - tél : 03.29.84.22.65
BELRUPT	Mme Mireille MARATRAT - 21 rue de la Chiffoure 55100 BELRUPT - tél : 03.29.84.31.38
DIEUE	Mme Eliane LOUIS - 5 rue Haute 55320 DIEUE/MEUSE - tél : 03.29.87.70.48
DUGNY	M ^{elle} Adèle COLOMBO - 2 rue des Prés 55100 DUGNY/MEUSE - tél : 03.29.85.70.23
GENICOURT	Mme Josiane SPITTLER - 21 rue Nacrillon 55320 RUPT-EN-WOËVRE - tél : 03.29.88.85.25
HAUDAINVILLE	M. Gérard MACINOT - 6 rue des Clématites 55100 VERDUN - tél : 03.29.84.69.01
HEIPPES	Mme Marie-Josée BEAUSOLEIL - 5 rue du Château 55220 HEIPPES - tél : 03.29.80.52.19
JULVECOURT	M. Michel VACHER - 5 rue Savary 55120 JULVECOURT - tél : 03.29.80.51.15
LANDRECOURT-LEMPIRE	Il n'y a pas de délégué actuellement.
LEMMES	Mme Lucette ORRIERE - 10 rue des Mignonnelles 55220 LEMMES - tél : 09.87.27.60.36
LES MONTHAIROIS	Mme Claudie LAIR - 7 rue du Moulin 55320 LES MONTHAIROIS - tél : 03.29.80.94.72
OSCHES	Mme Françoise DUBOIS - 3 Grande Rue 55220 OSCHES - tél : 03.29.80.52.94
RAMBLUZIN et BENOITE-VAUX	Mme Michèle LEROUX - 5 rue Basse 55220 RAMBLUZIN - tél : 03.29.80.52.88
RECOURT	Mme Josette THUGNET - 11 rue de Rambluzin 55220 RECOURT-LE-CREUX - tél : 03.29.85.23.81
RUPT	Mme Josiane SPITTLER - 21 rue Nacrillon 55320 RUPT-EN-WOËVRE - tél : 03.29.88.85.25
ST-ANDRE-EN-BARROIS	Mme Bernadette LACHAMBRE - 2 rue du Four 55220 SAINT-ANDRE-EN-BARROIS - tél : 03.29.80.56.17
SENONCOURT	Mme Fatima NICOLAS - 41 Lot. au Dessus des Prés 55220 SENONCOURT-LES-MAUJOUY
SOMMEDIÈUE	Mme Christine BRICHE - 3 Place Joseph
SOUILLY	Mme Mireille GEORGET - 44 Voie Sacrée 55220 SOUILLY - tél : 03.29.80.57.83
TILLY	Mme Maria MARTIN - 3 rue Basse 55220 TILLY-SUR-MEUSE - tél : 03.29.85.23.18
VADELAINCOURT	Mme Annick ELOY-FRESSINET - 3 rue de l'Abreuvoir 55220 VADELAINCOURT - tél : 03.29.80.54.14
VILLERS	Mme Marie-Odile GUERRA - 16 rue Principale 55220 VILLERS-SUR-MEUSE - tél : 03.29.85.22.85

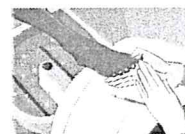
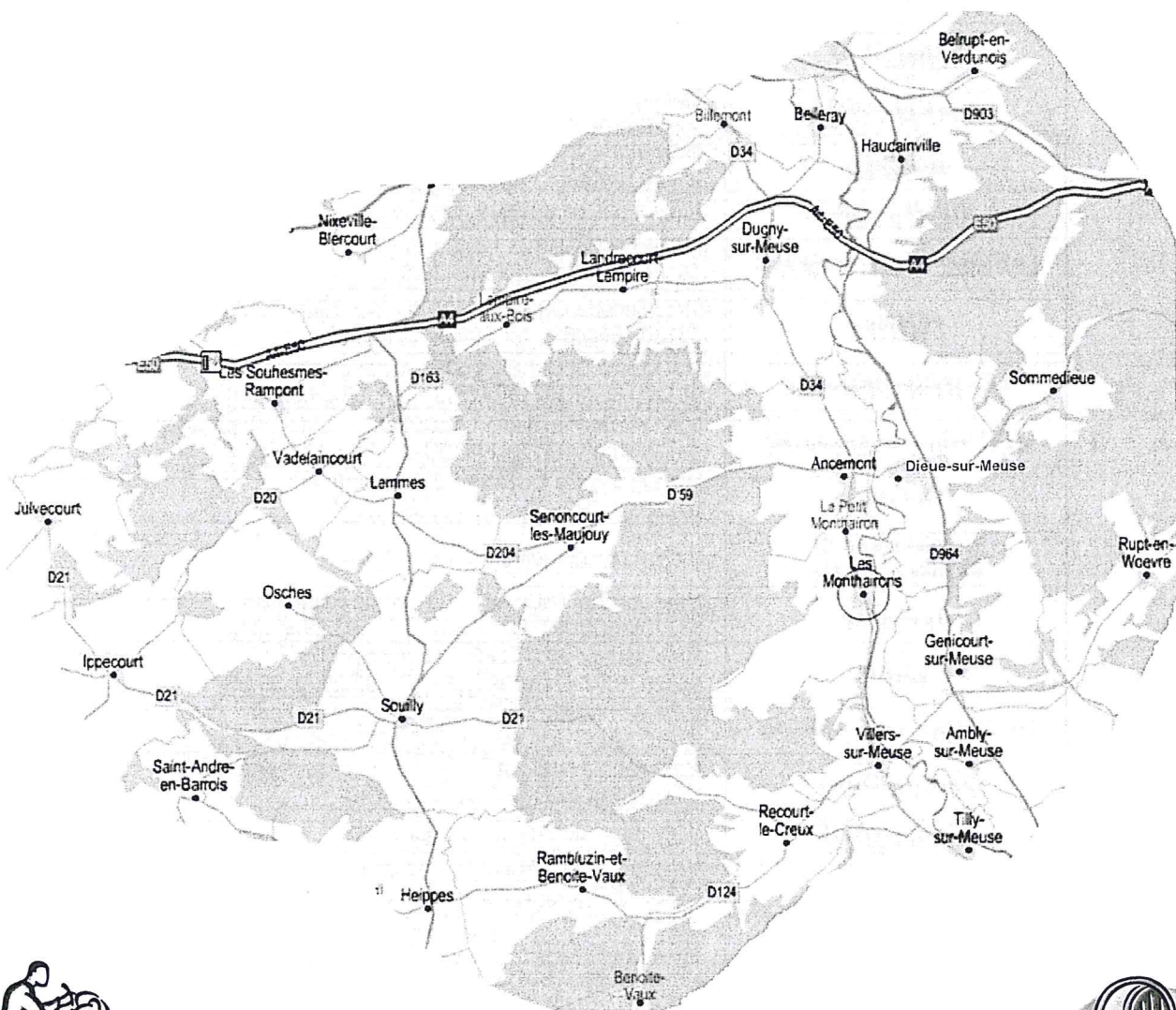
Les délégués de village de l'ILCG

