



Le journal des résidents

Edition Juillet-Août 2026

Numéro 110. (Tirage à 450 exemplaires)

Page 1

Editorial



10, rue Lamennais
35240 Retiers

☎ 02 99 43 51 03

@ animation@mdr-retiers.fr

🌐 www.ehpad-retiers.fr

f EHPAD Pierre et Marie Curie

📷 ehpadpierreetmariecurie

Dans ce numéro :

Editorial	P 1
Informations	P 2 et P 7
« La chronique des Résidents »	P 3 et P 4
« Les vacances de François »	P 5 et P 6
Recette	P 7
Jeux	P 8

Il n'est désormais plus surprenant de connaître des chaleurs extrêmes. Ces dernières semaines, le mercure est monté très haut, faisant battre des records de température dans toute la France.

Les personnes fragiles et vulnérables sont les premières touchées par ces fortes chaleurs. Il est possible de se protéger en suivant quelques conseils que vous trouverez ci-dessous.

Prenez soin de vous et bel été à tous !!

Canicule
5 conseils pour prévenir les risques

- 1 Buvez fréquemment et abondamment**
(au moins 1,5 litre d'eau par jour même si vous n'avez pas soif)
- 2 Evitez de sortir aux heures les plus chaudes et de pratiquer une activité physique, maintenez votre logement frais**
(fermez fenêtres et volets la journée, ouvrez-les le soir et la nuit s'il fait plus frais)
- 3 Rafraîchissez-vous et mouillez-vous le corps plusieurs fois par jour**
(douches, bains, brumisateurs ou gant de toilette mouillé, sans vous sécher)
- 4 Passez si possible 2 à 3 heures par jour dans un endroit frais**
(cinémas, bibliothèques municipales, supermarchés...)
- 5 Aidez les personnes les plus fragiles et demandez de l'aide**
(notamment auprès de votre mairie)

Ministère des Solidarités, de la Santé et de la Famille
inpes

INFORMATIONS

Temps forts à venir :

Mois de juillet 2026 :

- Sortie cinéma « Pour le meilleur » au Restéria (1^{er} juillet).
- Repas de fin de saison « Biaù jardin » avec l'ensemble des participants (2 juillet).
- Lecture et tapis de lecture avec les petits de la MAM (7 juillet).
- LOTO à 15h dans la salle à manger (7 juillet).
- Sortie à la carrière des Fusillés à Chateaubriant (9 juillet).
- Sortie/visite d'une chèvrerie (10 juillet).
- Sortie au Château des Pères (16 juillet).
- Jeux de plein air avec les enfants de chez Mazette (17 juillet).
- Barbecue avec les résidents du foyer Silöé à Coësmes (21 juillet).
- Jeux de plein air avec les enfants de chez Mazette (24 juillet).
- Sortie collective (lieu non défini) (24 juillet).
- Sortie collective (lieu non défini) (28 juillet).
- Sortie collective (lieu non défini) (29 juillet).
- Anniversaires des résidents en chansons (30 juillet).
- Sortie à la base de loisirs de la Rincerie (31 juillet).

Mois d'août 2026 :

- Repas partagé chez Mazette avec les enfants de l'ALSH (5 août).
- LOTO à 15h dans la salle à manger (11 août).
- Sortie à l'écomusée de la Bentinais à Rennes (12 août).
- Sortie découverte des miniatures de Domagné (18 août).
- Création d'une œuvre collective avec les enfants de chez Mazette (19 août).
- Visite des résidents de l'EHPAD de Bais (25 août).

- Sortie au parc du Thabor à Rennes (26 août).
- Anniversaires des résidents en chansons (27 août).

Nous regrettons le décès de :



Mme Janine BEASSE,
Décédée le 14 mai 2026.

Mme Marie-Louise THIBUR,
Décédé le 15 mai 2026.

Mme Paulette DEME,
Décédée le 24 juin 2026.

Du nouveau chez nos jeunes volontaires en service civique :



Youenn termine sa mission début juillet et rejoint une école d'infirmiers.

Maëlys a débuté sa mission courant mai 2026.

Maxime rejoindra l'équipe début juillet 2026.

Et Candice renforcera cette équipe de jeunes volontaires à compter du 31 août 2026.

Bienvenue à tous !!

Bienvenue

- Bienvenue à Monsieur François COLICHET, entré à la Résidence le 4 juin 2026. Il occupe la chambre 331 au secteur des Coquelicots.
- Bienvenue à Madame Isabelle CLOUET, entrée à la Résidence le 15 juin 2026. Elle occupe la chambre 107 au secteur des Orangers.
- Bienvenue à Monsieur Joseph HILLION, entré à la Résidence le 15 juin 2026. Il occupe la chambre 107 au secteur des Orangers.



