

# L'Echo de Lefort

*Le journal mensuel*



La rédaction de l'Echo s'excuse pour l'absence  
d'un journal sur le mois de Janvier.  
A vous tous, une belle et bonne année 2024 !

# Retour en photos sur les mois de Décembre et Janvier



Loto, restaurant éphémère,  
atelier mémoire,  
initiation danses,  
soirée intergénérationnelle  
"1001 nuits" ...





... sortie vin chaud et illuminations, rénovation de meubles, thé dansant de la ville, ateliers manuels, goûter des familles.



# En ce mois de Février



## Joyeux anniversaire à :

Mme DEGREGZ Jacqueline, le 09/02

Mme ESVAN Raymonde, le 17/02

Mr JOUAN René, le 27/02

## Et dans le personnel ?

Graziella, le 17/02

Bienvenue à Mr CRAVIC Rolland, Mme DELION Monique  
et Mme QUINTEL Alice qui intègrent la résidence,  
de façon définitive.



## Les Mo'Jo !

### **La Grippe est annoncée dans L' OUEST...**

Cette annonce est apparue il y a quelques jours dans notre journal local. Le mot "Grippe" fut attribué à cette maladie -parfois mortelle - dès le 14eme Siècle. Ce vocable vient de l'ancien verbe "gripper" qui veut dire "saisir", désignait un croc ou un harpon. Une personne de Grippe était donc quelqu'un de très caractériel , d'où l' expression " prendre une personne en grippe ", qui signifia petit à petit " manifester de l'animosité envers quelqu'un. Au 17e siècle, le mot "grippe" fut attribué à cette maladie qui s'abattait sur la population.

Heureusement, nous apprenons lors de notre dernière revue de presse avec Manon que l'épidémie épargne, pour l'instant, la Normandie ET la Bretagne.  
OUF !

### Un peu d'humour...

Le docteur a fini d'examiner le jeune Léon , 8ans, qui a la Grippe. Le gamin demande : dites-moi la vérité docteur, je vous promets d'être courageux.

-Que veux -tu savoir ?

-Quand devrai-je retourner à l' école ?

## ***Calendriers de l'Avent : Vandalisés !***

Mais, avant tout, qu'est-ce ? A l'origine c'est un "chemin" religieux de 24 jours qui commence le 3 décembre au matin jusqu'à la nuit, tant attendue, du 25/12 : Noël.

Ce sont les Allemands qui lui ont donné le caractère "civil", au 19ème siècle. On donnait alors des images pieuses aux enfants chaque matin (du chemin suivi). C'est dans les années 20 qu'apparaît le Calendrier à fenêtres à ouvrir. On y découvrait des représentations de personnages bibliques. Plus récemment, dans les années 50, apparaissent les chocolats. Quant à aujourd'hui, les créations sont plus ludiques, recherchées et de différentes formes, cadeaux divers ( jouets, beauté etc..).

Si je vous parle de "calendrier" c'est que chez nous Manon n'est pas restée indifférente à cette petite fête, et l'a préparé, comme toujours, avec tout son cœur et le sérieux qu'on lui connaît. Elle a présenté ces calendriers, au petit salon, au vu et su de tout le monde, avec bien en évidence le mode d'emploi des petites fenêtres qui contenaient les chocolats destinés à chacun d'entre nous. Hélas...il y a des prédateurs parmi nous !

Nos calendriers ? Vandalisés, pillés, volés !

Personne sur place n'a compris ce qui se passait, un temps de réflexion (et en présence de Manon, restée muette) ... C'était ni plus ni moins que des actes de vandalisme, des vols : des fenêtres fermées mais vidées de leur contenu, des boîtes entières emportées, des cubes cartonnés déchiquetés et bien-sûr disparition de chocolats !

Imaginez la déception de Manon qui met tout son cœur à notre disposition, pour notre bonheur à toutes et à tous, qui fait le maximum pour adoucir notre fin de vie (n'ayons pas peur des mots)... Déçue, certes, mais avec courage, tu as repris le cours de tes occupations. Nous t'admirons.

