

Janvier - 2022

n° 3

COLPORT'ÂGE



EDITO

Après le coup de bambou qu'a été l'année 2020, 2021 se termine avec son lot d'incertitudes, de questions. Et 2022 s'ouvre dans un contexte tout aussi incertain.

Alors, il nous appartient, pour faire face au mieux, de s'appuyer sur nos racines, notre village, notre territoire, notre famille et donc de les protéger. En même temps, il est aussi important de regarder loin, ailleurs, ce qui se fait de mieux, de ne pas oublier non plus de faire une place aux petits bonheurs quotidiens.

Plus que jamais, prenons soin ensemble des valeurs telles que la solidarité, le respect qui nous permettront de traverser les difficultés. Respecter les autres et être respecté dans ses choix, pour sa vie, pour sa commune, cela reste primordial et demande l'engagement de chacun.

Plus que jamais, faisons vivre tout ce qui contribue au plaisir d'être ensemble, aux liens sociaux si précieux et notre petit journal se veut un de ces liens, il n'attend que vous pour l'enrichir.

Je terminerai ces quelques mots en souhaitant à chacun de vous une bonne et heureuse année, qu'elle vous apporte des moments de joie, de découverte, de rencontres et nous permette à nouveau de partager des moments de convivialité.

Au nom de l'équipe municipale, du CCAS et de ses bénévoles, tous nos meilleurs vœux pour 2022.

Edith RUCHON, présidente du CCAS

SOMMAIRE

| | |
|--|------|
| Le Café Mémoire, qu'est-ce que c'est ? | 2 |
| France Alzheimer, une formation d'aide aux aidants | 3 |
| Ouverture de la Halle | 4 |
| Comptoir de campagne, qu'est-ce que c'est ? | 5 |
| La recette gourmande | 6 |
| A vos neurones | 7 |
| Agenda | 8 |
| Solutions des jeux | 9-10 |

LE CAFÉ MÉMOIRE, QU'EST-CE QUE C'EST ?



L'association France Alzheimer intervient à Reventin-Vaugris un lundi par mois pour animer un café mémoire, où chacun vient librement seul ou avec un proche.

Ces rencontres, qui ont lieu à la SAR, sont destinées aux personnes touchées par la maladie d'Alzheimer ou maladie apparentée, aux familles, ou aux professionnels de soins. Elles offrent un espace d'écoute et d'expression pour échanger librement auprès d'une psychologue spécialisée, du vice-président et des bénévoles.

Le Café Mémoire France Alzheimer a pour objectif de :

- 1- Rompre l'isolement dans un contexte convivial et recréer le lien social,
- 2- Partager son expérience avec d'autres familles vivant la maladie,
- 3- Recevoir du soutien et de l'information sur la maladie

Après le temps d'échanges vous pourrez participer à des jeux et des chants pour faire travailler la mémoire.

Ces séances se déroulent dans une bonne ambiance autour d'un moment de partage et une petite collation.



**CAFÉ
MÉMOIRE**

France Alzheimer vous propose gratuitement des solutions !

Par Anne Thevenon (Psychologue)

**Prochain
Café Mémoire**

le 14 février 2022

Cette activité est gratuite, alors n'hésitez pas à rejoindre le groupe !
N'oubliez pas de vous inscrire auprès de la mairie au 04.74.58.80.17

FRANCE ALZHEIMER :

Une formation gratuite d'aide aux aidants



France Alzheimer propose une formation gratuite d'aide aux aidants qui se déroule sur cinq semaines à raison d'une 1/2 journée par semaine.

La formation comprend 7 modules. Elle est dispensée par une psychologue spécialisée dans la maladie d'Alzheimer ou maladie apparentée avec l'aide d'une assistante sociale pour le module 4 et la présence du vice-président de l'association France Alzheimer.



Une formation pour être à l'aise avec les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

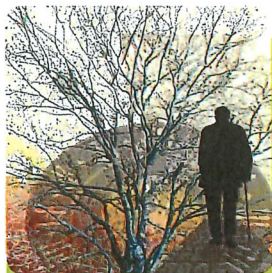
Le CCAS de Reventin-Vaugris a organisé en partenariat avec l'association France-Alzheimer une formation « Aide aux aidants » destinée aux personnes qui sont intéressées par cette maladie. Si vous souhaitez participer à cette formation, manifestez-vous en Mairie. Dès que 4 ou 5 personnes sont intéressées il est possible de relancer un nouveau groupe.

