



**Au printemps, les asperges évidemment !**

*Froides, en vinaigrette ou avec une mayonnaise maison.*

Les laver à l'eau claire pour enlever le sable,

Bien les éplucher

Les mettre dans l'eau bouillante salée,

Tester la cuisson avec la pointe d'un couteau ou en goûtant.

Les laisser égoutter si possible une nuit

**Omelette d'asperges**

Les laver puis les couper en petits morceaux,

Les cuire à feu doux, dans une poêle avec un peu d'huile,

Assaisonner avec du sel et du poivre

Battre les œufs dans un saladier et verser dans la poêle seulement quand les asperges sont cuites.



**Quiz de l'été spécial Tour de France**

1. En quelle année a eu lieu le 1<sup>er</sup> tour de France ?

- a. 1878
- b. 1903
- c. 1947

2. Combien de tours de France Lance Armstrong a-t-il remporté ?

- a. 3
- b. 5
- c. 7

3. Quelle est la couleur du maillot du meilleur sprinter ?

- a. Maillot à pois
- b. Maillot vert
- c. Maillot rouge

4. Comment est surnommé le Tour de France ?

- a. La petite reine
- b. Le tour étape
- c. La grande boucle

5. Parmi ces cyclistes lequel n'a pas remporté le tour de France ?

- a. Bernard Thévenet
- b. Raymond Poulidor
- c. Laurent Fignon



Réponses : 1b ; 2c ; 3b ; 4c ; 5b

# La Gazette de La MARTINIÈRE



**Merci à tous les résidents ayant participé à l'écriture de ce journal. Mr Barsalère, Mr Bolivar, Mme Camy, Mme Duces, Mme Elissondo, Mme Etcheparre, Mme Fernandes, Mme Gilly, Mme**

## Evènements passés



**Jardinage** : Malheureusement le printemps a été pluvieux, les ateliers jardinage furent rares, mais tout est à présent planté et les fleurs sont belles ! Reste à voir si le potager va donner malgré les chevreuils qui ont mangé les feuilles des piments et les tomates qui ont souffert à cause de la météo.

**Pâques avec les tout petits St Martinois et leurs Nounous.**

**Election des représentants au conseil de vie sociale (CVS) en Mai :**

**Représentantes du personnel** : Mme Darremont et Mme Nartowski



**Représentants des familles** : Mme Climent et Mr Lafourcade

**Représentants des résidents** : Mr Jean (UDAF des Landes) ainsi qu'un ou deux résidents invités pour les réunions.

**Décoration des tables pour la fête des mères et la fête des pères.**

**Commission Menu** en mai : validation des menus d'été (5 semaines) en présence de l'équipe cuisine, de la directrice, de l'infirmière coordinatrice et de deux résidents invités, Mme Verchère et Mme Jugie

**Fête de la musique sur 2 jours :**

**21 juin : La chorale des visiteurs du seignanx**

**22 juin** : Comme à leur habitude *les collégiens Saint Martinois* sont venus chanter à la chapelle. Mais cette année, le record est battu car ils étaient 70. Merci à eux pour ce pur moment de bonheur.

**Le grand salon devenu salle à manger temporairement**, car les intempéries de juin ont provoqué des dommages au niveau du plafond de la salle à manger et un dégât des eaux.

Plus d'espace, une belle vue que demander de plus !

**Lafargue, Mme Lafourcade, Mme Lahouze, Mr Larrouquère, Mme Lartigau, Mme Tauzin, Mme Verchère, Mme Vergoz.**

**Un dernier STOP et puis s'en va !**

Le dernier télégramme français a été envoyé le lundi 30 avril 2018 à 23h59.

Le service, géré par France Télécom puis Orange, avait été créé en 1879, soit 139 ans d'existence.