JO.



## ***IZabelle***

Isabelle nous connaissions, mais IZabelle? Il s'agit d'une Technicienne spécialisée dans la rénovation de meubles, mais qui travaille sous le charme : elle est toujours bénévole !

A droite, à gauche... Elle est toujours volontaire. C'est elle que l'on a pu voir chez nous, au 36 rue Capitaine Lefort, au premier étage. On se demande comment elle est arrivée là, elle qui, m'a-t-on dit, se complait chez elle, dans le Nord Finistère. A "Ploudal", vous qui connaissez... pas loin du Conquet.

Toujours est-il, qu'elle y a mis du sien pour nous acheminer vers cet ameublement de ce que nous avons baptisé "la salle du Premier". Nous l'en remercions infiniment. Qu'elle sache que nous avons aimé travailler en sa présence et nous la remercions pour son séjour parmi nous. Il y en aura peut être d'autres ?

Nota : aux dernières nouvelles, ce serait Manon qui l'aurait recrutée....Dieu sait où ? Merci aux deux.

*JO.*

### ***POUR et PAR les résidents***

Différents ateliers manuels ont vu le jour lors de cette fin d'année 2023.

Christelle, auxiliaire de vie à la résidence, a mené à bien le projet de créer une cheminée, entièrement en carton.

Celle-ci, ayant fait beaucoup d'effet sur les visiteurs, a permis d'amener (fausse) chaleur, et (vraie) convivialité lors des fêtes de fin d'année.



Un autre projet, celui de refaire "la salle du 1er", nous a conduit à rénover les meubles de cette pièce. C'est donc cette "fameuse" Izabelle, qui a mené à bien des ateliers peinture et patchwork. Voici un aperçu du avant/après du premier meuble rénové.



# L'Echo vu par Jeannine



## *La langue française, une langue bizarre ?*

Quand un homme meurt, on dit qu'il "s'éteint". Quand il est mort, on l'appelle "feu".

On remercie un employé quand on n'est pas content de lui.

Quand on a des "idées noires", on passe souvent des "nuits blanches".

Se sont les meilleurs "crus" qui donnent les plus fortes "cuites".

Et comme disait Pierre Dac, l'humoriste, quand au tribunal, l'avocat n'est pas cru, l'accusé est cuit.

### Et que font donc :

L'estomac dans les talons  
Le Poil dans la main  
Les pieds dans le plat  
Les fourmis dans les jambes  
Le chat dans la gorge  
Le rubis sur l'ongle  
Et, la puce à l'oreille ?



*Jeannine.*

## *Le saviez-vous : la clémentine ?*

N'est-elle pas un des fruits préférés de nos desserts ?

Mais savez-vous qu'on ne la connaissait pas avant les années 1900 ?

On doit ce fruit à un religieux de la région d'Oran, féru de botanique.

Il pratiqua une expérience : féconder les fleurs du mandarinier avec du pollen prélevé sur un bigaradier, arbre qui produit l'orange amère.



Le résultat fût un fruit intermédiaire, pour la forme comme pour le goût, entre la mandarine et l'orange.

Très riche en jus, la clémentine prit une grosse part du marché.

Elle s'appelle ainsi depuis 1929 : on donna au fruit "trouvé" par le frère Clément, le nom de ce dernier, pour l'honorer.

*Jeannine.*

## Conte amérindien :

Une légende amérindienne nous dit, qu'un soir, un vieil indien Cherokee, raconte cette histoire à son petit fils :

“Il existe, à l'intérieur de chaque homme, 2 loups, et ces loups, se livrent à une rude bataille.

L'un est “le mal” : c'est la colère, la jalousie, la fierté, le mensonge, l'orgueil, le rejet de l'autre...

