

Le Griffon

Important :

*Ce dossier étant composé de pages doubles,
pour un meilleur confort de lecture du fichier PDF,
choisissez dans la rubrique «Affichage»,
l'option «continue page double».*

Une vie en résidence

Le foyer logement accueille des personnes âgées qui se sentent ici en sécurité, bénéficient des **services et animations** tout en conservant toute leur indépendance.

Les Villages

Un mercredi après-midi dans la salle d'animation de la résidence des Villages. Après une revue de presse, Marie-Thérèse Humbert entame la dictée du jour, un texte extrait des « Lettres de mon moulin ». Elle anime l'atelier mémoire, sous forme de petits jeux. Comme bon nombre des résidents, elle s'est installée ici parce qu'elle commençait à avoir un peu de mal dans son immeuble, « à cause de l'ascenseur à mi-palier. Ce fut un choix en toute conscience, de ma part. C'est sans doute plus facile dans ces conditions de bien s'adapter. »

Dans ses meubles

Marie-Thérèse est venue avec ses meubles. Pas tous, faute de place, mais elle a pu recréer son petit univers. Et elle a conservé ses activités à l'extérieur, notamment à la bibliothèque de Tréguieux. « J'ai aimé ma vie antérieure, j'apprécie tout autant celle que je mène ici. » Elle a opté pour la formule du foyer logement. On y entre lorsqu'on est encore autonome, avant de rejoindre un équipement médicalisé le moment



Photo Dominique Morin

venu. On y mène sa petite vie « à son rythme, de manière totalement indépendante. Chacun est libre de ses activités », précisent Armelle Domrault, la directrice, et son adjointe Noëlle Battas. Certains vont en ville, participent aux activités de l'ORB ou des « Mamies gâteaux », font leur petit jardin devant leur pavillon, papotent dans le parc. Ou profitent des ateliers de la résidence. Quand elle ne court pas les fest-noz,



Photo Dominique Morin

La résidence en chiffres

Le foyer logement du Centre Communal d'Action Sociale propose 24 pavillons avec jardin et 49 studios T1 bis. Sur 31 à 33 m², ils offrent une pièce à vivre (séjour / salon et chambre), un coin cuisine et une salle d'eau. Les résidents prennent leurs repas dans la salle de restauration, sauf huit dans le mois.

La résidence compte 1 infirmière à temps partiel pour les soins, et 4 aides-soignantes qui prennent la tension, mettent les collyres, ouvrent les volets, accomplissent ou aident à accomplir des soins d'hygiène et de confort, assurent le lien avec l'infirmière et les médecins. Un agent social travaille à temps partiel. Trois personnes dont deux cuisiniers mitonnent les repas, 7 assument le service et l'entretien, trois veilleurs assurent une présence nocturne. Et l'équipe administrative compte trois personnes.



Photo Dominique Morin

Les bonnes odeurs de la cuisine...

Régine Bourel en compagnie de M. et Mme Chrétien : les aides-soignantes sont très présentes auprès des résidents. Ci dessous : Isabelle Bouchet guide les participantes dans les danses bretonnes et Marie-Thérèse Humbert dans les jeux de mémoire.

plus envie de faire les courses, la cuisine... Ici je me suis fait des copines, je participe aux activités, ce serait même bien qu'il y en ait plus. Robert joue à la belote. On se plaît bien».

En sécurité

Mais le principal atout de la résidence reste « la sécurité », d'autant que les personnes âgées entrent de plus en plus tardivement en foyer loge-

Les repas rythment les journées de la résidence. Les convives aiment s'y retrouver, « se raconter nos petites histoires »... Et commenter le menu. Sachant que l'établissement mise beaucoup sur sa cuisine. On peut parfois en humer les parfums dès la matinée, jusque dans les étages. Des odeurs qui mettent en appétit les convives. Quasiment tout est préparé sur place, à base de produits frais, par « deux cuistots qui aiment leur métier », souligne Armelle Domrault. Avant de travailler en établissement pour personnes âgées, Gilbert et Arnaud ont œuvré dans des restaurants. Ils sont secondés par un aide-cuisinier et les autres agents.

Tous ont à cœur de servir des plats savoureux à des résidents qui « aiment manger ». « Nous travaillons énormément la matière première pour une bonne qualité gustative, mais aussi la décoration, quand nous avons le temps ». Il y a beaucoup à faire en cuisine d'autant que les légumes sont tous épluchés sur place, le matin.

L'équipe sert une centaine de repas le midi (le foyer logement accueille des stagiaires en formation), environ 80 le soir. Les menus sont élaborés par l'ensemble du personnel avec une attention portée à l'équilibre alimentaire. Ils font la part belle aux recettes traditionnelles - pot au feu, poule au riz et autre pied de cochon ont la cote - et aux pâtisseries maison. « Les résidents raffolent également des frites (point de surgelé) et des galettes. » Midi et soir, les cuisiniers font un tour en salle, pour le contact avec des résidents auxquels ils savent aussi rendre quelques services de menu bricolage.