AMBLY	M. Daniel BOURDET - 6 Lotissement Etrain 55300 AMBLY
ANCEMONT	Mme Christiane MILLOT - 26 rue du Four 55320 ANCEMONT - tél : 03.29.85.74.88
BELLERAY	Mme Ghislaine LABOURIER - 10 rue Haute 55100 BELLERAY - tél : 03.29.84.22.65
BELRUPT	Mme Mireille MARATRAT - 21 rue de la Chiffour 55100 BELRUPT - tél : 03.29.84.31.38
DIEUE	Mme Claudine LAUNOY - 6 rue des Mésanges 55320 DIEUE/MEUSE - tél : 03.29.87.76.60
DUGNY	M ^{lle} Adèle COLOMBO - 2 rue des Prés 55100 DUGNY/MEUSE - tél : 03.29.85.70.23
GENICOURT	Mme Josiane SPITTLER - 21 rue Nacrillon 55320 RUPT-EN-WOËVRE - tél : 03.29.88.85.25
HAUDAINVILLE	Mme Annie PREUD'HOMME - 10 rue Grande 55100 HAUDAINVILLE - tél : 03.29.84.63.41
HEIPPES	Mme Marie-Josée BEAUSOLEIL - 5 rue du Château 55220 HEIPPES - tél : 03.29.80.52.19
JULVECOURT	Il n'y a pas de délégué actuellement.
LANDRECOURT-LEMPIRE	M. Michel DAUMAIL - 6 Grande Rue 55100 LEMPIRE - tél : 03.29.87.62.76
LEMMES	Mme Lucette ORRIERE - 10 rue des Mignonnettes 55220 LEMMES - tél : 09.87.27.60.36
LES MONTHAIROIS	M. Octavio DEGLI ESPOSTI - 1 rue du Moulin 55320 LES MONTHAIROIS - tél : 03.29.85.70.86
NIXEVILLE-BLERCOURT	Mme Marie-Madeleine LARDENOIS - 17 lot. Mont-Villée 55120 NIXEVILLE-BLERCOURT - tél : 03.29.86.80.12
OSCHES	Mme Françoise DUBOIS - 3 Grande Rue 55220 OSCHES - tél : 03.29.80.52.94
RAMBLUZIN et BENOITE-VAUX	Il n'y a pas de délégué actuellement.
RECOURT	Mme Josette THUGNET - 11 rue de Rambluzin 55220 RECOURT-LE-CREUX - tél : 03.29.85.23.81
RUPT	Mme Josiane SPITTLER - 21 rue Nacrillon 55320 RUPT-EN-WOËVRE - tél : 03.29.88.85.25
ST-ANDRE-EN-BARROIS	Mme Bernadette LACHAMBRE - 2 rue du Four 55220 SAINT-ANDRE-EN-BARROIS - tél : 03.29.80.56.17
SENONCOURT	Mme Fatima NICOLAS - 41 Lot. au Dessus des Prés 55220 SENONCOURT-LES-MAUJOUY
SOMMEDIÈUE	Il n'y a pas de délégué actuellement.
LES-SOUHESMES-RAMPONT	Mme Monique MAGNIER - rue de l'Orbière 55220 LES-SOUHESMES - tél : 03.29.80.51.48 Mme VERDUN - 4 rue du Petit Moulin 55220 RAMPONT - tél : 03.29.86.83.96
SOUILLY	Mme Mireille GEORGET - 44 Voie Sacrée 55220 SOUILLY - tél : 03.29.80.57.83
TILLY	Mme Francine PERIDON - 1 rue Basse 55220 TILLY-SUR-MEUSE - tél : 03.29.85.23.17
VADELAINCOURT	Mme Annick ELOY-FRESSINET - 3 rue de l'Abreuvoir 55220 VADELAINCOURT - tél : 03.29.80.54.14 Mme Françoise BERNARD - 11 Grande Rue 55220 VADELAINCOURT
VILLERS	Mme Patricia RICKMAN - 6 rue de la Gare 55220 VILLERS-SUR-MEUSE - tél : 03.29.85.26.65 Mme Edwige LEGUAY - 2 bis rue de la Vierge 55220 VILLERS-SUR-MEUSE

Les villages meusiens* où interviennent l'ADMR du Val de Meuse et du Plateau de Souilly et/ou l'ILCG Vallée de la Dieue et Meuse-Voie-Sacrée

*La liste exacte des villages avec leur délégué
figure sur les deux pages précédentes*

** Pour information, 27 associations locales ADMR existent en Meuse.
Si votre commune ne figure pas sur notre liste, merci de contacter notre
Fédération ADMR - 50 Résidence du Parc - 55101 VERDUN CEDEX au
03.29.84.58.32. pour connaître l'association dont elle dépend.*



Une salariée ADMR au grand cœur

France CATTANT habite aux Monthairons. Elle aime beaucoup les chats. D'ailleurs elle en possède cinq dont le petit dernier, Gibus, est âgé de 10 mois.



En février dernier, après une « escapade » d'une journée, Gibus revient miauler à la fenêtre de ses maîtres. France découvre alors que le chaton a une patte en sang. Vite, vite, direction chez le Vétérinaire. En fait, le pauvre Gibus a été victime d'un tir de fusil de chasse.

Le vétérinaire procède rapidement à une opération pour extraire la balle. Malheureusement, la pauvre petite patte blessée est maintenant un membre mort. Un choix difficile s'impose à France : laisser Gibus avec sa patte morte ou l'amputer. Sur les conseils du vétérinaire, elle choisit l'amputation. Le petit Gibus a appris très vite à marcher sur trois pattes.

Bravo, France ! Nous qui te connaissons bien et t'apprécions, nous voulions te féliciter pour ce beau geste.

Adèle COLOMBO

Assemblée Générale Ordinaire de l'ADMR

Cette année, elle a eu lieu le 29 mai 2015, dans la salle de réunion des nouveaux locaux de la CODECOM Meuse Voie Sacrée au 1 bis Route de Senoncourt à ANCEMONT.

Le résultat 2014 reste très positif malgré une certaine baisse de l'activité :

- ☞ 27 679 heures effectuées
- ☞ 197 personnes aidées
- ☞ 123 868 km parcourus
- ☞ 5 551 repas chauds livrés
- ☞ 60 postes FILIEN en fonction



Serge NAHANT a vivement encouragé les membres du bureau de l'ADMR à continuer leur action et leur a assuré le soutien du nouveau Conseil Départemental

Nous adressons tous nos vœux de prompt rétablissement aux personnes de nos associations ou à leurs proches, qui ont des soucis de santé actuellement.



Faites-nous part des événements heureux qui vous concernent et nous aurons le plaisir de les publier dans notre prochain journal.



ERRATUM

Une erreur s'est glissée dans notre dernier numéro, Lucette ORRIERE est bien la nouvelle déléguée de Lemmes et non pas celle de Heippes comme il avait été noté.

Toutes nos excuses à Lucette et à nos fidèles lecteurs !

Marie-Josée BEAUSOLEIL : Déléguée de HEIPPES



Marie-Josée est native de Rignaucourt, elle s'est installée à Heippes en 1975 après son mariage avec Gabriel, un vrai Meusien.

La famille BEAUSOLEIL est une famille bien connue du village, pour y

habiter depuis de nombreuses générations !

Elle est maman de trois enfants et cinq fois grand-mère. Marie-Josée, au regard souriant, me tient très vite le discours de la famille et de ses valeurs. Elle est très sensible à la pérennité du devoir, du respect et des engagements.

Elle est agricultrice, peseur laitier, conseillère municipale depuis 1983 et membre du bureau de l'association 3ABE (chantier d'insertion). Elle participe bénévolement à l'entretien du village, son mari et elle ayant été tous deux cantonniers.

