



# Quand Marie Vernières est devenu une île !

## Notre Skype va (sûrement) faire des petits !!

Nous vous avons annoncé la naissance de notre fabuleux Agent de Maintien des Liens le 12 mars dernier !

Il vit sur la fameuse application Skype, s'appelle « Marie Vernières », et vous êtes très nombreux à lui avoir fait un accueil très chaleureux !

Bien nourri par les jolis mots, sourires, émotions dont vous, familles, et vos proches, résidents-confinés, le faites vivre, il s'épanouit et... commence à atteindre une certaine taille !

Son planning est parfois un peu tendu. Aussi il va avoir besoin de se multiplier.

Sachez donc que nous avons sollicité la plateforme d'entraide du Conseil Départemental, ainsi que la Fondation des Hôpitaux de France, pour avoir des tablettes numériques. Ne vendons pas la peau de l'ours avant de l'avoir tué, mais nous avons bon espoir d'obtenir une, voire, plusieurs tablettes.

Cela nous permettrait de proposer davantage de rendez-vous Skype, ou du moins, des rendez-vous plus longs.

Ces tablettes faciliteraient aussi le visionnage des vidéos que certains d'entre vous ont fait parvenir à leurs proches.

Au fur et à mesure que nous recevrons ces appareils, nous créerons de nouveaux comptes Skype (qui s'appelleront probablement « Marie Vernières 2, Marie Vernières 3, etc. »). Ne vous étonnez donc pas si vous recevez, sur votre compte Skype, de nouvelles invitations de notre part : ce sera le moyen d'associer vos contacts à tous nos appareils.

Alors, à bientôt, ici, par téléphone, ou sur Skype !



## Un petit mot de notre médecin coordinateur !

Madame, Monsieur,

Nous sommes attentifs à la santé morale et physique de nos résidents, mais rien ne remplacera l'affection de leurs familles et amis. Aussi je vous encourage à passer du temps à leurs écrire, téléphoner, contacter par Internet, même si les nouvelles données ne sont pas « intéressantes ». Le contact social est important pour chacun, et l'attente de votre attention peut être un moteur suffisant à maintenir l'intérêt d'une vie. Une lettre est sûrement plus bénéfique que n'importe quel médicament donné. Nous aiderons ceux qui ont du mal à lire pour prendre part à vos écrits.

Je voudrais finir cette lettre en vous remerciant tous pour votre solidarité. J'ai connaissance de vos marques de soutien, de votre patience, de votre compréhension et de votre bienveillance. Sachez que cela nous touche infiniment et nous conforte à continuer notre mission dans la joie.

Dr Paul Mignot

# Par une belle après midi ensoleillée !



**Chanson du moment !!**  
**Mouvements en musique !!**



Fenêtre ouverte, les secrétaires ont été ravis de ces chants, rires et musique.  
Un vrai baume au cœur ! Merci

# Le texte de la chanson

Sur l'air de « Le coach », de Soprano

**Il faut se laver les mains  
Pour ne pas être contaminé  
Aller, aller, aller, aller**

**Ouvre l'eau, mets du savon  
On est ensemble, on va y aller  
Aller, aller, aller, aller**

**Frotte tes mains, paumes, ongles  
Frotte tes mains, paumes, ongles  
Après tu rinces, après tu rinces, après tu rinces  
Rince, rince**

**Frotte tes mains, paumes, ongles  
Frotte tes mains, paumes, ongles  
Après tu rinces, après tu rinces, après tu rinces  
Rince, rince**

**Utilisez le coude pour éternuer (Atchoum)  
Et pour dire bonjour, checkez vous les pieds  
C'est pas très pratique  
Non, non, non  
Et t'as l'air teubé**

**Il faut se laver les mains  
Pour ne pas être contaminé  
Aller, aller, aller, aller**

**Ouvre l'eau, mets du savon  
On est ensemble, on va y aller**

**L'amour de  
la danse !!**



Vous voulez la découvrir ou la réécouter

[https://www.youtube.com/watch?v=MNhoe0Vx\\_68](https://www.youtube.com/watch?v=MNhoe0Vx_68)

# Dans les couloirs aussi, on s'anime



## On bouge avec la séance de Gym

### Encore de la gym, direz-vous ?!

En effet, c'est l'activité star, avec l'aide à la marche. Les kinés ne peuvent plus intervenir, les aller-retour entre le rez-de-chaussée et les étages ne peuvent plus se faire, il nous est donc apparu prioritaire de compenser cette diminution d'activité physique.

Alors on « met le paquet » sur tout ce qui fait bouger, car c'est bon pour le moral, pour le maintien de l'autonomie, pour l'équilibre général! Et personne ne s'en plaint (certains se sont même découvert un goût pour l'exercice).