Anne-Yvonne, benjamine de la résidence, suit les cours de danse bretonne donnés par Isabelle Bouchet, employée de la restauration, ravie de transmettre ce qu'elle a elle-même appris. D'autres envoient des mails à leurs enfants et petits-enfants, entre deux visites de leurs familles, comme Jacqueline Bellier, qui aime son indépendance. Ce jour là, elle saisit les menus du mois pour l'information des résidents. En fonction de leurs centres d'intérêt et envies, de leur forme aussi, ces derniers sont associés à la vie de l'établissement. Fleuriste retraitée, Gisèle Prigent embellit la résidence de jolis bouquets cueillis ici et là. Ancienne professeur de piano, Mme Souvé anime la chorale. Mais on peut aussi préférer rester chez soi et ne descendre que pour les repas.

C'est la restauration qui a convaincu Robert et Marcelle Chrétien, un des deux couples de la résidence, de s'installer ici. Ils commençaient à « à avoir un peu de mal à marcher. On n'avait

ment. Le téléphone du logement est relié à l'infirmierie. De jour comme de nuit, une aide-soignante peut venir en cas de problème, « c'est rassurant. Et après une hospitalisation, le retour au domicile se fait sereinement », dit Jacqueline, qui après avoir « repoussé deux fois des propositions, envisage la maison médicalisée ».

Aux Villages, toute l'équipe s'attache à retarder la perte d'autonomie des personnes âgées. Les aides soignantes « accompagnent les résidents dans les différents gestes de la vie quotidienne, de manière stimulante », précise Armelle Domrault. Elles les aident à les accomplir plutôt que de faire à leur place.

Ces personnels sont aussi là chaque matin, tout simplement pour les accueillir d'un bonjour, d'un « bien dormi ? » souriant. Tout au long de la journée, les agents écoutent, entourent les personnes âgées de paroles chaleureuses et de bras bienveillants. Une présence essentielle pour celles et ceux qui souffrent de solitude.



Photo Dominique Moir



Photo Geneviève Legrohon

Le repas, agréable pour les papilles, mais aussi un temps d'échange dans la journée.

Les collégiens trient pour composter

Est

L'action des collégiens de Racine en faveur du développement durable leur a valu un trophée régional remis par l'ADEME (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie). Ils sont sept, sensibles à la question, à participer à un atelier sur ce thème après les cours, tout simplement parce que « *c'est intéressant, on apprend des choses* ». Pendant que d'autres ont choisi le théâtre ou le chant, Sarah, Kelly, Chloé, Alexandre, Shirley, Élise et Lucie apprennent l'art du compostage avec une belle motivation.

L'infirmière Andrée Verstraete, la gestionnaire de l'établissement Émilie Lagrue et le professeur de technologie Philippe Colas ont monté ce projet, pas si simple à mettre en œuvre, dans un établissement où plus de 200 élèves sont demi-pensionnaires. Cette année, l'opération a été testée un jour par semaine de novembre à avril. Ce sont les jeunes de l'atelier qui ont appris à leurs camarades à jeter les plastiques, les déchets animaux, les épluchures d'orange, tout ce qui doit aller à la poubelle, pour ne laisser dans leurs assiettes que les restes de légumes, fruits et autres céréales. Les agents de la restauration s'assurent que le tri est bien effectué, mélangent avec des déchets verts, ce qui a nécessité toute une organisation pour cette tâche supplémentaire. Les techniciens du Conseil général ont



Photo Dominique Morin

L'opération compostage désormais bien lancée, les collégiens vont désormais pouvoir cultiver tomates et autres plants.

aménagé la plateforme de compostage et apportent régulièrement leurs conseils, pour produire un engrais de qualité, destiné aux espaces verts de l'établissement. L'objectif est désormais de « *faire entrer le tri dans les habitudes quotidiennes de Racine* » : cela permettrait de composter à l'année 8 tonnes de déchets. Autant de poubelles en moins et d'économies réalisées. ■

Ville Bastard

Animations

Soirée cinéma. Le Cercle propose sa soirée cinéma de plein air le mercredi 7 juillet, sur le parking des Roches Douvres. Il a fait appel au comité de quartier de la Ville Bastard pour les animations.

Au menu : soirée western à partir de 19 h : danses country suivies du film « Apaloosa » d'Ed Harris. Chacun amène ses grillades pour le barbecue.

Contact : 02 96 33 12 92 ou 02 96 33 66 18.

Europe

Excursion. Samedi 10 juillet, le comité de quartier emmène les habitants à Rochefort-en-Terre, petite cité de caractère (château, maisons anciennes, boutiques d'artisanat d'art). Déjeuner au restaurant et croisière sur la Vilaine sont également au programme.

Contact : 02 96 33 78 84.

Saint-Michel

Pot de l'amitié. Les habitants du quartier et leurs amis se retrouvent vendredi 2 juillet de 19 h 30 à 23 h au Tertre Aubé. Le comité de quartier offre l'apéritif, puis propose galettes saucisses et crêpes à la vente. Une animation musicale est prévue.

Centres sociaux



Photo DR

Sorties familiales. Les trois centres sociaux proposent, tout au long de l'été, des excursions à prix modique pour passer de bons moments et découvrir la Bretagne avec d'autres familles des quartiers. Ici et là, le golfe du Morbihan, le son et lumière de Lantic, la visite de zoos, de sites riches de patrimoine, ou des journées dans les parcs d'attraction comme la Récré des 3 Curés sont au programme.