Fête des familles

Ambiance « vacances des années 50-60 »



**LE VENDREDI 4
SEPTEMBRE 2026**

A LA SALLE BERNARD PAPIN de
Retiers

Pensez à vous inscrire dès aujourd'hui !!

La salade niçoise

de Joëlle Luson.

Une recette de saison...



Tout est à couper en petits morceaux ou tranches et à mettre dans un grand saladier :

- Herbes 🌿 : ciboulette, persil, basilic, gousses d'ail et petits oignons.
- 4 boîtes de thon à l'huile d'olive,
 - 3 boîtes filets d'anchois,
 - des olives noires de Nice ou grecques,
 - 12 œufs durs,
 - 24 tomates cerises ou 8 grosses tomates 🍅,
 - 4 concombres coupés en fines lamelles,
 - une botte de radis coupée finement,
 - un cœur de céleri blanc coupé finement,
 - un poivron rouge coupé finement,
 - un poivron vert coupé finement,
 - 🧂 sel sur tomates et concombres et huile d'olive ou une bonne vinaigrette

BON APPÉTIT 😊

Félicitations aux jeunes mariés :

Sandrine GRIALOU (soignante de nuit)
et Julien Royer-Granger
se sont dit OUI le 20 juin 2026.



Règle des mots masqués :

Barrez les mots de la grille et cochez-les dans la liste. Ces mots peuvent se lire dans tous les sens et même obliquement.

ALESEE	DEVOILE	IRREELLE	MOSQUEE
ALPE	DEVOUEE	LAVANDE	PELEE
AUDE	DISCUTER	LECON	PELUCHE
CLISSE	ECURER	LEGUMIER	PERIPLE
CLOITRER	FIGE	LEOPARD	PRIMITIF
COMPTABLE	GERE	LOURDEUR	RECOPIE
DAMER	HERBE	MALANDRIN	REGLAGE
DECADENTE	INSCRITE	MANDE	ROME
DEPOSE	INTERDIT	MEGATONNE	SOLSTICE

E	L	L	E	E	R	R	I	L	A	V	A	N	D	E
T	H	E	S	O	P	E	D	R	A	P	O	E	L	F
N	O	C	E	L	E	L	I	O	V	E	D	B	K	I
E	H	L	U	N	E	D	A	M	E	R	A	R	L	T
D	I	O	E	L	I	P	I	E	U	T	H	E	O	I
A	N	I	E	E	E	R	L	S	P	G	I	H	U	M
C	T	T	U	T	C	P	D	M	C	P	E	E	R	I
E	E	R	O	I	I	U	O	N	O	U	E	L	D	R
D	R	E	V	R	T	C	R	C	A	S	T	R	E	P
N	D	R	E	C	S	F	E	E	E	L	Q	E	U	E
A	I	P	D	S	L	R	I	L	R	D	A	U	R	L
M	T	E	N	N	O	T	A	G	E	M	U	M	E	E
E	N	C	L	I	S	S	E	R	E	G	L	A	G	E



*La photo du N°109 représentait :
Mme Odette GUERIF.*

A l'âge de 1 an
QUI SUIS-JE ???

« LA CHRONIQUE DES RÉSIDENTS »

« Le mardi 5 mai, en lien avec « Banquet Céleste », nous avons assisté à un petit concert de musique classique et baroque à la salle polyvalente de Retiers. Un chouette moment de rencontre et d'échange avec les musiciens. Le soir, un concert avec ce même groupe s'est joué à l'Eglise de Retiers où quelques résidents ont pu participer.

Le mercredi 6 mai, nous sommes retournés passer un après-midi avec les enfants de l'Outils en main. Nous avons pu faire le tour de l'ensemble des ateliers et rencontrer les bénévoles. Un moment apprécié par tous !

Le mardi 12 mai, ce sont les enfants de la MAM qui sont venus à notre rencontre pour passer une petite matinée ensemble.

Le mardi 19 mai, nous avons eu la chance d'être invités à l'Opéra de Rennes par « Banquet Céleste ». Au programme : visite des lieux le matin et participation l'après-midi à la répétition générale. Un moment magique et de très grande qualité...De beaux souvenirs gravés grâce à cette rencontre.

Le mercredi 20 mai, c'est Enora, stagiaire à la Résidence pendant plusieurs semaines qui nous a fait découvrir la ferme de ses parents. L'occasion pour les anciens agriculteurs de découvrir les techniques utilisées actuellement.

Le mercredi 27 mai, c'est avec le groupe de tricoteur.se.s que nous nous sommes retrouvés. L'occasion pour certains de retrouver laine et aiguilles à tricoter.