- à comprendre et à vivre avec les personnes ayant la maladie d'Alzheimer : « la maladie qui fait peur ».
- pour savoir réagir aux crises d'anxiété, d'angoisse, ou de colère que traverse un proche ou un ami atteint de cette maladie.
- pour avoir une attitude appropriée en évitant les questions embarrassantes « Tu sais qui je suis ? » « Tu te souviens ? » « Qu 'as tu mangé à midi ? »

Marie-Hélène témoigne :

Pour ma belle sœur ou pour mon amie, beaucoup de choses dont je parle n'existent plus, inutile d'insister, elles ne répondront pas. Alors à moi de créer une atmosphère apaisante , une entraide respectueuse ,tout en gardant humour et bienveillance.

Merci au CCAS et à France Alzheimer de m'avoir permis de mettre des mots sur ce que je ressentais afin de mieux faire face aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.



Pour Josiane,

Faire la formation d'aide aux aidants m'a permis de mieux comprendre la maladie et son évolution.

J'ai appris qu'une entrée en Ehpad se préparait (trop tard pour moi ma maman fugueuse a été placée très vite).

Je sais mieux comment me comporter avec elle selon ses troubles et son état du moment.

“ Mon regret est de ne pas avoir fait cette formation
quand maman était encore à son domicile... ”

Depuis le mardi 21 décembre la Halle a ouvert ses portes. Ce projet important pour la commune va permettre aux Reventinois d'accéder à de nombreux services.



Comptoir de campagne : Qu'est-ce que c'est ?

Interview réalisée auprès de Séverine, responsable du magasin et d'Audrey, vendeuse

Tout d'abord, pouvez-vous nous dire ce qu'est Comptoir de Campagne ?

L'entreprise Comptoir de Campagne a été créée en 2015 par Virginie Hils, à partir du constat qu'un village sur deux n'a plus de commerce.

Ses missions principales sont :

- Ramener des services de proximité au cœur des villages
- Développer l'économie locale et valoriser l'artisanat
- Renforcer le lien social.

Une dizaine de magasins sont déjà ouverts.



Que va-t-on trouver dans le magasin de Reventin-Vaugris ?

Le magasin offre 3 gammes différentes :

- De l'épicerie locale en provenance de producteurs en proximité
- De l'épicerie localisée en provenance de producteurs un peu plus éloignés (la région)
- Une gamme de dépannage composée de produits Casino.

Il y aura bien sûr de l'épicerie sèche mais aussi des fruits et légumes, de la charcuterie et de la viande, des produits laitiers.

Seront aussi proposés le pain et les pâtisseries du boulanger du village, Mr Fayard, qui va s'installer dans un fournil tout neuf.

Comptoir de campagne propose aussi des services comme les bouteilles de gaz, le pressing, les clefs, la Française des jeux, le journal, les photocopies...

A partir de mi-janvier, le magasin accueillera aussi les services de la poste.

On trouve également un petit espace pour boire un café, prendre un sandwich ou une tisane avec un petit gâteau !

Enfin, le magasin a aussi vocation à participer à l'animation du village avec des opérations de découverte des produits, des animations spécifiques, la participation aux fêtes diverses.



Quels seront les horaires d'ouverture ?

Une large amplitude d'ouverture est proposée :

- Du mardi au vendredi de 7h à 14h et de 16h à 19h30
- Le samedi de 7h à 19h30
- Le dimanche de 7h à 12h30

Les clients seront accueillis par 3 personnes : Séverine, la responsable du magasin et Audrey et Clarisse, les 2 vendeuses.

Pour information, ce projet a été entièrement réalisé par la municipalité qui a souhaité ainsi répondre aux besoins exprimés des Reventinois. Elle s'inscrit dans l'objectif de faire vivre le village et les liens sociaux, de renforcer l'économie locale.

