

# GAZETTE DU NID

**N° 564 Semaine** du Lundi 07 Octobre au Dimanche 13 Octobre 2024

## CALENDRIER

**Lundi 07 Octobre**  
*Saint Serge*

**Mardi 08 Octobre**  
*Sainte Pélagie*

**Mercredi 09 Octobre**  
*Saint Denis*

**Jeudi 10 Octobre**  
*Saint Ghislain*

**Vendredi 11 Octobre**  
*Saint Firmin*

**Samedi 12 Octobre**  
*Saint Wilfrid*

**Dimanche 13 Octobre**  
*Saint Géraud*



### Octobre Rose

Une colline douce, d'une tendre couleur  
Surmontée d'un rocher, chaud et sombre à la fois.  
Le soleil matinal, sur un lit de fraîcheur,  
Animait les reflets et les ombres sur toi.

Un intrus était là, invisible et sournois,  
Attendant patiemment que son temps soit venu,  
Pariant sur l'inconscience, un grand danger pour toi !  
Ce n'était pas son heure ; avenir fil ténu...

Mais quand ton corps s'endort, le crabe se réveille,  
Lentement, doucement, pour que tu ne t'éveilles.  
Discrétion est son arme. Amour sera la tienne.

L'envie d'aimer, de vivre ; insouciance et raison.  
L'amour de ton conjoint ; c'est ta vie, c'est la sienne.  
Un combat quotidien ; plaisir et prévention.

**Michel Giraud**



# CALENDRIER DES ANIMATIONS

## Semaine du 07 au 13 Octobre 2024

### Lundi 07 Octobre 2024

09h30 : Gazette en salle d'activités (Anne)

14h30 : Jeux de société au « Café du Nid » (Anne, Océane et Oscar)



### Mardi 08 Octobre 2024

09h30 : soins épilation et manucure en chambre (Anne)

10h00 : Gym douce au « Café du Nid » (Océane)

14h30 : Chorale avec Anne LACAUD (bénévole) en salle polyvalente



### Mercredi 09 Octobre 2024

Matin : Boccia en salle polyvalente (Oscar)

14h30 : Atelier mémoire en salle d'activités (Marie)



### Jeudi 10 Octobre 2024

Journée : Coiffure EVELYNE (Anne)

Journée : Séances snoezelen **inscriptions nécessaires** (Océane)

10h00 : Gym douce en salle polyvalente (Oscar)

14h00 : Visite de Béatrice (bénévole)

14h30 : Visite de Mme TOUCAS (bénévole) au salon du 1<sup>er</sup> étage



### Vendredi 11 Octobre 2024

Journée : Massages en salle de relaxation (Anne)

14h00 : Atelier couture avec Françoise (bénévole)



### Samedi 12 Octobre 2024

Journée : Activités manuelles à l'occasion du marché de Noël en salle d'activités (Anne)

### Dimanche 13 Octobre 2024

10h00 : Groupe de paroles autour d'un café (Anne)

14h30 : Film « Le collier rouge » avec François CLUZET en salle polyvalente (Anne)



**Nota :** Nous vous informons que des changements peuvent intervenir. Pour certaines activités veuillez-vous inscrire auprès des animatrices.