• S'adresser au centre social de votre quartier.

Ville Hellio

Animations

Saint-Jean. Pour sa traditionnelle Fouée, le comité de quartier invite le groupe briochein OP Rats des Gueux, spécialiste de la chanson « un poil poilante », pétillante et satirique, vendredi 25 juin près de l'église Saint-Yves. Embrasement du bûcher de la Saint-Jean à la nuit tombée ; petite restauration à partir de 20 h.



Photo Dominique Morin

Ouest

Centre social

«**Ô p'tits légumes** ». Ce nouveau rendez-vous vitaminé du centre social a lieu le dernier mercredi du mois de 10 h à 13 h, autour de l'environnement et de l'alimentation : atelier cuisine, cafet'o légumes, espace enfants et animations diverses. Prochain rendez-vous le 30 juin

Fête de l'été. Ça roule, ça glisse, ça tourne à la fête de l'été des quartiers ouest. Le centre social, les bénévoles et partenaires proposent un après-midi ludique sur ce thème, samedi 3 juillet à partir de 14 h à la Petite Balavoine. Il y aura des circuits, des rallyes, des engins roulants, un toboggan géant... Et plein d'autres animations gratuites pour petits et grands ! A 19 h, paella géante (4€ la part, sur réservation au centre social du Point du Jour). A partir de 20 h 30, soirée dansante animée par Pacific Light.



Animations estivales. Le mercredi soir, le centre social vient à la rencontre des habitants : on sort les barbecues et les galettes saucisses, on se prépare à passer une veillée animée.

Le 7 juillet à partir de 19h, balade contée par Yann Quéré au bois Boissel. Le 21 juillet, cinéma de plein air, film d'animation « Coraline » (bibliothèque buissonnière à partir de 18h, soirée à partir de 20h), cité du Point du Jour. Les 28 juillet et 4 août : concerts de Soul Station à partir de 19 h, respectivement à la Tour d'Auvergne et devant le café Beaulieu, boulevard de l'Atlantique.

MJC du Plateau



Jeudis animés. Les 12/17 ans des quartiers ouest ont rendez-vous avec la MJC du Plateau les jeudis 8, 15, 29 juillet, 19 et 26 août, pour des animations variées (olympiades, cerf volant, grimpe d'arbres, équitation...).

Tarif : 2€ avec autorisation parentale signée, gratuit pour les détenteurs du Pass'Ados et les adhérents de la MJC.

Pour recevoir le programme chez soi, contacter le centre social du Point du Jour au 02 96 61 94 58.



Photo Dominique Monin

Une bonne ambiance règne au sein de la section football du Cerle, une école qui a reçu cette année le label Qualité du District.

Football : un esprit sain...

Sud

Le Cercle n'a pas obtenu le trophée de la Fondation du football, mais faisait partie des 6 nominés dans sa catégorie, sur 280 clubs français au départ : son projet sur la santé a été remarqué par les instances nationales. Depuis 2007, l'éducateur sportif Stéphane Guérin et les bénévoles mettent en avant ce thème en marge du tournoi du Griffon : ils proposent une exposition, des animations et une buvette sans alcool... quitte à se priver de recettes. En 2010, la prévention des risques physiques liés à la pratique sportive était au menu ; les bénévoles ont suivi une formation aux premiers secours. Sur le terrain ou au foyer lors du goûter, le club

transmet bien d'autres valeurs éducatives aux jeunes. C'est sa raison d'être : il s'est créé en 1981 autour de la citoyenneté, de la tolérance, de la mixité, pour donner naissance, en 1993, à une association d'éducation populaire. «*On travaille sur le respect de soi, des adversaires, des arbitres et éducateurs, de l'environnement, précise Stéphane. On mise sur la formation plus que sur la compétition. Forcément, les résultats suivront*». Des valeurs partagées par Rudy ou Jean, bénévoles, qui veulent transmettre avant tout «*le plaisir de jouer, l'esprit d'équipe, le respect des autres*» et apprécient l'ambiance du club. Ce dernier est désormais reconnu : le district de football lui décerne cette année le label qualité école de football. ■

Croix Saint-Lambert

Commerçants

Vide-grenier. Rendez-vous est donné samedi 11 septembre pour le vide-grenier de la Croix Saint-Lambert, devant la galerie commerciale. Renseignements et réservation des emplacements au 02 96 94 16 44.

Villages

Comité de quartier

Le blog des Grands Villages. L'association Les Grands Villages avait déjà son journal - Le Villageois - diffusé trois fois par an, en mars, juin et octobre auprès de 2800 foyers. Le comité de quartier a créé un blog pour « renforcer la relation avec les habitants du quartier ». Elle y partage ses projets, rend compte de son action, évoque l'actualité et les différentes activités proposées, recueille remarques et suggestions. Elle raconte aussi l'histoire du quartier, de 1900 à nos jours. Adresse : <http://lesgrandsvillages.over-blog.com>



Photo DR