Marie-Josée arrive à l'aube de la retraite et du coup, retrouve un peu de disponibilité, temps qu'elle met à la disposition des autres depuis longtemps déjà. En effet, le médecin de Souilly l'avait sollicitée pour aider un couple de personnes âgées du village. Cela a duré 2 ans.

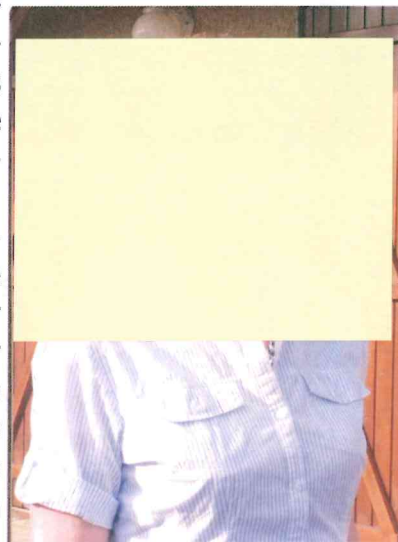
Elle s'est aussi occupée de ses parents durant 8 ans, elle en parle comme d'un devoir ; elle s'interpelle et s'inquiète sur le manque de solidarité de nos jours, et se souvient de son enfance.

Marie-Josée est active et s'adonne aussi au jardinage ; elle accorde beaucoup d'affection à ses chiens de chasse.

Voilà un bel exemple de bénévolat !

Annick ELOY

Christine BRICHE : Déléguée de SOMMEDIUE



Maman de 2 enfants et grand-mère de 3 petits enfants, Christine a connu le bénévolat très tôt.

Déléguée médicale, puis mère au foyer pour éduquer et chérir ses petits, elle s'est investie très vite auprès des PETITS PAS à la CITE VERTE, afin

d'accompagner les analphabètes.

De par sa formation en psychologie, Christine a une notion d'écoute développée et connaît bien le secret professionnel et l'anonymat... Qualités qu'elle saura mettre au service et en application auprès des familles qui auront besoin de son écoute.

Originaire de Nancy, elle s'est installée dans la grande maison du Docteur BARAT -DUPONT à Sommedieue. Veuve, depuis plusieurs années, elle se consacre à l'entretien de cette belle demeure. Elle passe une partie de son temps sur les routes entre les allers et retours à Paris, Reims et Sommedieue, pour véhiculer les petits-enfants à la campagne.

Christine, comme beaucoup de mamans, concocte les retrouvailles pour de bons moments en famille, toutefois, elle s'accorde un peu de répit pour la gymnastique, la marche, le cinéma et la lecture, qu'elle partage avidement et qui restent ses passions.

Christine attend avec impatience de rencontrer d'autres délégués et l'ensemble du personnel pour échanger sur le fonctionnement et les services de l'ADMR et de l'ILCG.

Bienvenue à nos 2 nouvelles bénévoles !

Annick ELOY

Services à la personne



Définition

Les *services à la personne* désignent les activités destinées à répondre aux besoins des particuliers dans leur vie quotidienne.

L'ensemble des services contribuant au mieux-être des citoyens **à leur domicile**. Ils connaissent une forte croissance...

Pourquoi ?

Le vieillissement de la population, l'activité professionnelle des deux membres du couple, les familles recomposées et monoparentales conduisent à une société favorable au développement des services à la personne pour les particuliers.

Le gouvernement facilite l'accès à ces services par la mise en place d'aides fiscales.

Quels sont les différents services ?

Les professions du service à la personne recouvrent des activités et des métiers très diversifiés :

- Les services à la personne pour la famille : garde d'enfants à domicile, soutien scolaire, promotion de toutes les formes d'assistance permettant le maintien à domicile des personnes dépendantes, ...

- Les services associés à la qualité de vie quotidienne à domicile : assistance, dépannage informatique, portage de repas, petites réparations, beauté (coiffure, esthéticienne à domicile), entretien de la maison (nettoyage, aide ménagère...)

- Les services associés au logement : service de gardiennage, jardinage, conseils ponctuels en aménagement

- Les services d'intermédiation : conseil juridique ponctuel, assistance aux démarches administratives...

- Résidences secondaires : surveillance pendant votre absence ou intendance
- Conciergerie : pressing, blanchisserie, retouches, cordonnerie... récupéré et livré chez vous
- Garage à domicile : petites réparations, vidanges...
- Cuisine : des courses jusqu' à la préparation des repas, un chef à domicile s'occupe de tout !
- Soins d'esthétique à domicile
- Livraison de courses à domicile (alimentaires ou non), de produits surgelés ou de produits encombrants
- Nettoyage à domicile de sa voiture ou de son bateau avant la saison...
- Animaux : garde d'animal à domicile, promenade, entretien...

Autre appellation : les services à domicile

Sur le canton du Val de Meuse et de ses environs, ce service semble bien pourvu, puisque l'on compte :

- 4 coiffeurs,
- Plusieurs kinésithérapeutes,
- Un service de portage de repas,
- 2 podologues,
- Une esthéticienne,
- Plusieurs commerçants ambulants

Témoignage d'Emile des Monthairons



AE : Vous avez une voiture, vous conduisez, pourquoi solliciter une coiffeuse à domicile ?

Emile : *Parce qu'elle est à deux pas de chez moi (proximité), que c'est fort pratique, je n'attends pas ! (gain de temps) souplesse du contact (réciproque) et ce qui ne gâche rien, elle est très sympathique !*

TEMOIGNAGE de Madeleine LAGROSSE

Propos recueillis par Mireille et Annick



Mme LAGROSSE à 82 ans, nous ouvre les portes de sa jolie maison, très gentiment et accepte de témoigner.

L'intérieur est à l'image de la matresse de maison, impeccable.

Pourquoi avoir choisi Madeleine ?

Eh bien, tout simplement parce que l'on n'a pas besoin de lui poser la question :

Si elle connaît ou pas les services à la personne ? Précurseur en la matière, Madeleine sollicite une coiffeuse à domicile depuis plus de 15 ans, c'est un service qui est déjà démocratisé pour elle ! Le rythme est pris et le rendez-vous instauré d'une fois à l'autre.

« J'étais sa première cliente ! Pas la peine de vous dire qu'une amitié s'est tissée. »

Pourtant Madeleine a une petite retraite, qu'elle gère serrée.

Elle a eu une vie dure, de milieu modeste, au service des autres, a beaucoup travaillé pour élever ses enfants, prendre soin de ses parents et de son mari aujourd'hui décédé.

Etonnées, mais admiratives, Mireille et moi écoutons cette grand-mère à la mode ! Un exemple ! Madeleine a bien des enfants, qui sont très gentils avec elle, mais fort occupés.

Madeleine a sa fierté, ne souhaite pas être dépendante, se prend en charge et ne souhaite pas solliciter ses enfants tous les trois jours !

Cela lui permet de rester autonome et de ne pas être obligée de toujours demander, de pouvoir faire ses courses devant sa porte auprès des différents commerçants ambulants, (boucher/traiteur, primeur et poissonnier), de choisir ses produits et de faire ses propres courses, de pouvoir encore faire l'achat coup de cœur. **Une autonomie**, voire une liberté...

Ce n'est jamais évident de faire rapporter ses emplettes par une tierce personne, aussi serviable soit-elle !

