



Le journal de la Villa St Joseph - Plélan-le-Grand // septembre - octobre 2025



Jardin aux moines

Sommaire :

- Editorial de la Direction
- Vie quotidienne de la Villa
- Animation et vie sociale
- Témoignages de résidents
- Paroles de résidents
- Portrait de personnel
- Photos
- Le saviez-vous ?
- Poème

*Villa
St-Joseph*
E.H.P.A.D

Editorial de la Direction

La vie continue de battre son plein à la Villa, rythmée par les échanges, les sourires et les nombreuses activités qui animent notre quotidien. Ces instants de convivialité sont au cœur de la vie de notre établissement, et nous tenons à remercier toutes celles et ceux qui y contribuent chaque jour et plus particulièrement nos bénévoles qui donnent de leur temps avec beaucoup de générosité !

Avec l'arrivée de l'automne, la prudence reste de mise : le retour des virus saisonniers, notamment du Covid, nous invite à maintenir les gestes barrières et à rester vigilants. En cas d'épidémie, certaines activités pourront être adaptées afin de préserver la santé et le bien-être de tous. Nous vous remercions pour votre compréhension.

Enfin, les préparatifs du Marché de Noël, prévu le 30 novembre prochain avancent à grands pas ! Cette année, un projet particulièrement savoureux est en cours : la création d'un jus de pommes maison, fruit de la participation active des résidents et de l'équipe.

Un beau symbole du dynamisme et de la créativité de notre Ehpad !

Bonne lecture à toutes et à tous.

**Marina MALARD,
Directrice**

La vie quotidienne de la Villa

Les anniversaires

*« Les années qui passent sont comme les pièces d'une tirelire.
Elles ne servent qu'à vous rendre plus précieux »
Toute l'équipe de la Villa vous souhaite un Bon Anniversaire !*

Mme Le Marre Yvonne de l'unité des fleurs a fêté ses 87 ans le 07 septembre
Mme Waroquy Annelise de l'unité de vie des oiseaux a fêté ses 89 ans le 13 septembre
Mr Jumel Albert de l'unité des oiseaux a fêté ses 94 ans le 15 septembre
Mme Tysz Louise de l'unité des oiseaux a fêté ses 98 ans le 19 septembre
Mme Borgnard Annick de l'unité des papillons a fêté ses 79 ans le 21 septembre
Mme Lemarchand Christiane de l'unité Brocéliande a fêté ses 77 ans le 21 septembre
Mme Marchand Denise de l'unité des oiseaux a fêté ses 87 ans le 07 octobre
Mr Durand André de l'unité des oiseaux a fêté ses 92 ans le 08 octobre
Mme Verdon Marie de l'unité Brocéliande a fêté ses 99 ans le 17 octobre
Mr Celmis Roger de l'unité des fleurs a fêté ses 75 ans le 18 octobre
Mme Monnerais Odile de l'unité des oiseaux a fêté ses 98 ans le 22 octobre
Mme Leprince Paulette de l'unité des papillons a fêté ses 93 ans le 28 octobre
Mr Saunier André de l'unité des fleurs a fêté ses 78 ans le 28 octobre

Bienvenue

Nous souhaitons la bienvenue à :

Mr Gauthier Henri a été accueilli le 11 septembre à l'unité de vie des papillons.
Mme Pegeault Marcelle a été accueillie le 15 septembre à l'unité de vie des fleurs.
Mme Bazin Marie-Thérèse a été accueillie le 1^{er} octobre à l'unité de vie des fleurs.
Mme Basile Marie-Thérèse a été accueillie le 06 octobre à l'unité de vie des oiseaux.
Mme Dubois Edith a été accueillie le 20 octobre à l'unité de vie des oiseaux.
Mme Saïet Colette a été accueillie le 23 octobre à l'unité de vie des papillons.



Une pensée pour les résidents qui nous ont quittés

Mr Regnault Roland le 10 septembre 2025
Mme Roger Anne le 05 octobre 2025
Mme Laperche Renée le 08 octobre 2025
Mme Cimarosti Marie le 27 octobre 2025



Animations et vie sociale



L'équipe d'animation, l'équipe des AMP et l'équipe de bénévoles sont mobilisées pour offrir un large panel de temps d'animations variées, de liens sociaux individuels ou collectifs.

Le mardi à 15h, Ludovic notre animateur sportif intervient afin de vous proposer des séances de marche ou de gymnastique douce.

Ludovic sera absent tout le mois de novembre, Vincent mettra en place des ateliers d'assouplissements à la place.

