EDITION DU

Le canard de la forêt

ANNÉE I, N° I

DANS CE NUMÉRO :

Atelier cuisine 2

Nettoyons la planète 2

Barbecue à St Cyr 3

Fun Forest 3

Jumbo Run 3

Parc Oriental 4

Election CVS 5

Séjour à Rochefort

David, Sandra, Emmanuelle, Christophe, Alexandre, Pascale, François, Stéphane, Richard, Laurent accompagné de Angel, Corinne et Marine sont allés en séjour à Rochefort.

Nous avons chargé les camions puis nous sommes allés faire des courses pour pouvoir faire un pique-nique avant d'arriver à la maison de location. A notre arrivée à la maison, nous avons pris possession des lieux en nous installant dans nos chambres respectives. C'était une jolie maison avec une belle piscine intérieure chauffée. Un groupe a été faire des courses pour

la semaine, pendant que l'autre ont fait l'installation des lits.

Le mardi matin nous avons fait de la cuisine. L'après-midi nous avons profité de la piscine, nous avons fait un volley ball et des poiriers. Nous avons bien nagé.

Le mercredi nous nous sommes levés très tôt pour prendre le bateau à 10h pour aller à L'ile d'Aix. Personne n'a été malade sur le bateau, c'était bien. En arrivant, nous avons été au restaurant, on a bien mangé. Ensuite nous avons fait le tour de l'ile d'Aix en calèche, le guide nous a expliqué et fait voir plein de choses comme la maison de Napoléon, la maison de la nacre etc… Puis nous avons fait le tour des petits magasins.

En fin de journée, nous étions tous bien fatigués de cette journée. Une fois rentrés à la maison, nous avons profité de la piscine une dernière fois.

Le jeudi les valises étaient prêtes pour partir. Nous avons été faire le marché de Rochefort avant de prendre la route.

C'était un bon séjour, ça nous a beaucoup plus

Balnéo à Civaux

Depuis le début de l'été, nous allons les jeudis à Civaux afin de faire de la piscine mais aussi du bien-être. En effet, là-bas il y a des jacuzzi, pleins de jets qui massent différentes parties du corps (pied, épaules, dos, jambes…) mais aussi un sauna, un hammam et une petit bain nordique.

Le bain nordique est un bassin avec une eau très très froide: on rentre dedans juste après le sauna et le hammam si on peut le faire. Certains d'entre nous ont été très courageux et l'ont fait

On apprécie beaucoup ce temps à Civaux, on revient au foyer tout décontracté.

Atelier cuisine et autonomie

Activité cuisine pour Margaux, Olive, Damien, Téva, Léa :

Tous les lundi matin nous choisissons le menu pour le vendredi midi, et nous faisons en sorte que ce soit équilibré.

Pour le moment les éducateurs nous aident à faire la liste des courses.

Puis le jeudi matin, nous allons à Leclerc pour faire les courses. Le but est de se repérer dans le magasin pour que nous puissions trouver les articles.

Et donc le vendredi matin, nous faisons l'activité « Cuisine Autonomie »

Nous apprécions de faire cette activité en petit groupe car s'est plus calme pour manger.

Nous sommes contents de faire cette nouvelle activité

« Nous apprécions de faire cette activité en petit groupe car s'est plus calme»

Les pique-niques de l'été

Tout au long de cet été, les mercredis midi ont été marqués par nos pique-niques en plein air.. Nous sommes allés à des endroits différents comme la Ginguette, le Bois de St Pierre…

Cela nous a beaucoup plu. Ces pique-niques ont apporté un vent de fraîcheur et de changement bienvenu dans notre routine. Ils nous ont offert l'occasion de sortir, de profiter du plein air. On souhaiterait énormément que ça recommence l'été prochain

Nettoyons la planète

Cet été nous avons fait un partenariat avec la mairie de St Benoit, pour nettoyer le parc Strunga.

En effet, tous les jeudis soir dans ce parc se trouvait la guinguette éphémère. Et nous avons été missionnés pour aller nettoyer après leur passage tous les vendredis matin.