## On observe, on écoute, on pose pour la photo



## On marche

# Et puis il y a les sourires ! Et le Lilas !

---

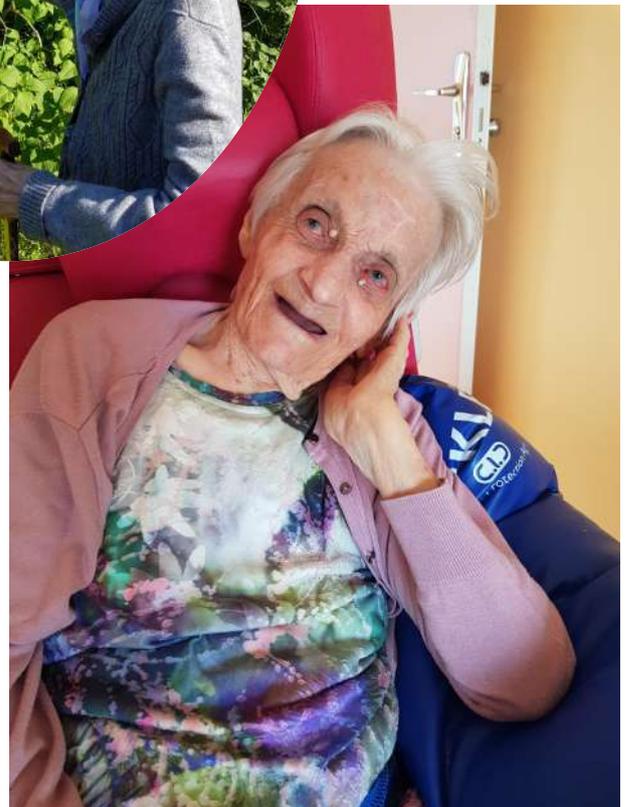


« Un sourire ne coûte rien,  
mais il crée beaucoup. »



A le Lilas !  
Cela sent si bon !

« Un sourire ne dure qu'un  
instant, mais son souvenir  
est doux et agréable. »



# Qu'est-ce qu'on mange cette semaine !

## Lundi

### Déjeuner

Soupe de légumes  
Salade gésier  
Gigot d'agneau à l'ail  
Haricots blancs  
Fromage - Cloche de Pâques

### Dîner

Soupe de légumes  
Saucisson à l'ail  
Pomme de Terre boulangères  
Fromage - Petit suisse fruits

## Mardi

### Déjeuner

Soupe de pâtes  
Betteraves en salade  
Blanquette de veau  
Riz  
Fromage - Fruits

### Dîner

Vermicelles légumes  
Poisson à la bordelaise  
Purée potiron  
Fromage - Compote biscuit

## Mercredi

### Déjeuner

Soupe de légumes  
Salade de lentilles  
Echine de porc  
Haricots beurre  
Tiramisu

### Dîner

Potage  
Boulette d'agneau en sauce  
Purée pommes de terre  
Fromage - Fruits

## Jeudi

### Déjeuner

Soupe de légumes  
Cœurs d'artichaut  
Lasagnes au bœuf  
Fromage  
Fruits

### Dîner

Bouillon de poule  
Salade composée  
Quiche Lorraine  
Fromage - Ile flottante

## Vendredi

### Déjeuner

Soupe de légumes  
Salade haricots verts  
Fish and chips  
Ecrasé de pomme de terre  
Yaourt vanille

### Dîner

Soupe de légumes  
Œufs dur  
Carottes persillées  
Fromage - Semoule au lait

## Samedi

### Déjeuner

Soupe de pâtes  
Crêpe jambon-Fromage  
Cuisse pintade olives  
Endives braisées au jus  
Fromage blanc crème marron

### Dîner

Soupe au fromage  
Roulade aux olives  
Printanière de légumes  
Fromage - Fruits

## Dimanche

### Déjeuner

Velouté de légumes  
Asperges vinaigrette  
Rôti veau sauce poivre  
Pommes sautées  
Fromage - Pâtisserie

### Dîner

Velouté de légumes  
Salade verte  
Feuilleté charcutier  
Croissant jambon - fromage  
Fromage - Fruits au sirop



# Et la semaine prochaine !

## Lundi

### Déjeuner

Soupe de légumes  
Pâté de campagne  
Escalope de dinde  
Petits pois à la paysanne  
Fromage - Fruits

### Dîner

Soupe de légumes  
Pommes de terre savoyardes  
Fromage  
Pruneaux au sirop

## Mardi

### Déjeuner

Soupe de légumes  
Poireaux vinaigrette  
Ragoût de porc  
Spaghettis  
Yaourts aux fruits

### Dîner

Vermicelles légumes  
Salade d'endives  
Omette oignons - tomates  
Fromage - Liégeois au café

## Mercredi

### Déjeuner

Soupe de légumes  
Taboulé  
Choux farcis carottes sautées  
Haricots beurre  
Fromage - Crème renversée

### Dîner

Potage de légumes  
Pâtes aux lardons  
Fromage  
Fruits

## Jeudi

### Déjeuner

Soupe de pâtes  
Feuilleté au conté  
Galopin de veau  
Haricots verts  
Fromage - Fruits

### Dîner

Bouillon de poule  
Sardines à l'huile  
Pommes de terre vapeur  
Fromage flanc confiture

## Vendredi

### Déjeuner

Soupe de légumes  
Céleri rémoulade  
Poisson meunière citron  
Riz  
Fromage - Compote fruits

### Dîner

Soupe de légumes  
Coquilles de poisson  
Poêlée de légumes  
Fromage - Flamby

## Samedi

### Déjeuner

Soupe de pâtes  
Salade de pommes de terre  
Poitrine de porc farcie  
Salsifis persillés  
Fromage - Petit suisse fruits

### Dîner

Bouillon  
Boulettes de bœuf tomate  
Pâtes  
Fromage - Fruits

## Dimanche

### Déjeuner

Velouté de légumes  
Asperges vinaigrette  
Rôti veau au jus  
Gratin dauphinois  
Fromage - Pâtisserie

### Dîner

Velouté de légumes  
Salade verte  
Croque Monsieur  
Fromage  
Fruits



## Rubrique Nature

---

Où en sommes nous ?



Petit gros plan pour mieux se rendre compte !

**Elles sont bel et bien là !  
Mais pas encore prêtes !**

**Changerons nous d'avis  
sur le fait de partager  
ou non ;-)** ?



**A suivre ... !**