Médiathèque

Pour information, en partenariat avec la médiathèque de Plélan-le-Grand le service animation vous propose des prêts de livres gratuits en gros caractères.

N'hésitez pas à vous rapprocher de Vincent si vous êtes intéressé.



Coiffeuses

Pensez à prendre vos RDV coiffure, deux coiffeuses interviennent au sein de l'établissement. Une coiffeuse sera présente tous les lundi.



Dates des passages :



« **IsaCoiff'** » Isabelle : 10 et 24 novembre – 08 et 22 décembre

« **Coupe de Fée** » Sandrine : 03 et 17 novembre – 01, 15 et 29 décembre

Courses à Super U

Vincent propose des courses à Super U pour les résidents qui en ont besoin les **vendredis 21 novembre et 19 décembre 2025**.



La petite épicerie – La Plélanaise



La vitrine de la « petite épicerie » se trouve au rez-de-chaussée, près du café « Au bon temps ».

Si vous êtes intéressé(e) par l'achat de bonbons, gâteaux ou produits d'hygiène,

n'hésitez pas à vous adresser à l'animateur par le biais de l'accueil.

Armoires d'activités

Des armoires d'activités sont mises en place dans les salles à manger des trois unités de vie. Elles sont à disposition des résidents, du personnel, des familles, des visiteurs et des bénévoles.

Merci d'en prendre soin et de remettre le matériel à sa place après utilisation.



Equipe de bénévoles



Aux côtés de l'équipe soignante et du personnel d'animation, les bénévoles jouent aujourd'hui un rôle clé dans la prise en charge des personnes âgées accueillies en EHPAD. Les bénévoles apportent beaucoup aux résidents, grâce au lien social qu'ils maintiennent.

Les bénévoles ne participent pas aux soins du quotidien mais au maintien du lien social. Un grand merci à eux !

Expositions de Sylvie Lepage

Vous pourrez trouver la nouvelle exposition sur le thème de la montagne de Sylvie Lepage (fille de Mme Fouville de l'unité Brocéliande) à l'étage dans le couloir entre les unités des Oiseaux et de Brocéliande.



Témoignages de résidents

L'automne, saison des châtaignes

Ne confondez pas les marrons et les châtaignes. Dans le langage courant nous parlons de marrons pour la consommation (marrons glacés, dinde aux marrons, crème de marrons) pourtant ce sont bien des châtaignes que nous consommons, le marron est toxique.

La différence réside dans le fait que le marron est une graine alors que la châtaigne est un fruit.

Rappelez-vous que la châtaigne comporte trois ou quatre fruits dans sa bogue alors qu'un marron n'en a qu'un seul. La bogue du marron est plutôt verte avec quelques épines alors que celle de la châtaigne est fournie de longue épine plutôt brune.



Les marrons sont efficaces contre les insectes (araignées et mites) si vous les mettez dans votre armoire.

Avoir un marron dans sa poche lutterait contre les douleurs et serait bénéfique pour la circulation sanguine.

Autrefois, les châtaignes étaient ramassées par les enfants qui gardaient les vaches dans les champs ou dans les chemins, aujourd'hui c'est interdit. Avant de les griller il ne faut pas oublier de faire une entaille sur le côté (jamais dans la pointe, toujours en dessous) pour ne pas les faire éclater.

« Si elles commençaient à pourrir et qu'il y avait des vers dedans ça explosait dans la cheminée. »

« Quand j'étais enfant, chez les parents, on mangeait les châtaignes bouillies dans du lait baraté avec la soupe et du cidre doux. C'était le vendredi soir, les voisins étaient invités. »

Pour d'autres, les châtaignes étaient mangées auprès de la cheminée après le repas du soir, toujours avec les voisins. Ce temps se passait entre le mois d'octobre et le mois de novembre, autour de la Toussaint.

Pendant la grillée, des activités étaient proposées, certains jouaient à la coinchée ou à la belote mais l'activité la plus populaire était les contes, c'était souvent les plus anciens qui contaient en lisant la revue des chaumières.

On pouvait conserver les châtaignes jusqu'à Noël pour les manger avec la dinde, elles étaient stockées dans le grenier avec le blé.



Parfois en se promenant dans un parc on pouvait acheter des châtaignes grillées dans un cône de papier journal, attention de ne pas se brûler les doigts.

A Redon le festival de la Bogue d'or a fêté sa 50^{ème} édition. Cette fête tient son nom de la châtaigne, spécialité connue du pays. Créé en 1975 ce festival a pour but de valoriser le chant, la musique et le conte traditionnel de Haute-Bretagne.