Et le jeudi 28 mai, ce sont les anniversaires qui ont clôturés les activités du mois...

Le mercredi 3 juin, une journée à la mer, du côté de St Lunaire était organisée. Le temps du littoral s'est maintenu et a permis aux résidents de profiter des embruns marins.

Le jeudi 4 juin, ce sont l'ensemble des partenaires du projet « espace animalier » qui se sont réunis pour établir un bilan qui s'avère très positif de l'ensemble des participants à ce projet.

Le mardi 9 juin, nous avons participé à une activité assez méconnue pour nous. La découverte de la danse sur écran. Un moment...comment dire...très drôle 😊.

Le mercredi 10 juin, nous avons reçu les enfants de chez Mazette pour participer tous ensemble à des jeux d'extérieurs. Dans le même moment, nous avons également participé à un atelier « crochet » proposé par l'association « les récréations restériennes ». Merci à ces deux associations avec qui le partenariat est important.

Le jeudi 11 juin, la fête du pain à Janzé a réuni de nouveau les aînés du territoire. La météo et l'ambiance étaient au top, de quoi satisfaire l'ensemble des participants.

Du 15 au 19 juin, 7 résidents de l'EHPAD ont participé à un séjour vacances à Locquirec. Vous pourrez découvrir un résumé dans les pages suivantes.

Puis les grandes chaleurs et la canicule se sont installées. Ce qui a entraîné l'annulation d'évènements importants : la fête de l'été, sorties, temps intergénérationnels, temps de rencontre...

Les anniversaires des résidents ont été célébrés le 26 juin.

La fête des bénévoles du 30 juin a clôturé le mois. Un repas partagé, un moment de rencontre où résidents, bénévoles et professionnels peuvent tous ensemble se poser et échanger. »

Les membres du comité de rédaction
du « Journal des Résidents »

Les vacances de François à Locquirec du 15 au 19 juin 2026

« Le lundi 15 juin, nous sommes partis vers 8h15 de la Résidence pour arriver deux bonnes heures plus tard à l'Île Blanche à Locquirec.

Dès l'après-midi, nous avons été visités l'écomusée de Guimaëc, une visite très intéressante avec la présentation d'une très grande variété de métiers. Deux bénévoles très sympathiques nous ont présenté les lieux.

Le mardi 16 juin, nous avons été visités une ferme ostréicole au port de Terenez de Plougasnou. Nous avons forcément pu y déguster des huîtres qui nous ont été très gentiment offertes par la patronne des lieux.

L'après-midi, direction Roscoff, la ville de l'oignon. Nous avons visité le musée de l'oignon et des Johnnies. Nom donné par les anglais aux vendeurs d'oignons bretons qui traversait la Manche pour vendre leur marchandise souvent installé sur leur vélo. Certains y restaient plusieurs semaines, voir plusieurs mois pour écouler l'ensemble des oignons.

Puis, nous avons découvert la ville de Roscoff en petit train touristique.

Le mercredi matin, nous avons été au marché de Locquirec, un grand marché très achalandé. Le beau temps est vraiment de la partie, ce qui permet d'y passer un très agréable moment.

L'après-midi, nous avons été visités l'écomusée de Plouigneau. Grand musée retraçant les années 1900. L'occasion de découvrir du matériel agricole : charrues, tracteurs, écrémeuses, herse, batteuses, charrettes.

Les écrémeuses servaient à fabriquer le beurre à l'époque, les charrues étaient tractées par des chevaux pour travailler la terre, puis la herse était passée pour enlever les mottes restantes, puis le blé était semé. Et ensuite moissonné par les batteuses et fauchés pour récupérer les gerbes de blé et des balles de blé qui servaient à fourrer les édredons de l'époque. Tout une époque...

Le jeudi matin, nous avons été visités la cidrerie de Kervéguen. Dans une très grande cave, nous avons vu beaucoup de tonneaux à cidre de dimensions différentes et un grand pressoir à pommes.

Nous avons dégusté les différents cidres proposés et certains en ont aussi ramenés.

L'après-midi, nous avons été au port de Perros-Guirec où nous avons embarqué sur un bateau à deux ponts. Certains sont restés à l'intérieur et d'autres ont profité de l'extérieur. Nous avons été visités les 7 îles, à une heure de navigation. Et nous sommes arrivés sur une île où nichent un nombre impressionnant de couples de Fous de Bassan. C'était vraiment super !!

Le soir, nous avons rejoint l'Île Blanche où nous avons fêté mes 90 ans 😊 !!

Et le vendredi, nous sommes rentrés à Retiers, les vacances étaient terminées mais drôlement chouettes. »