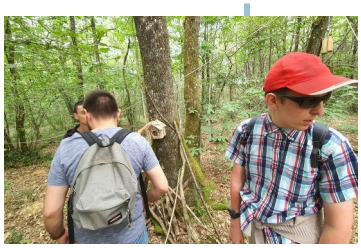
Nous avons ramassé principalement des bouchons et des bières vides.

Barbecue à Saint Cyr

Une journée ensoleillée au lac de Saint-Cyr, en compagnie des résidents du FAM. C'est l'occasion de partager un moment de convivialité dans un cadre naturel magnifique.
Le menu du barbecue était des plus alléchants : des saucisses, des merguez, et des salades de pâtes et de riz préparées avec par l'ensemble du groupe. C'est vraiment plaisant de préparer ces salades tous ensemble et de partager ça avec les autres.
Après le repas, nous avions prévu des activités. Parmi les jeux, nous avions apporté un ensemble de jeux de pétanque pour organiser un tournoi amical. Les équipes étaient divisées en filles contre garçons, ce qui a ajouté une touche de compétition amicale à l'événement.
En plus de la pétanque, nous avions également prévu un mikado géant, où chacun devait faire preuve d'habileté et de précision pour retirer les bâtonnets sans faire bouger les autres.
Cette journée au lac de Saint-Cyr a été bien plus qu'un simple barbecue. Elle a été une occasion précieuse de renforcer les liens entre nous et les résidents du FAM, de profiter du grand air et de créer des souvenirs mémorables. L'esprit d'équipe, la camaraderie et le plaisir partagé ont été les ingrédients clés de cette journée inou-

Fun Forest

Nous sommes allés avec certains résidents du FAM au parcours d'orientation de Fun Forest. Notre mission ? Aider Squicky, l'écureuil de Fun Forest, à retrouver les clefs de sa boîte aux lettres. Pour y parvenir, nous avons dû relever plusieurs défis et résoudre des énigmes afin de découvrir le code du cadenas.
Les énigmes étaient cachées dans les boîtes aux lettres des autres animaux de la forêt. C'était vraiment amusant et ça nous a fait explorer la nature tout en nous faisant résoudre des énigmes.
Cette aventure au Fun Forest était l'occasion de mettre à l'épreuve notre esprit d'équipe et notre sens de l'observation. En fin de compte, nous avons réussi à résoudre toutes les énigmes et à trouver le code du cadenas, permettant ainsi à Squicky de récupérer ses clefs.
Après nous sommes allés manger un sandwich près de la base de canoë de St Benoit. C'était une belle journée que nous garderons en souvenir.



« Nous avons apprécié de faire de nouveau cette activité cette année »

Jumbo Run !

Pour le Jumbo run nous avons été au point de départ qui se trouvait à Aslonne. Nous sommes montés dans des side-car pour aller au point final à Couhé.

A notre arrivée à Couhé, un petit goûter nous attendait (boissons, gâteaux…) et de la musique.

Il y avait beaucoup de monde.

Nous avons apprécié de faire de nouveau cette activité cette année.

Anniversaire de Margaux

Le samedi 22 juillet, tout le foyer a été invité à la salle des fêtes de Châtillon pour célébrer l'anniversaire de Margaux. Quand nous sommes arrivés, il y avait déjà toute la famille de Margaux.

Nous lui avons chanté « JOYEUUUUX ANNNIVERSAIIIRE » et on a pris le goûter, et offert les cadeaux que nous lui avions choisis.

Pour digérer, nous avons été faire une petite balade au bord de l'eau. Et nous avons vu des pêcheurs d'écrevisses.

Margaux nous a fait plaisir en pensant à nous inviter.

Départ Résidents

Claude est partie vivre à l'UPHV au Petit-Clos. Nous avons eu le plaisir de le revoir lorsqu'il est venu chercher ces affaires. Il est ravi de son nouveau logement.

Malheureusement Sandrine nous a quitté. Nous avons pu lui rendre un dernier hommage.