Paroles de résidents

Madame Marchand Denise, née Berhault, est née à Plélan-le-Grand (à Trézon plus exactement) le 07 octobre 1938. Son père Antoine de Plélan est couvreur, et sa mère Marie-Rose de Maxent est agricultrice et tient une ferme avec l'aide de ses enfants. Sa famille est composée d'un frère et d'une sœur du premier mariage de son père et du second mariage avec sa maman naitront cinq frères et elle la cadette.

De 6 à 14 ans jusqu'au certificat d'études elle fréquentera l'école Sainte Marie de Pélan.

Son papa étant pensionné de guerre, elle sera pupille de la nation et bénéficiera d'une bourse qui lui permettra de s'inscrire au lycée public de Rennes. Elle y restera 4 ans, des années assez difficiles à vivre car les rivalités entre filles des ville et les filles de la campagne sont vives.

A 18 ans elle revient à Plélan car sa maman est seule et souffrante.

Elle cherche tout de suite un emploi comme femme de ménage, serveuse dans des cafés ou des restaurants et même vendeuse de pain le dimanche matin. Elle envisage de se marier mais étant mineure et orpheline il lui faudra l'accord de son tuteur qui est son frère aîné.

En 1959 elle épouse Marcel Marchand et le couple va s'installer dans un immeuble boulevard de la Liberté à Rennes.

Elle est pendant 3 mois secrétaire à la fac des lettres puis obtient un poste à l'hôpital Guillaume Regnier, au bout de deux ans elle tente le concours d'infirmière qu'elle obtient mais est finalement recalée suite à la visite médicale du travail. Son contrat dure jusqu'à la fin de son congé maternité, Mme étant enceinte de son premier enfant.

Arrivée à Bréal-sous-Montfort où elle trouve un emploi 3 jours par semaine dans une agence d'assurances à Mordelles. Son temps partiel étant trop juste, elle trouve un autre emploi à la caisse de retraite (CRAMB) à temps plein en tant que dactylo au départ, puis employée de saisie (qui remplace le métier de dactylo) et à la prévention du travail à la fin de sa carrière.

Un mois après le début de son contrat elle tente et réussit le concours et restera 33 ans à son poste. Le couple est retourné à Rennes entre 1963 et 1979 en appartement. Ils décident en 1979 de vivre à Plélan dans la maison qu'ils ont fait construire. Mr était chauffeur pour une entreprise de pâtisserie et prenait la route jusque dans les pays limitrophes. Quand l'entreprise a fermé il a trouvé un emploi de chauffeur pour la CRAMB où elle travaillait. Ils feront désormais la route entre Plélan et Rennes ensemble.

Elle passera en pré-retraite en 1996 et en retraite en 1998.

Ses loisirs sont le jardin et les vacances dans le Morbihan une fois par an.

Elle sera bénévole à l'ADMR de Plélan pendant 13 ans avant de s'occuper d'une tante atteinte de la maladie d'Alzheimer puis de son mari atteint de la même maladie. Il restera quatre ans à la Villa à l'unité des oiseaux.

Mme Marchand a décidé de venir vivre à la Villa où elle est arrivée le 05 mai 2025. Elle a retrouvé de nombreuses connaissances tant parmi les résident(e)s que dans le personnel.

Elle aime participer aux animation, aux sorties, à la belote et au tricot.

Elle a deux enfants, Eric né en 1962 et Corinne née en 1964, quatre petits-enfants et 2 arrière-petits-enfants.



Portrait de personnel

Je suis née en 1976 dans la ville de M'Bour au Sénégal, à 90 km de Dakar, la capitale. C'est la partie ouest de l'Afrique. Mon père était professeur de Français et ma maman était femme au foyer, ils sont tous les deux retraités et vivent au Sénégal.

Je suis allée à l'école catholique de l'Immaculée Conception, chez les Sœurs, de la maternelle jusqu'au CM2.

J'ai toujours aimé le sport en faisant de l'athlétisme et on nageait beaucoup avec les amies en allant à la plage.

J'ai commencé à travailler dans une grande usine d'export de poisson à 15 ans : je m'occupais de l'emballage des colis.

A mes 28 ans j'ai rencontré mon mari, un Breton originaire d'Iffendic.

Il est passionné de l'Afrique et l'a beaucoup visité, son travail lui a permis de venir y travailler et nous nous sommes rencontrés au marché de M'Bour.

Nous avons fait un mariage traditionnel Sénégalais en 1999 et un mariage Français en 2007.