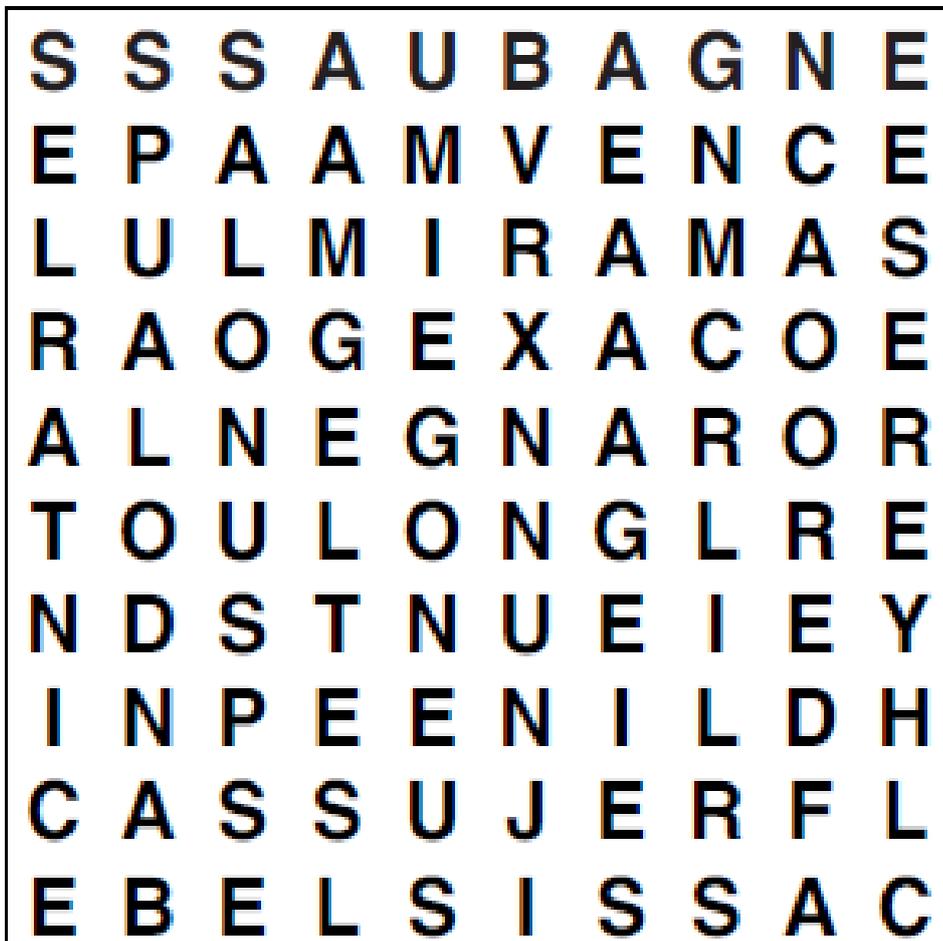
# MENU DE LA SEMAINE

## Lundi 07 au 13 Octobre 2024

	MIDI	SOIR
<b>LUNDI 07 Octobre</b> 2024	Potage de légumes Maquereau Pâtes à la bolognaise gratinées Salade Tome blanche Fruit	Potage de légumes Quiche aux oignons Salade Crème caramel
<b>MARDI 08 Octobre</b> 2024	Potage de féculents Haricots verts et thon Pot au feu Légumes Edam Fruit	Potage de féculents Œuf dur sauce Aurore Champignons Kiri Compote
<b>MERCREDI 09 Octobre</b> 2024	Potage de féculents Salami Escalope de poulet Choux de Bruxelles Tartare Flan pâtissier	Potage de légumes Rôti de porc Pommes de terre vapeur Saint Paulin Fruit
<b>JEUDI 10 Octobre</b> 2024	Potage de légumes Salade composée (sans féculents) Rognons sauce Madère Macaronis Tome grise Fruit	Potage de féculents Émincé de dinde Blettes au jus Gâteau de semoule
<b>VENDREDI 11 Octobre</b> 2024	Potage de légumes Carottes et pommes râpées Filet de poisson sauce vin blanc Gratin Dauphinois Emmental Pêches au sirop	Potage de féculents Rôti de bœuf Haricots beurre au jus Flognarde
<b>SAMEDI 12 Octobre</b> 2024	Potage de légumes Betteraves vinaigrette Saucisse de Toulouse Purée Saint Germain Camembert Fruit	Potage de légumes Bouchée aux fruits de mer Salade Yaourt aromatisé
<b>DIMANCHE 13 Octobre</b> 2024	Potage de légumes Mesclun de salade et saumon fumé Veau marengo et pommes de terre Bleu Pâtisserie	Potage de féculents Jambon Épinards béchamel Tartare nature Fruit