Le deuxième est “le bien” : c'est la joie, la paix, l'amour, la bienveillance, la générosité, la compassion...”

Le petit-fils réfléchit un instant et demande :

“Puisqu'il y a bataille, il y a forcément un vainqueur.

C'est lequel ? Quel est le loup qui gagne ?”

Le vieux Cherokee sourit et répond simplement :

“Mon petit, c'est celui que tu nourris le mieux...”



*Jeannine.*

## L'hibernation des animaux :



En hiver, certains animaux ne peuvent parcourir de longues distances pour se nourrir. Ils entrent alors dans un sommeil prolongé, plus ou moins profond : ils “hibernent”. Pendant l'automne, ils se gavent et stockent de la nourriture. Ils constituent ainsi des réserves de graisse, indispensables à leur survie.

La température de leur corps baisse, parfois jusqu'à 1C°. Toutes leurs fonctions corporelles ralentissent. Le rythme cardiaque diminue. La respiration se fait plus rare.

Marmottes, hérissons, lézards...et bien d'autres hibernent tout l'hiver et sont comme morts si on les touche. Quelques uns sont seulement “semi-hibernants” (moins endormis) : ours, blaireaux, rats laveurs...

Certains se réveillent de temps en temps pour manger, uriner..et sitôt après, se recouchent !

Dès que les beaux jours arrivent, les animaux sortent de cet état d'hibernation en quelques heures, le temps que leur corps se réchauffe.

*Jeannine.*



# L'exposition insolite

*"Dans la Seine":  
une exposition dévoile les  
objets retrouvés dans le  
fleuve parisien*



*Vue panoramique de la Seine en 1588 par  
Théodore-Josef-Herbert, depuis les toits de Paris.*

L'exposition "Dans la Seine", à Paris, présente des objets trouvés au fond et sur les berges du fleuve, de la préhistoire à nos jours.

Il n'y a sans doute pas beaucoup d'expositions capables de faire se côtoyer une défense de mammoth, un casque allemand de la Seconde guerre mondiale et une bouteille d'eau de Seltz avec son siphon.

Le parcours ménagé autour des vestiges architecturaux d'un Paris disparu présente quantité d'objets découverts dans et autour du fleuve, datant de toutes les époques. L'agencement des objets est même chronologique, de la préhistoire, avec des silex trouvés sur un site néandertalien de Clichy-la-Garenne, à aujourd'hui.

Les objets issus de fouilles ont l'intérêt d'enrichir la connaissance concernant l'interaction entre le fleuve et les populations riveraines, comment ce milieu était occupé, exploité et quand. Le site de Clichy-la-Garenne atteste ainsi pour la première fois d'une occupation de l'homme de Néandertal sur des îlots sableux du fleuve. A l'époque, le lit de la Seine est très large, soumis à de fortes variations de niveaux. En fonction du climat et du temps, des îlots sableux émergent sur lesquels des populations de chasseurs-cueilleurs vont s'établir momentanément pour faire des haltes de chasse et ils y ont laissé des vestiges."

Certaines trouvailles permettent aussi d'extrapoler au-delà du fleuve. En identifiant de quel bois est faite une nasse remontant à 2000 ans, il est possible de reconstituer les paysages de l'Antiquité. C'est un autre des enjeux de l'exposition que d'évoquer l'archéologie environnementale.

Ce n'est pas tout. "Au 19e siècle, la Seine étant difficile à naviguer, on a creusé le lit du fleuve et construit des quais avec le sable, d'où beaucoup d'extraction d'objets dans la boue du fleuve par des chiffonniers, les 'ravageurs de la Seine". Les vitrines exhibent ainsi dés à coudre, cuillers, céramiques, clefs, figurines de plomb, enseignes de pèlerinage, tampon d'administration militaire du Premier empire... En 2014, la brigade fluviale remontait aussi un mascaron du Pont Neuf (élément décoratif sculpté en forme de tête grotesque) et en novembre 2023, un plongeur trouvait un élément d'un ancien pont.