Et puis Madeleine, reste lucide : *« Il faut maintenir les tournées »*. Si nous, l'ancienne génération, ne continuons pas à acheter à nos commerçants fidèles, qui se donnent beaucoup de mal, qu' adviendra-t-il de nos villages et de nos futures personnes âgées ?

Elle sollicite aussi, **le transport à la demande** mis en place par la CODECOM, ainsi elle peut se rendre à Verdun.

Il est vrai, qu'il faut une certaine ouverture d'esprit, pour faire la démarche et accepter d'ouvrir sa porte, car c'est ouvrir son domicile et un peu dévoiler sa vie privée, voire son intimité.

Bravo Madeleine, vous restez un bel exemple de femme digne, courageuse et coquette, avec votre témoignage. **C'est beau de pouvoir rester chez soi**, et c'est bien ce que l'on souhaite à nos lecteurs : pouvoir y rester le plus longtemps possible !

La recette: Il faut juste le vouloir et s'en donner les moyens ! Comme le fait Madeleine.

Mireille et Annick

Nos villages :



VILLERS-SUR-MEUSE

Villers-sur-Meuse est un très joli petit village meusien situé entre Verdun et Saint-Mihiel, à égale distance. Il compte 263 habitants depuis le dernier recensement, avec une nette hausse de 29.6 % de sa population par rapport à 1999. Villers est entouré des communes de Ranzieres, Tilly, Ambly et Recourt-Le-Creux. Le fleuve Meuse, le Ruisseau de la Vignée et le ruisseau de Recourt-Le-Creux sont les principaux cours d'eau qui traversent la commune.

A l'époque Gallo Romaine, le village se situe le long d'une voie secondaire Antique venant de Verdun à Saint-Mihiel. En 1263 Villers reçoit une charte d'affranchissement de Robert II de Milan. A cette époque une importante « usine » regroupant un moulin, une scierie, un pilon et une tannerie dépendent de l'évêque de Verdun. Elle est détruite au XVII^{ème} siècle par les troupes de Louis XIII. A la veille du premier Empire, Villers abrite une population à majorité agricole et artisanale.

Le Village est modifié suite aux reconstructions après la seconde guerre mondiale par la réalisation de deux petits lotissements, une zone artisanale et la modification des structures agricoles.

A Villers, il y a deux petites chapelles : « Sainte-Reine 1682 » et « Notre Dame de Lourdes 1875 ». L'Eglise Saint-Vanne construite en 1832 a subi des dommages pendant la première Guerre Mondiale et a été bénite une seconde fois en 1926.

Pour la chapelle Sainte-Reine, l'histoire raconte qu'elle fut érigée sur l'ordre de Clovis Durand en 1682 sous les tilleuls plantés sous l'ordre de Sully avec une antique statue de Sainte-Reine sur un piédestal dans un premier temps. Les Villageois pour la protéger des intempéries la transportent dans l'Eglise. La nuit passée ils la retrouvent à son emplacement d'origine et la même scène se reproduit à chaque tentative. La légende ajoute que la statue prisonnière de l'Eglise se mettait à sangloter. Sachant cela Clovis Durand décide de lui élever cette chapelle .

Pour la chapelle « Notre Dame de Lourdes » il semble que cette petite chapelle ait constitué une étape sur la route menant à Benoîte-Vaux. La commune possédait une gare où descendaient de nombreux pèlerins venant de Verdun et Saint-Mihiel. Voici pour la petite histoire.

Actuellement, la commune compte des entreprises artisanales et agricoles, une entreprise de livraison de combustibles et une scierie ainsi qu'un terrain de camping. Ce dernier est situé au bord de la Meuse et a étendu son activité dernièrement en ferme équestre. Des cours d'équitation sont donnés pour les enfants à partir de 4 ans, par une monitrice diplômée BPJEPS.

On peut dire que la vie est douce à VILLERS puisque l'on profite des avantages que la Meuse peut offrir, à savoir la pêche, des promenades en campagne...

La commune a la chance d'avoir une équipe municipale compétente qui sait faire évoluer le village et le dynamiser.

On peut se rendre compte des logements neufs proposés à la location qui permettent à des jeunes de s'installer sur la commune.

Voilà ! Pour parler de Villers et de ses avantages, venez le découvrir par vous-même !

Régine LESUEUR et Marie-Odile GUERRA

PREVENTION

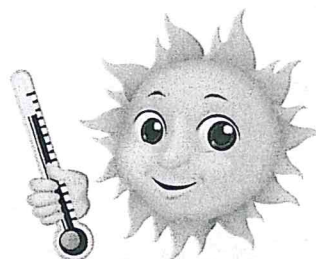
Afin de lutter contre le désagrément des fortes chaleurs, sachons déceler les signes d'alerte :

- ☞ Fatigue, faiblesse, étourdissement, vertiges, troubles de la conscience
- ☞ Peau ou langue sèche (ou chargée)
- ☞ Soif, céphalées
- ☞ Crampes à l'effort
- ☞ Difficulté inhabituelle à se déplacer
- ☞ Nausées, vomissements, diarrhées
- ☞ Augmentation de la température à plus de 38,5 ° C, rougeur
- ☞ Modification du comportement habituel : somnolence ou agressivité accentuées.

Il faut 8 à 9 heures pour récupérer d'une déshydratation.

Utilisons les moyens mis à disposition pour proposer un maximum de confort pendant ces périodes délicates :

- ☞ Entrouvrir les fenêtres la nuit pour laisser pénétrer la fraîcheur nocturne
- ☞ Refermer les volets dans la matinée pour éviter un ensoleillement trop important des chambres. Penser à dérouler les stores.
- ☞ Eteindre si possible les néons , les lumières
- ☞ Utiliser les ventilateurs et humidificateurs prévus dans chaque chambre et dans les locaux communs
- ☞ Alléger l'habillement de la personne âgée, ainsi que sa literie
- ☞ Trouver toujours un petit moment pour boire (après la toilette, au salon, au coucher, lors des activités)
- ☞ Plus que proposer, insister pour que chacun boive régulièrement
- ☞ Varier les boissons (eau aromatisée, jus de fruits, eau pétillante...)
- ☞ Utiliser des brumisateurs,
- ☞ Prendre bains ou douches



Lors de fortes chaleurs, préférer des aliments riches en eau. Voici le classement des aliments

et plats (hors boissons) qui contiennent le plus d'Eau pour 100 g.