HORAIRES D'OUVERTURE

-Du mardi au vendredi
de 7h à 14h et
de 16h à 19h30

-Le samedi de 7h à 19h30

-Le dimanche de 7h à
12h30

Un bâtiment
remarquable en matière
de consommation
d'énergie !

des murs en bois doublés de
paille, un chauffage qui utilise la
chaleur du four...

Déjà la Chandeleur qui pointe son nez avec son lot de crêpes gourmandes et pourquoi pas un ...

GÂTEAU DE CRÊPES SALÉES SAUMON AVOCAT

à servir en entrée ou découpé en cubes à l'apéritif

Ingédients

Préparation pour 6 à 8 personnes

- 7 crêpes (préparées à l'avance)
- 250 gr de fromage frais type St Môret
- 1 petit bouquet de ciboulette
- 2 avocats bien mûrs
- 3 cuillères à soupe de jus de citron
- sel, poivre
- paprika
- 200 gr de saumon fumé en tranches
- œufs de saumon pour la déco (facultatif)



Préparez la garniture

Dans un bol mélangez 200 gr de fromage frais, 2 pincées de sel, 3 tours de moulin de poivre, 1 cuillère à soupe de jus de citron et la ciboulette ciselée.

Dans un autre bol, écrasez les avocats avec 2 cuillères à soupe de jus de citron, 50 gr de fromage frais, 2 pincées de sel et 3 tours de moulin de poivre.

Dressez le gâteau de crêpes

- Etalez un morceau de film alimentaire sur une planche.
- Déposez une crêpe, tartinez-la de mélange de fromage frais.
- Déposez une 2ème crêpe et la recouvrir d'une couche de saumon fumé.
- Recouvrez d'une 3ème crêpe et tartinez de mélange à l'avocat.
- Renouvelez l'opération et terminez par une dernière crêpe.
- Rabattez le film alimentaire autour du gâteau et laissez prendre une nuit au réfrigérateur.
- Lorsque le gâteau a bien refroidi, parsemez-le d'œufs de saumon et d'un peu de paprika.

Si vous le servez à l'apéritif, découpez-le en petits cubes sinon en parts accompagnées de salade verte. Cette recette peut être faite avec des galettes de sarrasin.

Bon appétit !

Merci à cette lectrice de Colport'âge (ou lecteur ?) anonyme qui nous a transmis quelques poésies issues du « coin des poètes »
Nous avons choisi de vous partager la suivante, et nous vous encourageons à nous transmettre des textes que vous aimez et que nous pourrions publier pour le plaisir de tous.

LES FLEURS DE L'AMITIE

Si j'avais un jardin ?
J'en ferais un écriin
De pivoines et de roses
De tulipes et de mauves
Je n'ai plus de jardin
Et je suis orphelin
J'ai le cœur tout chagrin
Mais pour me consoler
J'ai la terre tout entière
Où poussent dans les sentiers
Les fleurs de l'amitié

MOTS-FLECHES

| | | | | | | | | | |
|-----------------------------|---|---------------------------|-----------------|-------------------|--|-------------------------------|---|---|---|
| GENDARME A L'AUBE | | CHAUDE DANS L'ARENE | | TEXTILE EDENTÉ | | LIMON | | À DISPOSI- TION DE L'ARMÉE JEU | |
| ↳ | | ↓ | | ↓ | | | | ↓ | |
| LIVRE PESANT D'OR | ← | | | | | MESSAGE RADIO DIPLOME | → | | |
| ↳ | | | | | | ↓ | | | |
| PAPE INNOCENT GÉNÉ | ← | | | | | IDIOT METTRE DE L'YODE | ← | | |
| ↳ | | | | | | ↓ | | | |
| | | | | | | | | RICHESSSE DIVAGUER | → |
| | | | | | | | | ↓ | |
| HÉROS BIBLIQUE SOLDAT | ← | | | FAUTE DE BALLE | | SOUVERAIN TROIS SUISSES | ← | | |
| ↳ | | | | ↓ | | ↓ | | | |
| | | FIN DU JOUR | LIVRES RÈGLE | ← | | | | | |
| | | ↓ | ↓ | | | | | | |
| DÉCISION DE JUSTICE | | | | | | | | ELLE CONNAIT LA MUSIQUE | ← |
| ↳ | | | | | | | | ↓ | |
| | | | | | | VIVES EAUX | ← | | |