## Le saviez-vous ?

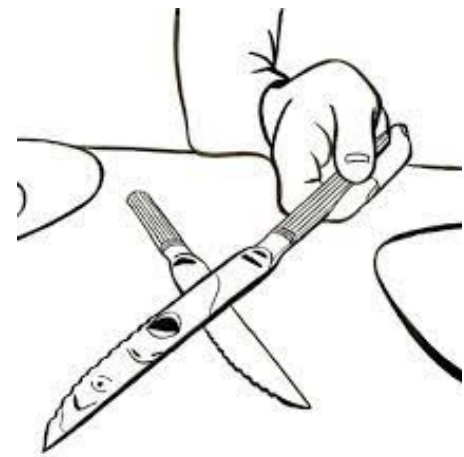
### Quand les superstitions s'invitent à table



Doit-on avoir peur de renverser du sel sur la table ? De croiser deux couteaux sous peine d'attiser les querelles ou encore de s'attirer le mauvais œil en retournant le pain ? Les superstitions accompagnent notre quotidien depuis toujours. Pour certains, elles dictent comportements, facteurs chance, malchance et avenir. Pour d'autres, il ne s'agit que de traditions démodées qui prêtent à sourire. Mais que signifient les superstitions qui s'invitent à notre table ?

**Ne jamais poser le pain à l'envers sur une table :** Autrefois, les boulangers en charge de la préparation du pain du bourreau le posaient à l'envers pour le différencier des autres miches. Depuis, on associe le pain retourné à la mort, à la malédiction et à la malchance. Et malgré son origine lointaine et incertaine, on observe que cette superstition trouve toujours son public : encore aujourd'hui, il y a toujours quelqu'un pour remettre le pain à l'endroit. Autre superstition qui touche au pain, celle de ne pas le couper. Dans la religion catholique, le Christ se présente sous l'apparence du pain. Le couper, reviendrait donc à le blesser, c'est pourquoi on préférera le rompre.

**Ne jamais croiser deux couteaux :** Si l'origine de cette croyance populaire reste plutôt inconnue, croiser les couteaux attiserait les querelles et les disputes. Et pour cause, cette superstition est équivalente à celle de "croiser le fer". Au Moyen Âge, les hommes réglèrent leurs conflits en se battant en duel avec des épées. "Croiser le fer" signifiait alors se battre, s'opposer lors d'un conflit. De même que croiser les couteaux.



**Renverser le sel sur la table :** En France, renverser du sel sur la table revient à gâcher quelque chose de précieux. L'origine de cette superstition est très lointaine et daterait de l'Antiquité. À l'époque, le sel était très utile pour conserver les aliments et avait une dimension presque sacrée puisque les paysans ne pouvaient vivre sans. Au Moyen Âge, on flagellait même les paludiers s'ils avaient le malheur d'en faire tomber. C'est d'ailleurs pour cela qu'on ne se passe jamais la salière, au risque de la faire tomber. Dans certains pays méditerranéens, cette superstition ne concerne pas le sel mais l'huile d'olive, denrée précieuse également.

**Se retrouver à 13 pour dîner** : N'envisagez jamais de vous retrouver à 13 pour dîner, vous feriez venir le diable ! Cette superstition fait référence à La Cène, au dernier repas de Jésus et à la trahison de Judas. Pour éviter de mauvais présages, on ajoutera alors un quatorzième couvert à la table, pour un éventuel invité surprise. Dans l'ouvrage de Laurence Caracalla il est écrit: "Les maîtresses de maison détestaient ce nombre d'invités (13), pour la simple raison que leur service ne comportait que 12 assiettes et qu'ajouter une assiette dépareillée brisait l'harmonie de la table". À chacun son explication.