- ◇ Soupes et bouillons divers
- ◇ Concombre cru, pulpe : 97 g
- ◇ Laitue et salade 95.8 g
- ◇ Radis rouge ou noir, cru : 95.4 g
- ◇ Céleri branche cuit : 95.3 g
- ◇ Potiron cuit : 95.3 g
- ◇ Céleri branche : 95 g
- ◇ Endive crue ou cuite 95 g
- ◇ Cornichon au vinaigre : 94.9 g
- ◇ Chou vert cuit : 94.7 g
- ◇ Tomate entière, pelée, en conserve, égouttée : 94.6 g
- ◇ Tomate fraîche : 94.5 g
- ◇ Fenouil cuit à l'eau : 94.4 g
- ◇ Courgette pulpe et peau, crue et cuite : 94.1 g
- ◇ Poivron vert cru ou cuit : 93.9 g
- ◇ Asperge conserve égouttée : 93.6 g
- ◇ Oseille cuite à l'eau : 93.6 g
- ◇ Mâche crue : 93.2 g
- ◇ Navet cuit : 93.2 g
- ◇ Champignon de Paris, en conserve ou non : 93.1 g
- ◇ Champignon, tout type, en conserve, égoutté : 93 g
- ◇ Navet pelé, cru : 93 g
- ◇ Scarole crue : 92.9 g
- ◇ Chou-fleur, cuit : 92.7 g
- ◇ Bette cuite : 92.6 g
- ◇ Chou rouge cuit à l'eau : 92.6 g
- ◇ Carotte conserve égouttée : 92.1 g
- ◇ Haricot beurre, en conserve, égoutté : 92.1 g
- ◇ Poireau cuit : 92.1 g
- ◇ Tomate cerise crue : 92 g
- ◇ Brocoli cuit : 91.9 g



À LIRE

Nous avons souhaité vous citer deux livres que nous avons trouvés très intéressants :

- ◇ « Les passeuses d'histoire » de Danièle FLAUMENBAUM - Édition Payot - 128 pages - 12 €

Les grands-mères d'aujourd'hui sont devenues des Passeuses d'histoires. Quelles valeurs et quels secrets doivent-elles apprendre à transmettre à leurs petits-enfants pour les propulser dans la vie. D. Flaumenbaum gynécologue et acupuntrice est l'auteure de ce livre.

- ◇ « Cent ans, c'est passé si vite ! » de gisèle CASDESUS- Édition Le passeur - 17 € - Collection en toute liberté

Lire Casadesus c'est partager la chaleur d'un thé chez elle. C'est un livre qui rend heureux. Elle raconte sa vie, sa vie de comédienne, son couple, ses enfants, elle en a eu quatre, son bonheur !

Faites plaisir à vos petits-enfants en leur offrant une nouvelle de Maupassant adaptée pour les jeunes lecteurs, rééditée et illustrée.

- ◇ « Le papa de Simon » de Charlotte MOUNDLIC- Édition Milan - 15 € - A partir de 6 ans - Illustré par Roca

Nouvelle magnifique et puissante qui pose la question de la norme familiale et dénonce la raillerie si facile et si destructrice. Simon est le souffre douleur de ses camarades mais... au village, il y a un forgeron...



Quelle est la différence entre un sapin de Noël et un premier ministre ayant de mauvais résultats ?

Aucune, ils se font tous les deux enguirlander.

Une grand-mère enseigne à ses petits-enfants ses méthodes pour traiter les maladies :

- Pour une bonne digestion, je bois de la bière, en cas de manque d'appétit, je bois du vin blanc, pour une tension basse, du vin rouge, pour une tension élevée, du cognac et quand j'ai pris froid, je prends du schnaps.
- Et quand bois-tu de l'eau ?
- Je n'ai encore jamais eu de maladie aussi grave.



Et voici ci-dessous deux histoires vraies, que nous avons souhaiter vous raconter.

La scène se passe dans un salon de coiffure. Une cliente est assise, le visage entouré d'un boudin de coton pour éviter les coulées de produit sur sa face. Une toute petite fille s'approche d'elle et lui demande :

- Tu es la Mère Noël ?

Sourire sur les lèvres, suivi d'une explication pleine de mystère de la part de la « Mère Noël ».

Un quart d'heure plus tard, la cliente est sous un casque chauffant et la chaleur rougit son visage. Alors, la fillette très attentionnée dit à la coiffeuse :

- Dis, la Mère Noël, elle va bientôt cuire !



Une fillette, que sa grand-mère est venue chercher, aperçoit une dame, en face de chez elle, qui accroche ses volets:

- Mamie, attends-moi deux minutes, je vais faire un bisou à ma « copine » !

Quand elle retrouve sa grand-mère, cette dernière lui dit :

- Mon chou, tu ne devrais pas parler ainsi de cette dame. Sais-tu qu'elle a été le maire du village ?

Le lendemain, la fillette retrouve sa « copine » et lui dit :

- Dis, tu ne m'avais pas dit, que tu avais été « la maman du village ! ».

Depuis le 8 mars 2015, la loi stipule que des détecteurs de fumée normalisés doivent être installés dans tous les logements.

Filien ADMR propose, aux bénéficiaires du service de téléassistance, une adaptation : le détecteur de fumée relié directement au transmetteur (appareil qui transmet l'alarme).

En cas de départ de feu, si l'abonné est absent de son domicile, s'il n'entend pas le bip sonore ou s'il ne se rend pas compte de l'émanation de fumée... la téléassistance prend le relais : une alarme est envoyée à la centrale d'écoute à Belleville. L'opératrice contacte le réseau de solidarité (afin de vérifier qu'il s'agit bien d'une détection de fumée) et alerte les secours.

Cette adaptation coûte 3 € par mois.

Précision : l'installation du détecteur incombe à l'abonné .

Pour tous renseignements : Filien ADMR : 03.29.86.77.77 ou ADMR du Val de Meuse et Plateau de Souilly : 03.29.87.63.51

Info : A partir du 1^{er} juillet 2015, la facturation pour les abonnés du service Filien sera mensuelle et non plus trimestrielle comme jusqu'à présent.

LE SAVIEZ-VOUS ?

1 – Le Code ICE : pour prévenir plus rapidement vos proches en cas d'accident, mettez dans vos contacts de téléphone portable le mot ICE avec le numéro de la personne à prévenir en cas d'urgence. C'est un code international (In Case of Emergency) et ICE 1, ICE 2, ICE 3 correspondront aux numéros de vos proches, par ordre de filiation et d'importance.

2 – Vos cartes vitale et de mutuelle : ayez les toujours sur vous, même pour une courte absence. On ne sait jamais quand on pourrait en avoir besoin !

3 – Abus de faiblesse : la loi HAMON protège les personnes âgées contre les vendeurs indelicats profitant de l'âge avancé ou du mauvais état de santé d'une personne. Un contrat souscrit, inadapté à vos besoins, peut être annulé. Invoquer ce délit est permis en cas de :

- démarchage à domicile ou par téléphone
- invitation à se rendre sur un lieu de vente
- réunions ou excursions commerciales
- contrat passé dans le cadre des foires et des salons, ou dans une situation d'urgence.

4 – Le démarchage téléphonique : une nouvelle loi consommation annule toute valeur contractuelle à un accord téléphonique. Le professionnel sera tenu de vous envoyer par courrier une confirmation de l'offre faite et acceptée par téléphone, si vous ne la renvoyez pas signée, vous n'êtes pas lié par contrat. Attention au mail faisant obligation de paiement ! vous bénéficierez toutefois d'un droit de rétractation de 14 jours.

- Refusez que vos coordonnées soient transmises aux professionnels lors de vos achats.
- Ne décrochez pas votre téléphone quand le numéro est masqué : un proche laissera un message, pas un démarcheur.
- Ne rappelez pas les numéros en 081, 082 et 089 toujours surtaxés.
- Numéros Azurs de 806 à 809 : coût appel local.
- Numéros Verts de 0800 à 0805 : gratuits
- Numéros commençant par 08088 : services sociaux gratuits.

Ces informations vous seront utiles : les « arnaqueurs » font légion et prennent souvent pour cibles les personnes âgées (et même moins âgées) ignorantes des nouvelles technologies ou les maîtrisant mal.

Les activités de l'ILCG

UNE NOUVELLE ADRESSE POUR « LA MAISON DES SERVICES »

Les volets de notre maison de campagne aux Monthairons sont fermés et je les regarde, en passant, pourquoi ne pas l'avouer, avec une petite pointe de nostalgie.