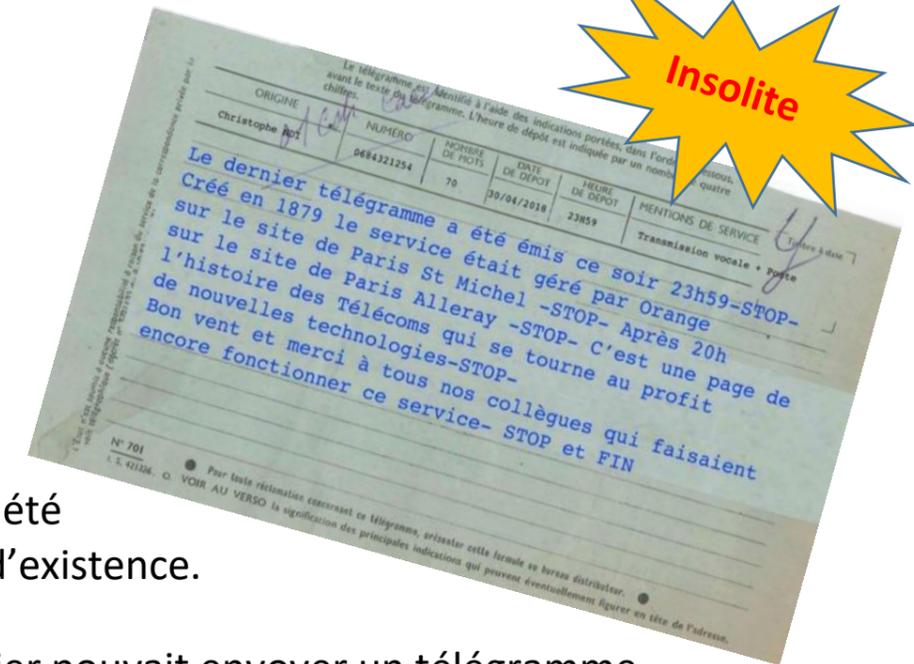
Rappelons qu'un particulier pouvait envoyer un télégramme en composant le 36 55, où un opérateur s'occupait de taper le message et de le transmettre à son destinataire par La Poste ou par téléphone, comme on peut le voir dans un sketch célèbre d'Yves Montand.

En perte de vitesse, le télégramme a peu à peu été remplacé par les SMS des téléphones portables, puis avec l'arrivée d'internet par les mails et les réseaux sociaux. 900 000 télégrammes ont été envoyés en 2005 et 30 000 en 2017, laissant la place aux nouvelles technologies.

De nos jours, cette messagerie était principalement utilisée par des professionnels comme des entreprises de transport, des agences immobilières, des tribunaux et seulement par quelques particuliers pour certains événements (naissances, décès...).

Un salarié d'Orange, Christophe NDI, a illustré cet adieu par un montage d'un faux télégramme.

Au total, une quarantaine de personnes faisaient encore tourner le service chez orange, tout en ayant d'autres activités.



## Un temps pour soi...



Le soleil a enfin fait son retour après des mois pluvieux et maussades. Depuis quelques jours nous profitons à nouveau du parc et des balcons. En prévision des fortes chaleurs il est bon de se remettre en mémoire quelques consignes.

**Penser à boire** à intervalles réguliers tout au long de la journée (même si vous n'avez pas la sensation d'avoir soif)

**Manger** suffisamment

**Eviter** la consommation d'alcool

Eviter les efforts physiques

Passer du temps dans **une pièce rafraîchie**, par exemple la salle d'animation climatisée

**Maintenir sa chambre au frais** en fermant volets et fenêtres la journée et en aérant dès que la température extérieure le permet.

Différentes affiches rappelant ces consignes ont été installées dans l'établissement. N'hésitez pas à demander conseils auprès du personnel.

Bel été ensoleillé !!



## Evènements à venir

**Sorties marches** : Dès que le temps le permettra les sorties « marche » reprendront (front de mer, tour de lacs, marais d'Orx, ferme D'Arremont...).

**Jeudi 12 Juillet** : Repas Féria en rouge et blanc.



**Jeudi 19 Juillet** : Repas champêtre à l'Hélio Marin de Labenne

**Jeudi 2 Août** : Réunion du CVS

**Mardi 7 Août** : Repas des familles animé par le Duo sans frontière

**Les fêtes de St Martin :**

17-21 Août

Repas du Lundi soir animé par la Banda Bonga.



Chapeau, casquette, béret...sortez protégé !

## Découverte de nouvelles activités avec Corinne

### *Les ateliers cosmétiques*

Consistent à confectionner des savons, des crèmes pour le visage, pour le corps... totalement naturels. Ces cosmétiques, dont une gamme sera créée, seront mis à la vente. L'argent récolté permettra de réassortir les denrées nécessaires à d'autres confections ainsi qu'à l'organisation d'autres animations.

En Algérie, il y avait un arbre « le sapindus » ; il avait des fruits comme des coques, qui mises dans l'eau chaude, donnaient une eau légèrement savonneuse. On s'en servait pour faire la vaisselle et laver le petit linge » Mme Gilly

« On en faisait des savons pendant la guerre. Ils ne sentaient pas ça. On avait les tickets de rationnement pour avoir des savons. » Mme Duces

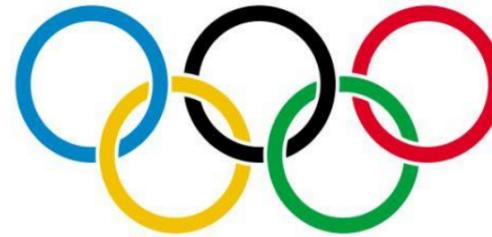
### *Les ateliers sensoriels*

Consistent en la proposition de différentes expériences sensorielles au travers de différents supports.