**Quelques dates à noter et à retenir pour 2022
sous réserve de l'évolution des conditions sanitaires**

**Vos prochains
rendez-vous à ne
pas manquer !**

Papot'âge

les mercredis :

9 février

9 mars

11 mai

8 juin

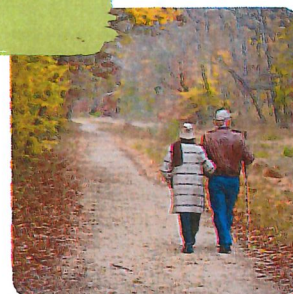
Promen'âge

les lundis :

7 février

21 mars

11 avril



Cafés mémoires

les lundis :

14 février

14 mars

11 avril

Balad'âge

les mardis :

25 janvier

8 février

22 février

8 mars

22 mars

Repas des chasseurs

Vendredi 29 avril

Et tous les jeudis après-midi

rendez-vous à la SAR à partir de 14h30
pour le Club des aînés du club Léo
Lagrange

MENTIONS LEGALES

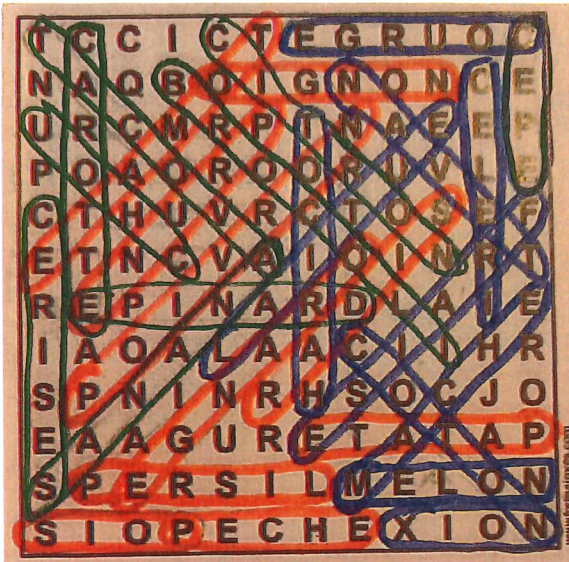
Colport'âge est un document de la commune de Reventin-Vaugris conçu et réalisé par des membres du CCAS.

Directrice de la publication : Edith Ruchon, vice-présidente du CCAS

Rédaction : CCAS de Reventin-Vaugris.

Colport'âge est imprimé par nos soins à 250 exemplaires.