C'est là, en effet, il y a maintenant plusieurs années que je suis entrée un après-midi, désireuse d'offrir quelques heures de mon temps à une association. Je m'adressai à Mlle COLOMBO qui m'orienta vers le bureau voisin, celui de l'ILCG.

Ce petit préambule me permet de vous faire part du transfert de sa raison sociale et de sa nouvelle adresse (déjà annoncés par voie de presse et courriers) à Ancemont, 1 bis route de Senoncourt, depuis le 23 février 2015.

La CODECOM « Meuse – Voie Sacrée » et son Président nous accueillent, ainsi que l'ADMR, dans leurs nouveaux locaux, mettant à notre disposition des bureaux dont la conception (couleurs, placards, carrelages,...) s'est faite, comble de la courtoisie, en sollicitant nos avis, nos goûts, nos besoins.

Nous leur exprimons ici notre reconnaissance et nos remerciements pour cette belle vitrine offerte à nos Associations.

De même, nous remercions la CODECOM « Vallée de la Meuse » et son Président qui, pendant plusieurs années, nous ont permis d'occuper le bureau à l'entrée de la Maison de la Santé, annexe de la Maison des Services où ADMR et ILCG pouvaient renseigner le public. Nous avons libéré ce local à l'occasion de notre transfert à Ancemont.

Josiane SPITTLER

AIDE DEPARTEMENTALE A L'AMELIORATION DE L'HABITAT



En 2014, le Conseil Départemental a procédé à une nouvelle organisation de ce service. C'est ainsi que notre département s'est trouvé divisé en 4 secteurs, chacun doté d'un opérateur différent mais toujours en partenariat avec l'ILCG.

Le nôtre (Centre Nord) s'intitule AGENDA DIAGNOSTICS – AMDI 55, 20 avenue du Général de Gaulle à Verdun. Ce nouveau prestataire, qui remplace le CMAL (Centre Meusien d'Amélioration du Logement), sollicité et agréé par l'ANAH (Agence Nationale de l'Habitat), renseigne désormais et conseille un demandeur d'aide départementale ; il réceptionne et instruit le dossier (demande de pièces nécessaires, recherche les financeurs) et le transmet finalisé au Conseil Départemental.

En fin de parcours, son accord ou son rejet sera toujours notifié à l'ILCG qui, au cours d'une session en accord et en présence du Conseil Départemental, attribuera une subvention en fonction des critères habituels.

Votre instance locale reste attentive à vos besoins. Appelez-nous, ou mieux encore, venez nous voir !



L'ILCG recherche des bénévoles qui accepteraient (à un rythme à établir, une ou deux fois par mois) de porter à domicile des livres gros caractères à des personnes qui en font la demande.

Le portage des livres est une des missions de notre instance mais les deux déléguées qui l'assuraient, elles-mêmes atteintes par des ennuis de santé, ont dû renoncer à effectuer une Bonne Action qui apporte tant à la personne visitée !

ADMR et ILCG : 2 instances destinées à l'aide à la personne

Certains Maires de communes, composantes des CODECOM « Vallée de la Meuse » et « Meuse – Voie Sacrée » ont souhaité et proposé de rencontrer les présidentes des deux instances, elles-mêmes heureuses de répondre à leur invitation.

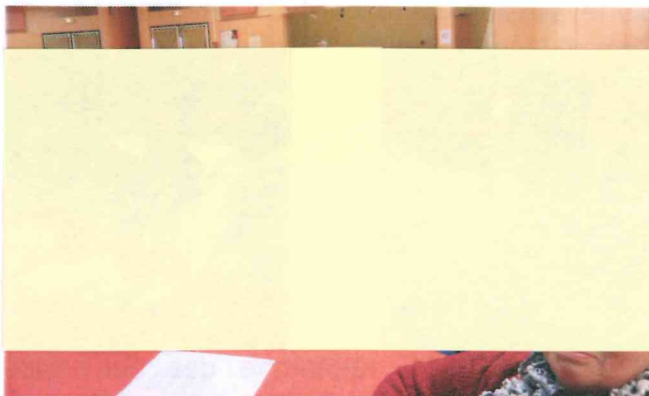
Ces élus de nos villages, de leur propre aveu, connaissent mal les missions et le fonctionnement de nos associations et les questions posées attestent de leur intérêt et de leur désir de pouvoir répondre efficacement à certains besoins de leurs administrés et de les orienter vers nos bureaux à Ance mont.

Ces premières rencontres ont conforté les Présidentes dans leur aspiration à renouveler ces contacts, pour autant qu'ils soient sollicités par les élus car elles ne peuvent ni ne veulent s'imposer à eux. Mais elles répondront favorablement à la convenance des Maires.

Jacques MECHIN amuse les foules

Il est venu à Dieue le 20 novembre 2014 pour animer un après-midi récréatif de fin d'année et interpréter le ré-

pertoire de Georges CHEPFER, humoriste et chansonnier Lorrain.



***Le public a beaucoup apprécié
et a même participé***

SOYEZ ACTEURS DE VOTRE SANTE AVEC ADOR 55

Ce réseau, implanté depuis 2004 (qui traitait l'obésité enfant, ado et adultes et le diabète) a étendu en 2011 son champ d'action à tout le secteur médical et paramédical : médecins, pharmaciens, dentistes, diététiciens, infirmiers, kinésithérapeutes, pédicures, podologues et psychologues.

Ses missions : la prévention, l'information en collaboration avec les mairies, les associations, les écoles.

Le dépistage et les soins en réponse à l'obésité, au diabète de type 2, à l'addictologie sont appréhendés au cours de consultations, de séances de groupes d'éducation thérapeutique depuis 2004. La cardiologie, les problèmes rénaux, la pneumologie et la néphrologie sont en cours d'étude et d'application.

La diffusion d'informations, l'orientation vers un service spécifique rentrent tout à fait dans le cadre des missions ILCG qui par définition est un relais à votre service.

Très important : le réseau prend en charge et finance les soins.

ADOR 55
03.29.83.27.45
ador55@sante-lorraine.fr

Les maisons de la Solidarité gérées par le Conseil Départemental

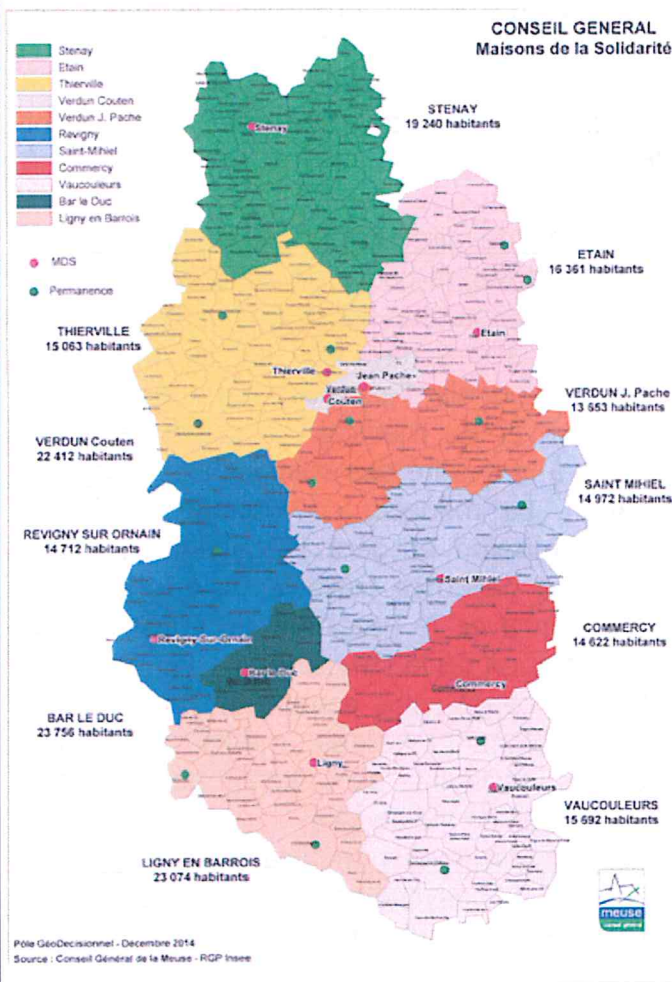
Elles remplacent les centres médico-sociaux et sont plus nombreuses sur le département. Elles sont réparties dans 11 territoires en charge de la relation directe avec les usagers du service public départemental.