« Il y avait une boîte avec des trous où l'on passait les mains. Les yeux bandés, on devait sortir un objet et on devait l'analyser. On devait raconter ce que l'on ressentait, ce que cet objet nous inspirait et ce que cela nous rappelait. »  
Mme Elissondo

« J'ai senti des odeurs, je ne m'en rappelais pas. Il y avait des acides, des bonnes et des mauvaises. J'ai bien apprécié cet atelier. » Mr Bolivar

« Ce que j'ai retenu ce sont les odeurs dans les pots. L'odeur de lavande, de fleur d'oranger, du citron. Nos grands-mères et nos mères utilisaient ces odeurs. Ça me rappelle de bons souvenirs. »



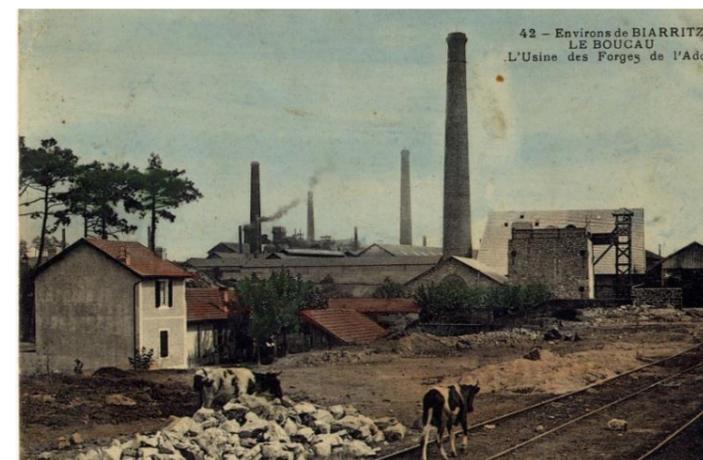
**Olympiades** : Inter-EHPAD sur plusieurs manches. (dates à définir)  
*La tête, les muscles et la casserole !*

### Un Résident, une histoire

**Mr Barsalère nous raconte...**

#### **Les Forges de l'Adour et la Reconversion**

Les Forges de l'Adour, usine sidérurgique située à l'embouchure de l'Adour sur Tarnos et Boucau fut constituée aux environs de 1880 pour les besoins de la Défense Nationale, la sidérurgie du nord et de l'est étant constamment en difficulté suite aux différents conflits avec l'Allemagne.



La venue de cette usine occupant environ 1500 à 2000 personnes apporta à toute la région une montée sensible du standard de vie. Quatre hauts fourneaux, l'aciérie, les laminoirs, les tours à Coke, le port, l'entretien, les bureaux constituaient les parties essentielles de cette entreprise.

La fermeture des Forges en 1965 fut une rude épreuve pour la région.

## Un hommage en chanson

Comme chaque année en cette période, nous avons ouvert nos portes à la chorale des « visiteurs du Seignanx » pour fêter la venue de l'été. En ce 21 juin, jour de la fête de la musique, la chapelle était pleine de résidents, de visiteurs et de joie, car tous ceux qui désiraient rendre hommage à l'abbé Dubourdieu s'y sont retrouvés le temps de partager cette musique qu'il aimait tant.



Ce n'est pas sans mal que ces hommes ont réalisé leur tour de chant. Tout d'abord ce fût le piano qui ne voulut pas fonctionner mais pleine de volonté la pianiste ramena son synthétiseur puis le disjoncteur entra en scène et imposa un bref entracte. Pour finir, le projecteur fit une pause avant que tout rentre dans l'ordre. Mais ces péripéties n'ont en rien altéré la bonne humeur et le plaisir de tous.



Je finis donc en remerciant  
tout simplement  
*les visiteurs du Seignanx.*

La reconversion avec la venue de TURBOMECA et des usines chimiques SOCADOUR et SATEC fut une réussite apportant une augmentation sensible du niveau de vie de la région.

Aujourd'hui SOCADOUR a disparu, SATEC continue, mais c'est TURBOMECA qui en expansion constitue l'espoir et l'avenir de notre secteur.



## Un défilé de mode à La Martinière

En ce mardi 5 juin certains de nos résidents se sont découverts une vocation tardive : le mannequinat

Avec l'aide du « papillon bleu » (vendeur de vêtements) un défilé de mode a pu être organisé au grand salon.

Des résidents volontaires ont défilé afin de présenter à tous une sélection de tenues disponibles ensuite à la vente.

Chacun s'accorde pour dire que cette première fut un véritable succès porté par l'enthousiasme de nos mannequins d'un jour.





Atelier Equilibre



Mélimélo de photos



Nous sommes donc tous dans l'attente du défilé automne hiver.



Ça travaille !!!



Ou pas...





Défilé



En route pour le théâtre