MOTS-MELES



ANAGRAMME

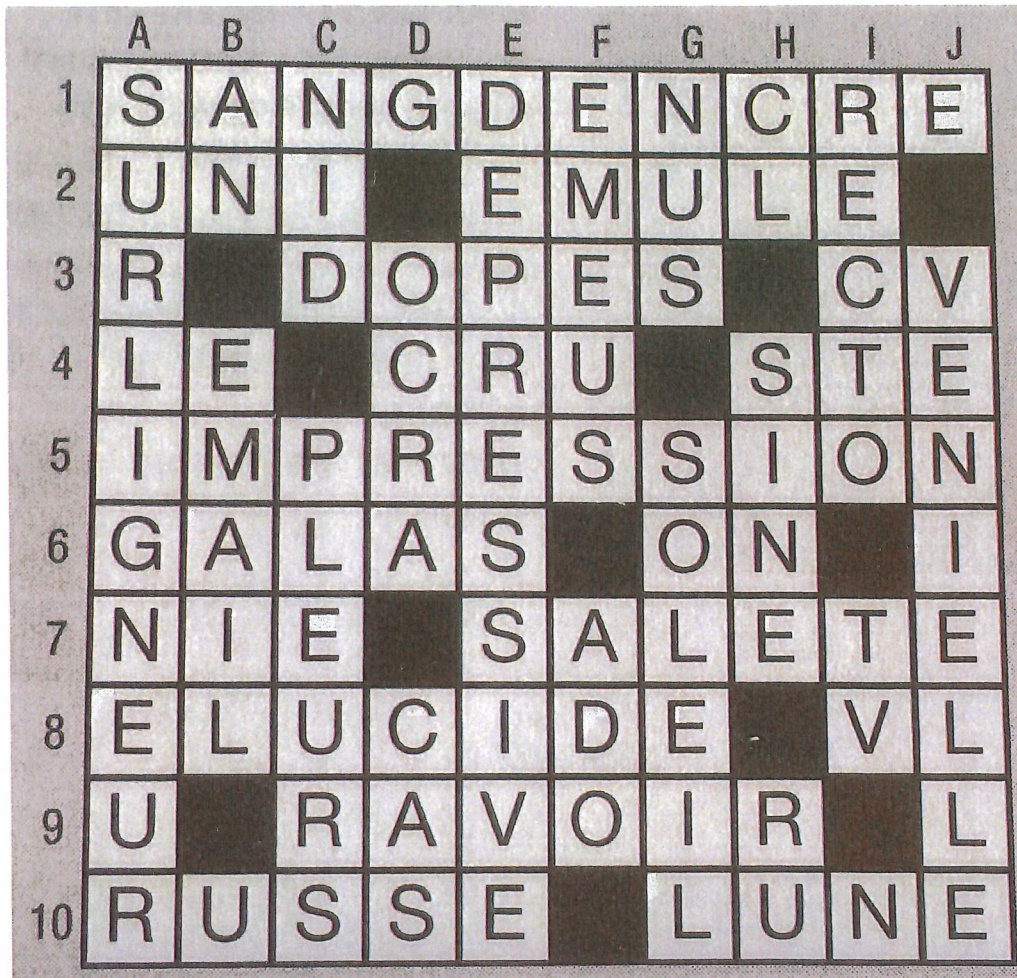
- ETRIPERENT = INTERPRETE
- OSCARISANT = SACROSAINTE
- RESISTANCE = SCENARISTE
- DOMINATEUR = MOUDRAIENT
- CASE DEPART = TRACE DE PAS
- REALISABLES = LABELISERAS
- RECONSTRUIRE = RESURRECTION
- SA BEAUTE BRILLE = ISABELLE
- AUBRET
- FAISCEAU DE FLEURS = FRAUDEUSE
- FISCALE

SUDOKU

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 4 | 5 | 2 | 9 | 8 | 7 | 6 | 1 | 3 |
| 9 | 3 | 8 | 6 | 2 | 1 | 4 | 5 | 7 |
| 7 | 1 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 8 | 9 |
| 2 | 8 | 7 | 4 | 1 | 5 | 3 | 9 | 6 |
| 6 | 4 | 5 | 3 | 9 | 2 | 1 | 7 | 8 |
| 1 | 9 | 3 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 2 |
| 3 | 6 | 4 | 7 | 5 | 9 | 8 | 2 | 1 |
| 5 | 7 | 1 | 2 | 6 | 8 | 9 | 3 | 4 |
| 8 | 2 | 9 | 1 | 3 | 4 | 7 | 6 | 5 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 7 | 1 | 5 | 2 | 4 | 9 | 8 | 6 |
| 6 | 4 | 2 | 3 | 8 | 9 | 7 | 5 | 1 |
| 8 | 5 | 9 | 6 | 7 | 1 | 3 | 4 | 2 |
| 1 | 8 | 7 | 4 | 9 | 2 | 5 | 6 | 3 |
| 4 | 6 | 3 | 1 | 5 | 7 | 2 | 9 | 8 |
| 9 | 2 | 5 | 8 | 6 | 3 | 1 | 7 | 4 |
| 7 | 1 | 4 | 9 | 3 | 8 | 6 | 2 | 5 |
| 5 | 9 | 8 | 2 | 1 | 6 | 4 | 3 | 7 |
| 2 | 3 | 6 | 7 | 4 | 5 | 8 | 1 | 9 |

MOTS-CROISES



OÙ SE TROUVE CE SITE ?

Bravo !

Il s'agit bien des
contreforts du
château de la
Conche