Leur rôle : Accueillir et accompagner les usagers de l'action sociale départementale.

Le Val de Meuse et la Vallée de la Dieue ainsi que la Voie Sacrée dépendront des maisons de la solidarité des territoires de « Verdun Jean Pache » et de Thierville. Des permanences seront organisées.

Le délégué territorial de la maison de la solidarité de Verdun-Jean Pache est Nadine CASTET et celui de Thierville est Lionel VERCOLLIER.

Sur les 11 maisons de la solidarité, 9 s'appuient sur des sites existants, dont certains feront l'objet d'extensions, et sont opérationnelles depuis le 01/02/2015 et 2 implantations nouvelles se feront fin 2015 à Thierville et Ligny-en-Barrois.



Les tarifs de l'EHPAD de Sommedieue

A compter du 1^{er} mars 2015 les tarifs appliqués pour l'établissement Jacques Barat Dupont sont :

- Tarif hébergement : 49,10 € par jour
- Tarif Dépendance :
 - GIR 1 et 2 : 20,75 € par jour
 - GIR 3 et 4 : 13,08 € par jour
 - GIR 5 et 6 : 5,54 € par jour
- Tarif réservation : 31,10 € par jour
- Tarif Accueil de jour : 21,91 € par jour

La personne âgée meusienne hébergée paie par jour : 49,10 € + 5,54 €, soit un total de 54,64 € par jour.

Une personne âgée venant en Accueil de Jour paie 21,91 € par jour.

Une personne âgée venant en hébergement temporaire paie 49,10 € + le tarif du GIR par jour.



Jérémie dit à sa copine :
- J'ai rendu feuille blanche au contrôle.
- Zut, moi aussi ! La maîtresse va croire qu'on a copié !



Les résidents et les professionnels : deux mondes qui se côtoient au sein de l'EHPAD



L'établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes est une plate-forme composée de divers espaces : des espaces personnalisés dédiés aux personnes accueillies (les logements), des espaces collectifs, où se rencontrent personnes âgées, familles, visiteurs, agents de la collectivité (salle de restauration, salle d'animation, espaces de déambulation, ...) et des espaces dédiés et occupés par les professionnels (salle de soins, bureaux, cuisine, ateliers, ...).

Des professionnels avec une dimension pluriculturelle ; elle peut se concevoir à partir de trois réalités :

- ☞ la culture médicale,
- ☞ la culture sociale,
- ☞ la culture administrative.

Cette triple approche se doit d'être opérationnelle et complémentaire.

L'Equipe doit avoir un point de vue collectif : c'est le « POUR le bien-être de la personne âgée » et une prise en compte individuelle qui est le « AVEC la personne âgée, soit proposer un accompagnement personnalisé ».

Si vous franchissez la porte d'entrée de l'EHPAD Jacques Barat-Dupont, vous allez donc pouvoir rencontrer diverses personnes :

- ☞ Les résidents qui vont et viennent au grès de leurs envies. L'EHPAD est un espace de vie ouvert sur l'extérieur, où les personnes ont un droit d'aller et venir, sauf contre-indication médicale.
- ☞ Des visiteurs : familles, fournisseurs, facteur, livreur, entreprises...

- ☞ Des professionnels libéraux : médecins, pédicures, dentiste, kinésithérapeute... qui viennent prendre soin des résidents.
- ☞ Des prestataires : coiffeurs, esthéticienne... qui proposent leurs services au même titre qu'au domicile.
- ☞ Des membres de cultes religieux : L'Abbé vient célébrer l'office religieux tous les vendredis après-midi, des membres de l'aumônerie... L'EHPAD est aussi un lieu multiculturel où nous accueillons, sur demande les différents membres de culte religieux.
- ☞ Des intervenants : au regard du planning des activités, nous pouvons solliciter des personnels de l'extérieur : école, bénévoles, musiciens, chanteurs.
- ☞ Les professionnels de l'EHPAD : la première personne postée, dans son bureau ouvert, dans le hall d'entrée, est l'agent d'accueil. Personne de la sphère administrative, présente du lundi au vendredi de 10h à 18h.

Ensuite, différents services composent l'EHPAD :

- ◆ L'équipe de direction et de management : La directrice, la cadre de santé et le médecin coordonnateur. La directrice étant le pilote de la structure, elle est secondée par des personnels d'expertise dans le domaine du soin et du médical. La cadre de santé veille à la qualité des soins et à son organisation. Le médecin coordonnateur aide à cette mission et gère l'organisation médicale. La directrice travaille en étroite collaboration avec le Président du conseil d'Administration de la structure.
- ◆ Le service de soins comprenant infirmières, aides-soignants, aides médico psychologiques, assistants de soins en gérontologie, auxiliaires de vie sociale.
- ◆ Les professionnels médicaux et paramédicaux : la psychologue, l'ergothérapeute, l'auxiliaire en motricité.

- ◆ Les agents sociaux : les coordinatrices en activités (nommées aussi animatrices).
- ◆ Les agents d'entretien : qui ont pour mission l'entretien et l'hygiène des locaux.
- ◆ Le service cuisine : composé de deux cuisiniers et d'agents de restauration pour le service en salle.
- ◆ Le service lingerie : composé de deux agents en charge du traitement du linge des résidents, des tenues professionnelles, du petit linge : lavage, séchage, repassage, pliage, rangement.
- ◆ Le service technique : composé de trois agents qui veillent à la sécurité des locaux, leur entretien, la maintenance, les espaces extérieurs, l'embellissement...
- ◆ Le service administratif : quatre secrétaires se partagent les activités d'accueil des visiteurs, prises de rendez-vous pour les résidents, de gestion des ressources humaines, facturation, démarches administratives pour les admissions, information et communication, gestion des risques, démarche qualité, mandatement, gestion budgétaire, suivi des commandes, suivi des travaux, gestion des stocks, suivi de l'activité...

L'ensemble de ces services représente une équipe de 76 agents de différentes catégories professionnels, formée selon un plan pluriannuel. L'âge moyen du personnel est de 44 ans

Sandrine LHOTTE-SIDOLI



Après-midi informations lié aux élections départementales

Dans le cadre des élections départementales qui se sont tenues les 22 et 29 mars derniers, l'EHPAD avait convié le lundi 16 mars, un maire et une secrétaire de mairie à exposer devant les résidents, les modifications du paysage cantonal. C'est enthousiasmées que Madame KONNE Françoise, maire de ROUVROIS sur Meuse et Madame RENESSON Nadine, secrétaire de mairie du même village, ont accepté de relever le défi.