**Offrir un couteau** : Tout objet tranchant étant signe de menace et de danger, offrir une lame ou un couteau reviendrait à briser un lien, une amitié. Pour éviter ce conflit, la coutume veut que la personne qui reçoit le couteau l'échange contre une pièce de monnaie. Ainsi, puisqu'il ne s'agit plus "d'offrir un couteau", mais de l'échanger, les liens d'amitié sont alors bien conservés.

**Renverser du vin sur la table** : Renverser du vin, du champagne ou de l'alcool sur la table présage bonheur et prospérité. Cela rappelle les bastions du Moyen Âge où l'on faisait la fête sans se soucier de la propreté de la table. De nos jours, en revanche, pas sûr que votre hôte apprécie de voir sa nappe blanche maculée de taches, même si cela doit lui porter chance...



Et pourquoi dit-on "santé" lorsque l'on trinque ?

Pour comprendre l'origine de cette habitude, il faut remonter au temps du Moyen Âge. À l'époque, pendant les repas, il était courant d'assassiner son ennemi en versant du poison dans le verre qu'il allait boire. Pour s'assurer alors qu'aucun meurtre n'allait être commis, il était de coutume de cogner les verres les uns contre les autres pour que les liquides se mélangent et ainsi boire un peu de la boisson de l'autre personne. Généralement, ça coupait l'envie d'empoisonner son ennemi.

Le breuvage étant partagé, aucun risque d'empoisonnement. Rassurez-vous, les verres étaient autrement plus résistants que ceux d'aujourd'hui, qui se briseraient si jamais on trinquait avec la même force. Attention, il fallait également se regarder dans les yeux, car celui qui jetait un regard sur son verre pouvait être le signe d'une fébrilité et donc d'une possible trahison.

On pensait également à cette époque, que la consommation à l'excès d'alcool, et de vin, notamment, était bon pour la santé et pouvait purifier l'estomac pendant le sommeil. D'où l'expression « À ta santé ! ». Chaque langue à sa manière de le dire ; en anglais, on dit « cheers », en espagnol « salud », « prost » pour l'allemand ou encore « kanpai » en japonais.

# Juste pour rire



1. Le directeur de l'école convoque trois élèves dissipés :

“Lucas, tu viendras samedi en colle pour avoir fait des graffitis sur le mur !

Théo, pour avoir mis des punaises sur la chaise du maitre !

Et toi, Kevin, qu'as tu fait ?”

“- J'ai jeté “du bois” par la fenêtre...”

“- Ce n'est pas trop grave, pour cette fois, tu ne seras pas puni.”

Ils quittent le bureau, quand un quatrième élève arrive, couvert de pansements.

“Mais qu'est ce qui t'est arrivé? Comment t'appelles-tu?” demande le directeur.

“-je m'appelle “Dubois” , Monsieur...”

2. Mario, un peintre spécialisé dans les nus féminins, est marié avec une femme extrêmement jalouse.

Il vient de finir son tableau et son modèle est en train de se rhabiller. Ils prennent un verre ensemble lorsque Mario entend une voiture entrer dans la cour...

Aussitôt pris de panique, il dit à son modèle : Vite !!! Vite !!! Déshabille-toi !! Ma femme arrive !!

3. Le “top 3” des hommes qui s'intéressent à la beauté intérieure :

- les cannibales
- les gynécologues
- les moches.



4. Quelle est la chose la plus dure quand on apprend à monter à cheval ?

- Le sol !

5. Au paradis, deux femmes discutent.

- Pourquoi êtes-vous morte ?

- Hé bien, quand je suis rentrée chez moi, j'ai eu la certitude que mon mari me trompait. Donc j'ai couru jusqu'à notre salle de bain. Personne. J'ai dévalé l'escalier pour aller dans notre chambre. Personne. Ensuite, je suis arrivée, essoufflée, dans le salon. Personne. Et en allant, haletante, jusqu'à la cave, j'ai eu une crise cardiaque.

Et l'autre lui répond :

- Si vous aviez ouvert votre congélateur dès le début, nous serions vivantes toutes les deux.