Nous avons deux enfants, un garçon et une fille nés au Sénégal.

Je suis arrivée en Bretagne avec mes deux enfants à l'automne 2007 où nous avons habité tous les quatre à Montfort-sur-Meu pendant cinq ans avant de s'installer à Saint-Maugan.

Il a été très difficile de s'habituer au climat quand nous sommes arrivés car il faisait nuit et froid, il n'y avait personne dans les rues.

L'intégration n'a pas été facile non plus, il a fallu que je repasse mon permis et que je fasse de nouveaux papiers, un parcours du combattant.

Il a aussi fallu que je réapprenne le Français et que je m'habitue aux habitudes et au langage du coin.

J'ai malgré tout été assez vite curieuse de la Bretagne et de la visiter.

J'ai commencé par faire une formation pour être assistante maternelle mais le manque d'enfants à garder m'a fait arrêter cette activité.

J'ai eu l'envie d'accompagner un public âgé, j'ai effectué mon premier stage à la Villa Saint Joseph avant de devenir auxiliaire de soins en 2022.

La langue du Sénégal est le Wolof mais chaque région a son dialecte comme le malinké, le pular, le soninké ou le peul, avec ma famille nous sommes de culture Sérère. La culture Sérère ressemble à la culture Bretonne dans le sens où nous vivons autant de la pêche que de l'agriculture, entre terre et mer.

Il n'y a que deux saisons en Afrique, la saison des pluies qui ne dure que 2/3 mois et la saison sèche.

Notre plat typique est le thiéboudienne qui est à base de poisson et de riz.

Trois mots qui me représente : simple, gentille et souriante.

Marie-Louise
Aide-soignante
A l'unité des oiseaux



Photos – rétrospective animation septembre et octobre



Equipage de l'Abers le 03 septembre

Atelier de poterie le 04 septembre



Duo Moonlight le 10 septembre

Yoga du rire avec Nathalie
(stagiaire animation) le 11
septembre





Fête des anniversaires du
mois de septembre

Déjeuner de bienvenue le
18 septembre



Loto avec les élèves de
CE2 et CM1 de l'école
Notre-Dame de Plélan le
22 septembre

Deuxième atelier de
poterie avec Marine,
potière à Paimpont.
Cette fois nous passons
à la seconde étape avec
l'émaillage le 25
septembre.





Atelier chant avec travail de la voix et du répertoire le 29 septembre.

Solo marimba, atelier autour de la percussion avec un marimba, xylophone latino-américain et différents autres instruments de percussion le 1^{er} octobre.



Visite des enfants de la micro-crèche de Plélan le 02 octobre.

Visite des cuisines le 07 octobre.





Fête des châtaignes avec le p'tit fermier le 08 octobre. Pour l'occasion les bénévoles sont venus griller les châtaignes dans la cheminée de la Villa. Les tables ont été décorées et le p'tit fermier est venu jouer de l'accordéon et chanter pour animer.



Atelier découpage de fruits le 14 octobre et dégustation de la salade de fruits le 16 octobre avec Eric, cuisinier à l'hôtel des Bruyères de Plélan.



Photos projet jus de pommes – octobre et novembre 2025



Ramassage
des pommes
de la Villa.



Ramassage
chez Léone et
Michel Cotto le
03 octobre.



Cueillette à
Saint Péran le
jeudi 25
septembre.





Ramassage des pommes chez Evelyne Chotard le 10 octobre.



Tri des pommes.



Journée pressage à la ferme « Saveurs et couleurs » de la Chapelle-Bouëxic le 17 octobre.
Fabrication de 341 bouteilles

Photos – rétrospective AMP



Lors de la lecture de l'actualité, nous avons également abordé " Octobre Rose ". Cette campagne annuelle de sensibilisation au cancer du sein se déroule chaque année au mois d'Octobre et vise à sensibiliser et encourager les femmes à se faire dépister ainsi qu'à soutenir la recherche médicale.

Le ruban rose symbolise l'espoir, la solidarité et le combat contre le cancer du sein.

Photos – rétrospective PASA



Et oui à la Villa, on fait également sa rentrée ! Durant le mois d'août le PASA était fermé mais les activités, les animations et les sorties n'étaient pas en congés !

Le lundi 1er septembre un groupe de 8 résidents a pu se retrouver au PASA.

Il est ouvert le lundi, le mardi, le jeudi et le vendredi.

Pour beaucoup de personnes, la journée commence par les nouvelles.

La Villa est abonnée au Ouest France. Un journal très attendu.