Nous avons eu le plaisir d'accueillir Delphine en stage au foyer. Delphine est à Soleil bleu, mais elle voulait venir une semaine chez nous.

« Nous avions l'impression d'être dans un autre pays »

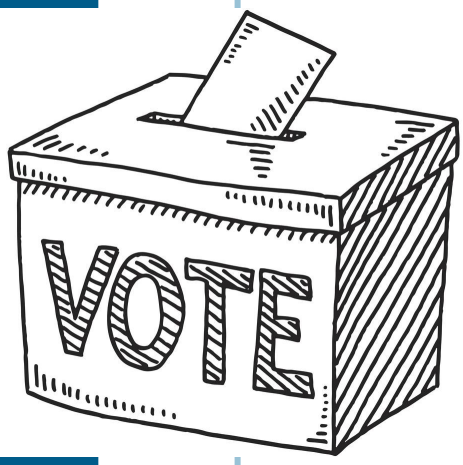
Parc Oriental

Une journée rempli de merveilles nous a conduit à la découverte du plus grand parc Oriental d'Europe, situé à Maulévrier. Nous avons eu l'occasion de découvrir des reproductions fidèles de bâtiments orientaux.

Notre exploration du parc s'est étendue sur cinq heures captivantes. Le jardin japonais, était très grand il faisait 29 hectares. En parcourant les allées du parc, nous avons également trouvé des panneaux informatifs. Ils racontaient l'histoire fascinante du parc, depuis sa création jusqu'à nos jours. De plus, une exposition de photos a retenu notre attention en illustrant la splendeur du parc à travers les quatre saisons.

En somme, notre journée au parc Oriental de Maulévrier a été une véritable aventure enchantée. Nous avions l'impression d'être dans un autre pays

Election du Conseil de vie social



Au Foyer de Vie, une date importante se profile à l'horizon : l'élection du Conseil de la Vie Sociale. Elle aura lieu le 10 octobre 2023.

Plusieurs d'entre nous se sont portés candidat afin de représenter tous les usagers du Foyer de vie.

La liste des candidats est variée, chacun d'entre eux apporte leurs visions et leurs idées pour améliorer notre quotidien. L'élection du CVS est une occasion pour les résidents du Foyer de Vie de faire entendre leurs préoccupations, leurs besoins et de participer activement à la prise de décisions. Nous attendons avec impatience cette journée où nous pourrons élire nos représentants

M. Laurent RAGEAU

Motivations:

« Je veux continuer mon Mandat précédent. »

M. Paul REVEILLON

Motivations:

« Je veux parler au nom de mes camarades. »

Mme Claire MARTIN

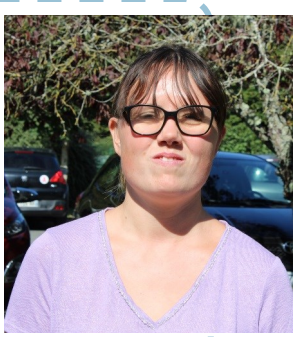
Motivations:

« Je veux faire évoluer les choses dans le foyer et l'accueil de jour »

Mme. Téva HORIOT

Motivations:

« Je veux mettre en place des projets, comme une ferme avec des animaux ou une piscine. »



Mme Margaux FRIMAS

Motivations:

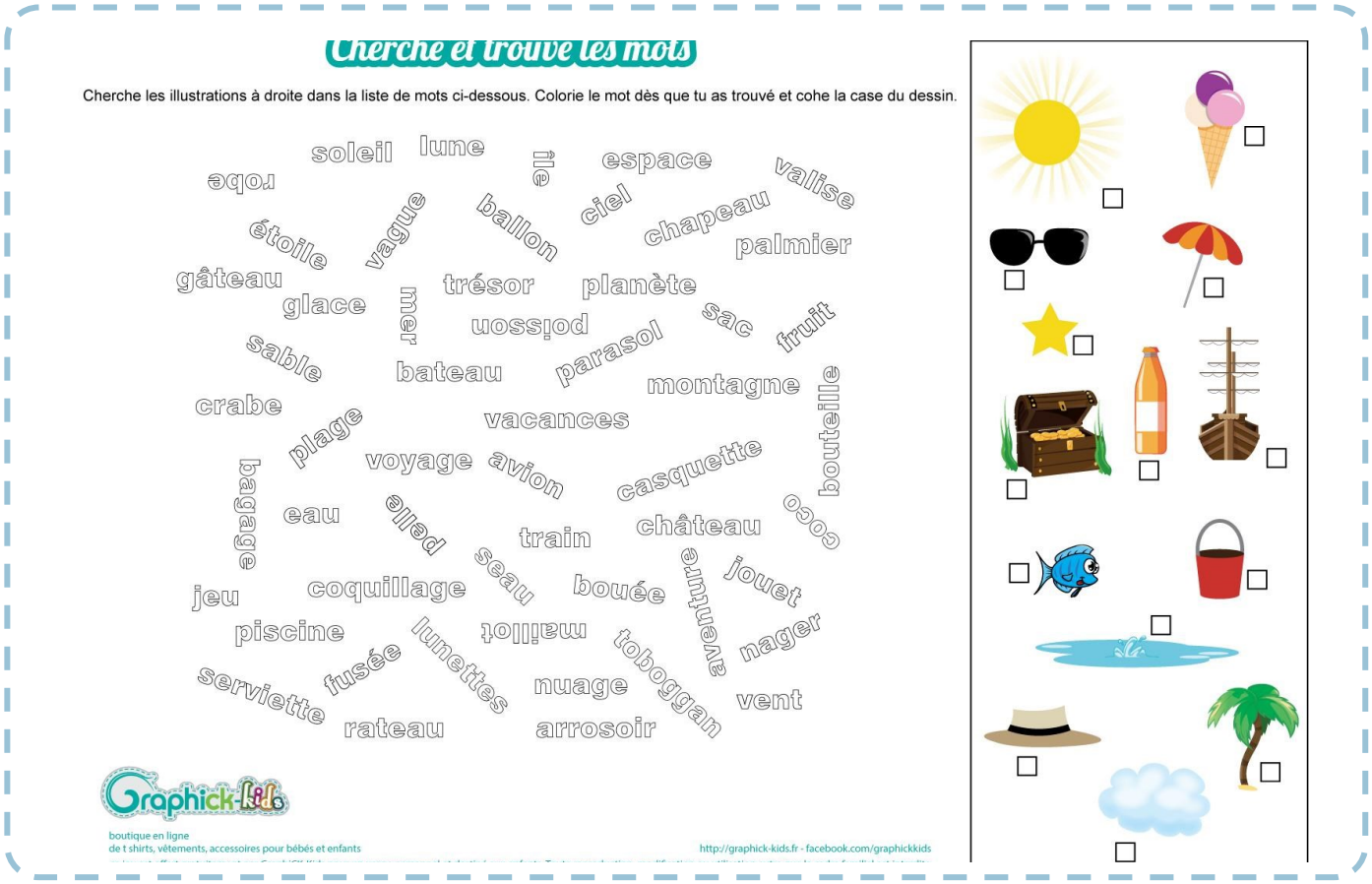
« J'aime participer aux réunions afin d'améliorer la vie du foyer, exprimer mes choix»

M. David PAILLOUX

Motivations:

« Je veux avancer les travaux pour qu'il y ait une maison pour tout le monde. »

Jeux



Salade de melon à l'italienne

Etape 1

- Coupez les melons en deux et coupez la chair en petits dés ou en petites boules, mettez dans un plat.

Etape 2

- Ajoutez le jambon détaillé en lanières, puis le parmesan en copeaux et le gorgonzola en morceaux.

Etape 3

- Ajoutez les pignons, le basilic et le 1/2 citron.

Etape 4

- Mettez une demie-heure au frais et juste avant de servir mettre l'huile d'olive, et du poivre concassé ...

Ingrédients

- 2 melons
- 2 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 200g de parmesan
- 200g de gorgonzola
- 4 tranche de jambon de parme
- 500g de pignons
- Basilic frais
- 1/2 citron