Elles ont donc, devant un public intéressé, expliqué les changements dans le cadre du scrutin et les nouveaux découpages départementaux. Un rappel sur les droits et devoirs de chaque citoyen et sur la possibilité pour chacun d'entre nous d'aller voter, afin d'exprimer son avis. Les résidents ont également eu le plaisir d'avoir des explications et voir l'écharpe du maire.

Par le biais d'une petite mise en scène, il a été rappelé aux personnes âgées les gestes à accomplir au moment de voter. Il avait été installé à l'occasion, l'urne, des bulletins et enveloppes, un isolement et les supports de comptage des voix.

Puis un quizz sur le civisme et le droit électoral a été réalisé par Rachel DUFLO, l'ergothérapeute de l'EHPAD. Exercice qui permet aux résidents de faire travailler leur mémoire.

Cet après-midi s'est soldé par un goûter de galettes aux pommes, préparé par les animatrices.



SSIAD

C'était un matin ordinaire

Bourrasques de vent et trombes d'eau sur le plateau de Souilly en ce petit matin de jeudi saint. Si le jaune vif des forsythias et des jonquilles ne venait rappeler que le printemps est arrivé, on pourrait se croire à la Toussaint.

Je rends visite à un couple de personnes âgées octogénaires, dont le monsieur est aidé par notre service.

Maison propre, jolie horloge de parquet qui égrène les heures au rythme de son balancier : l'aide-soignante termine son intervention et monsieur la taquine gentiment, rare moment de complicité. Lunettes à oxygène dans le nez, il est installé dans son fauteuil devant la fenêtre, le transistor en fond sonore posé près de lui.

En chemise de nuit, assise près de l'autre fenêtre, son déambulateur à portée de main, Madame attend patiemment l'infirmière qui doit passer lui faire des soins.

Le boulanger a déposé une appétissante demi-baguette toute dorée.

Après les salutations d'usage et quelques échanges sur la météo, je m'enquiers du déroulement de leur journée et de leur santé. La parole libérée, ils me parlent de leurs enfants aimants et aidants, mais qui n'habitent pas ici, de leur voisine qui vient au moins une fois par jour, du portage de repas qui a été mis en place (un plateau pour deux, précisent-ils, ils n'ont pas besoin de plus). Ils me racontent l'accident vasculaire cérébral de Madame, ses cinq semaines d'hospitalisation, son désir impérieux de rentrer chez elle et de retrouver son mari. Ils me racontent la visite du médecin la veille, l'inquiétude de Monsieur avant cette consultation car il avait tellement peur que le Docteur le fasse hospitaliser, ils me racontent les heures d'aide à domicile débloquées par leur mutuelle mais qui arrivent à terme sans relais pour l'instant, le dossier APA

qui se constitue mais qui nécessitera deux mois avant sa mise en application.

Madame, la voix douce, ajoute : « et pourtant, on n'a pas besoin de grand-chose vous savez. On veut juste rester chez nous ».

Et tout à coup Monsieur lâche : « mais qu'est ce qu'On fera de nous ?.. »

Et pour la première fois, j'ai eu envie de pleurer...

Pleurer sur ces vieux qu'on sacrifie, pleurer sur moi qui un jour me trouverai à leur place, pleurer sur le système et sur notre « fameux » prix de journée à 33 euros.

Désolée pour mes « collègues de rédaction » qui souhaitaient faire de ce numéro des Echos de la Maison des Services une parenthèse gaie qui célébrerait l'arrivée de l'été.

Brigitte ADRIAN



A l'école, le maître rend les copies et prend à part l'un de ses élèves :

- Allez, mon petit Stéphane, avoue que ton père t'a aidé à faire ce devoir !
- Pas du tout, M'sieur, je vous le jure...
- C'est bien vrai, tu es sûr ?
- Oui, j'en suis sûr. Il l'a fait tout seul...

L'institutrice de Toto lui demande :

- Toto quand je dis "je suis belle" de quel temps s'agit-il?

Du passé Madame !!!

- Grand-maman as-tu des bonnes dents ?
- Malheureusement non mon petit...
- Très bien ! Tu peux surveiller mes caramels ?

Les légumes anciens

Depuis quelque temps nous lisons dans la presse des articles sur le retour en force des légumes anciens. Ce sont principalement des chefs de restaurants étoilés qui les ont mis au goût du jour pour apporter une touche originale à leur carte. Les scientifiques s'intéressent aussi à leur pouvoir antioxydant et ont découvert leur teneur en polyphénols qui ouvrent de nouvelles pistes de recherches. C'est peut-être avec les vieux légumes que l'on fait les meilleures soupes (ou autres plats)...

Pour se familiariser avec ces derniers, il est utile d'en dresser une liste (non exhaustive) des plus courants :

Le topinambour : Il est resté dans la mémoire de nos aînés, souvenir des années de privations de la dernière guerre. Notons qu'il est riche en glucides et a une bonne teneur en fibres.



Les crosnes : Ce sont des petits rhizomes au goût proche de l'artichaut qui se dégustent frites, en ragoûts ou en gratin. Ils sont riches en glucides et sels minéraux.



Le panais : Racine blanche au goût proche du céleri rave, se cuisine râpé, en crudité, purée ou pot-au-feu.



Le pâtisson : Peut-être le plus connu car voisin du potiron, potimarron ou courgette toujours cultivés dans nos jardins. Riche en vitamines et sels minéraux se consomme en potage, purée ou en gratin.



Le pissenlit : Il pullule dans nos champs et fait le régal des connaisseurs qui le cuisinent aux premiers jours du printemps avec un œuf et des lardons. Il est connu pour ses vertus diurétiques.

Les puristes citeront aussi la *tétragone*, la *ficoïde*, l'*arroche* qui sont des variétés d'épinards. Elles se consomment crues en salades ou cuites avec une pointe de crème. Leurs qualités nutritionnelles sont proches de celles de l'épinard et apportent des vitamines B9.

Devant tant de bienfaits, on est tenté, s'il n'est pas trop tard dans la saison, de faire un essai dans un coin du jardin... avec le secret espoir d'épater les amis avec des recettes inédites.

Et rappelez-vous qu'il est recommandé de manger cinq fruits et légumes par jour !

Jean GUEUSQUIN

CHEMINS SUR LE VISAGE



« Pourquoi grand-mère a des chemins sur son visage ? » demande Guillaume.

Là où nous ne voyons que des rides, Guillaume avec son cœur d'enfant de 4 ans, découvre des chemins...

Chemins de joies et de peines qui ont laissé leurs traces,

Chemins qui disent une histoire,
Chemins riches d'une vie donnée.

Ne soyez pas gêné(e)s de ces chemins sur votre visage,

Ils nous disent que vous avez aimé,
Que vous avez su donner et accueillir la joie,
Que vous avez ri de bon cœur.

Ils nous disent aussi les heures d'efforts et de travail,

Les heures d'inquiétude et de veille.
Ils nous disent que vous avez vécu ;

Ces chemins sur votre visage,
Ils sont la beauté de votre âge,
Ce sont les chemins de la vie !

Auteur anonyme



Les légumes anciens reviennent dans nos assiettes,
qu'attendez-vous pour les goûter ?