Certains sont abonnés, d'autres peuvent consulter celui mis à disposition dans les différentes Unités de Vie.

Il est aussi possible de participer aux ateliers lecture. La sélection d'articles nous emmène vers de belles discussions.



Au PASA, nous avons également abordé le "brame du cerf". Nous avons eu le plaisir de recevoir Frédéric notre agent technique passionné de nature qui a pris le temps de nous donner une véritable conférence sur le cerf et surtout le brame du cerf clôturée par le visionnage d'un documentaire. Le groupe de personnes présentes a apprécié ce beau moment d'échange.



A la Villa, certaines personnes se rendent en salle d'animation d'autres se dirigent et passent leur journée au PASA.



En cette période de septembre, les pommes remplissent notre panier. Des échanges autour des différentes variétés, du cidre, du jus pommes des gâteaux à base de pommes nous ont amenés à faire un crumble pour le goûter.



Après le jus de pommes place à la préparation des kits cookies. Un atelier qui plait beaucoup

Vente prévue au marché de Noël.



Marché de Noël

Dimanche 30 novembre 2025
de 10h à 17h30



EHPAD
VILLA SAINT JOSEPH
PLELAN LE GRAND



- Entrée libre- Nombreux stands
- Restauration et gourmandises sur place
- Tombola avec de nombreux lots



Union des Commerçants et Artisans de Plélan-le-Grand



Le saviez-vous ?



Il y a de l'eau dans l'atmosphère du soleil

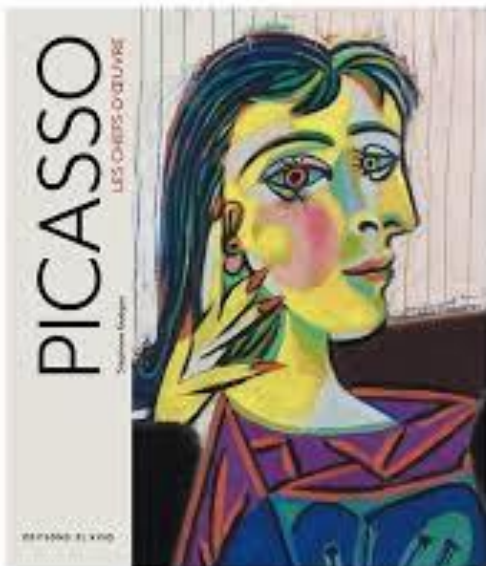
Malgré des températures extrêmes, l'atmosphère de notre astre solaire contient des traces de molécules d'eau. Elle ne se trouve pas sous la forme de fleuves ou de lacs : il s'agit de vapeur d'eau, découverte dans les régions les plus froides du Soleil, qui font environ 3 200°C.

La lettre la plus utilisée dans la langue française est le E

Avec une fréquence d'apparition estimée à 17.26 %, elle est deux fois plus présente que les autres voyelles. En deuxième position, le "a" n'apparaît qu'à une fréquence de 8.40%.

Georges Perec a rédigé un livre paru en 1969 (*La Disparition*) dont les 300 pages ne contiennent pas un seul "e" !

E



Picasso a dû brûler ses propres tableaux pour chauffer son appartement parisien glacial

Au tournant du siècle, le jeune peintre se rend à Paris, qui à l'époque était considérée comme "la capitale de l'art de l'Europe", où il rencontre le poète et journaliste Max Jacob, qui devient son colocataire. Ils vivaient dans un petit appartement pauvre, peut-être avec un seul lit. Le poète dormait la nuit et travaillait le jour, tandis que l'artiste nocturne faisait couler son esprit créatif la nuit et dormait pendant la journée. Malgré

son arrivée à Paris à l'époque de la Belle Epoque, une période de grande prospérité économique et de progrès culturel, il a connu une pauvreté extrême, le froid et le désespoir. Pour garder l'appartement au chaud, Picasso a été contraint de brûler une énorme quantité de ses œuvres.

Automne



Odeur des pluies de mon enfance
Derniers soleils de la saison !
A sept ans comme il faisait bon
Après d'ennuyeuses vacances,
Se retrouver dans sa maison !



La vieille classe de mon père,
Pleine de guêpes écrasées,
Sentait l'encre, le bois, la craie
Et ces merveilleuses poussières
Amassées par tout un été.



O temps charmant des brumes douces,
Des gibiers, des longs vols d'oiseaux,
Le vent souffle sous le préau,
Mais je tiens entre paume et pouce
Une rouge pomme à couteau.



René-Guy Cadou (1920 – 1951)