**Nota :** Nous vous informons que des changements de menu peuvent intervenir au cours de la semaine

## Mots mêlés



AIX	FREJUS
APT	HYERES
ARLES	LUNEL
AUBAGNE	MIRAMAS
AUPS	NICE
AVIGNON	ORANGE
BANDOL	SALON
CANNES	SORGUES
CASSIS	TOULON
DIGNE	VENCE

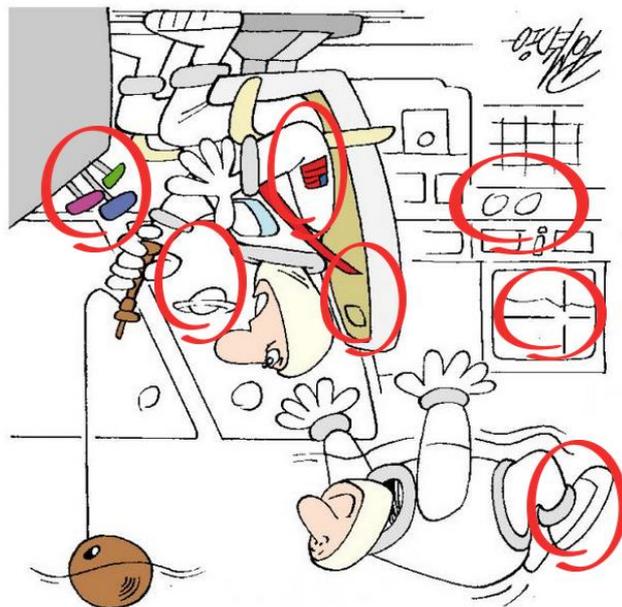
Le mot-mystère est : MARSEILLE

SOLUTION DES MOTS MÊLÉS N°5 :

# COLORIAGE



# Jeu des 7 erreurs



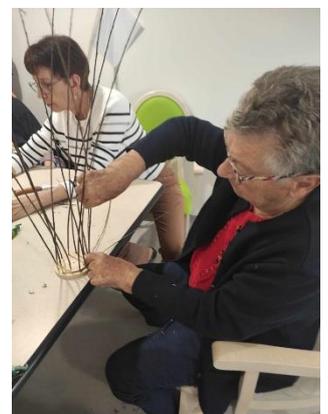
## Animations passées

*Le mardi 24 Septembre, pour la première fois à l'EHPAD de Châlus Mme PAILLER Annie est venue faire une démonstration de vannerie.*

*Un groupe de 8 résidents a fait preuve de patience, persévérance et concentration afin de réaliser une panière, dans laquelle ils mettront tous leurs petits objets ou gourmandises.*

*Un grand merci à Mme PAILLER et nous sommes tous très impatients de la retrouver pour d'autres créations.*

*Merci également à Nathalie, Geneviève P. et Geneviève G.*



*Le vendredi 27 Septembre, les résidents nés au mois de Septembre ont fêté leur anniversaire.*



## Octobre rose

*A l'occasion d'Octobre Rose les résidents ont fabriqué des pompons.*

*Ils seront vendus au prix de 1€ au profit du cancer du sein pour être par la suite, accrochés sur le nœud géant prévu à cet effet dans le hall d'accueil.*



# Les champignons



## Quelle est l'origine des champignons ?

Les champignons restent de grands inconnus. Autrefois considérés comme des plantes, ils forment en fait un règne à part. Nés dans les océans il y a peut-être 2,4 milliards d'années, ils peuvent être parasites, partenaires symbiotiques ou recycleurs.

## Comment apparaît un champignon ?

Les champignons, bien connus et très visibles, se développent à partir des spores microscopiques de moisissure. Ces champignons sont non seulement visibles mais aussi perceptibles à l'odeur. Mais pourquoi ces champignons poussent-ils ? L'humidité et la chaleur sont essentielles à la croissance des moisissures.

## Quelles sont les conditions pour que les champignons poussent ?

En effet, pour se développer, les champignons ont besoin à la fois de températures douces et d'eau. Ainsi, naturellement, 70 % d'entre eux poussent en automne, entre septembre et novembre, avant la survenue des premières gelées et lorsque la pluie et le soleil cohabitent le plus volontiers dans nos régions.



## Comment se forment les champignons ?

Les lamelles contiennent des sortes de graines : les spores. Ce sont elles qui, une fois mûres, tombent et s'enfoncent dans la terre. En germant, elles forment les filaments. De leur rencontre naît un nouveau champignon.

## Comment grandit un champignon ?

Souvent enfoui dans le sol, le mycélium décompose les matières organiques et absorbe les nutriments nécessaires à la croissance du champignon. C'est notamment grâce à lui que se développent son pied et son chapeau !

## Comment se multiplient les champignons ?

Chez les champignons, la reproduction se fait par la sporulation qui consiste une production de spores rigide et résistante. La sporulation facilite la dispersion des champignons dans l'environnement, soit par le vent, par l'eau ou par les animaux.





## Quel champignon pousse en une nuit ?

Le cèpe a besoin de lumière pour se développer et il pousse en une nuit, comme la plupart des champignons. Sa chair est blanche et ferme, elle ne noircit pas entre les doigts contrairement à son cousin, le bolet.

## Quand poussent les champignons après la pluie ?

En règle générale, il faut attendre une dizaine de jours après une bonne pluie pour aller aux champignons. En effet, entre la pluie et l'apparition d'un champignon de taille adulte, il faut compter 3 jours de fructification et ensuite 7 jours de croissance du champignon.

## Quand arrivent les champignons ?

Les meilleures saisons pour les champignons.

Fin mai ou début juin, se trouvent les premières girolles et les premiers cèpes d'été - *Boletus aestivalis* -. Les autres chanterelles ne sortiront qu'en automne. Les trompettes des morts sont strictement automnales et n'apparaissent pas avant fin septembre.

## Qu'est-ce qui favorise la pousse des champignons ?

Dans quoi poussent les champignons ?



Les champignons poussent dans un substrat pasteurisé de 22 cm (8 po) d'épaisseur. Le substrat est habituellement composé d'une couche de paille qui a été partiellement compostée, stérilisée par pasteurisation, puis recouverte de mousse de tourbe.

## Quelle est la durée de vie d'un champignon ?

Sa durée de vie varie entre quelques heures et quelques jours, selon l'espèce. Le Mycélium quant à lui, (Partie la plus importante du Champignon et qui est généralement cachée dans son substrat) peut vivre très longtemps. Certaines études ont démontré qu'il pouvait vivre plu Comment se nourrit un champignon ?

## Comment se nourrit un champignon ?

Les champignons sont les grands agents recycleurs. Pour survivre, ils mangent de la matière organique morte. Avec les bactéries, ils vont digérer toute la matière végétale tombée sur le sol. Il y a une matière, la lignine (un composant du bois qui fait qu'il est dur), qu'ils sont les seuls à traiter.





*Le Café du Mid*



Place du chabretaire - 87 230 CHALUS

**VENDREDI  
18 OCTOBRE**

**15H00 - CONCERT  
SUITE DE LA SOIRÉE :  
KARAOKÉ - SCÈNE LIBRE**

**SUR PLACE**

*Entrée  
participative*

**Food truck**

**Boissons,  
Bières**

*Juste*  
**AU COIN D'LA RUE**  
EXPLOREZ LES RUES DU MONDE AVEC VOS PAPILLES

IPNS Ne pas jeter sur la voie publique

**Bénéfices reversés à la lutte contre le cancer**