

Li p'tit racotais



Le journal de la Résidence CHC Racour

EDITION AVRIL 2022

Ce journal est le fruit de la collaboration entre résidents. Le jeudi, des pensionnaires se réunissent, discutent entre eux et rédigent les articles qui vont paraître.

Chaque personne a un rôle et apporte ses idées.



Ce journal est réalisé par

Mme J. L [REDACTED]

Mme C. D [REDACTED]

M G. D [REDACTED]

M J. W [REDACTED]

Bonne lecture

Sommaire

1. La raclette
2. L'activité Fort Boyard
3. Le carnaval
4. La Saint-Joseph
5. Interview de Mr Lénaerts
6. Interview de Carole
7. Interview de Corina et présentation de la Roumanie
8. Présentation de notre artiste
9. La recette : la couque Suisse
10. Les potins



La Raclette

Le mardi 15 février, nous étions tous conviés à un repas festif. C'est la surprise à notre entrée dans cette salle décorée qui nous a plongés directement dans une ambiance de chalet montagnard. Le personnel nous a accueillis en tenue typique ajoutant du dépaysement.



Le repas a commencé par un potage suivi d'un toast champignons fraîchement préparé. Le directeur a chauffé l'ambiance en nous servant un bon verre de vin.



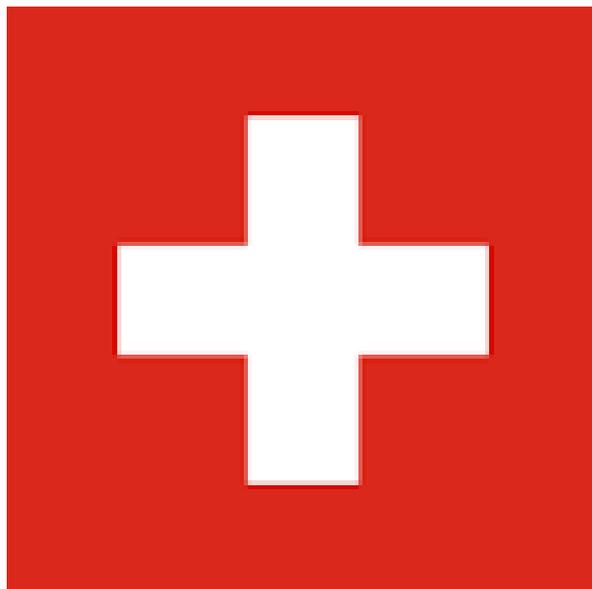
Pour le plat principal, rien ne manquait au goût de la vrai raclette : les cornichons, les pommes de terre en chemise, le boudin, les petits oignons, le jambon sec. Une belle assiette qui n'attendait plus que la coulée du fromage servi sous nos yeux par nos 2 cuisiniers.



**Connaissez-vous l'origine de la raclette ? Nos journalistes ont enquêté.
La raclette en Suisse est une recette de cuisine traditionnelle et emblématique de la cuisine Suisse. Variante des fondues au fromage, elle consiste à faire fondre du raclette et à le racler au fur et à mesure qu'il fond. Elle est**

traditionnellement servie avec des pommes de terre en robe des champs et accompagnée de légumes au vinaigre (cornichons, oignons).

Ici nous avons donc eu droit à la raclette traditionnelle. A refaire !!



Fort Boyard

Toujours plus loin, toujours plus haut, toujours plus fort !
Cette devise a résonné ce 22 février 2022 au sein de
notre résidence.

Curieux et prudents, nos pensionnaires ont rejoint le Père
Fouras et ses gardiens du fort dans une ambiance
déroutante... C'est avec inquiétude que les 4 équipes ont
commencé les épreuves machiavéliques.

Le jeu se déroulait en 3 phases :

1^{re} phase : récupération d'indices

Pour ce faire, il y avait 4 épreuves et une énigme

1^{re} épreuve : ils devaient retrouver les
clés aux cadenas correspondants grâce à
un calcul complexe dont un seul cachait
l'indice.



2^e épreuve : un indice était dissimulé dans un ballon. Grâce à 6 fléchettes par équipe, ils devaient crever le ballon contenant l'indice.



3^e épreuve : il y avait 6 gobelets retournés et mélangés sur la table, il fallait retrouver le pot qui cachait l'indice.

4^e épreuve : la plus terrifiante ! 5 Seaux semblaient contenir des yeux, des mygales, des poules mortes, des vers de terre et du sang.



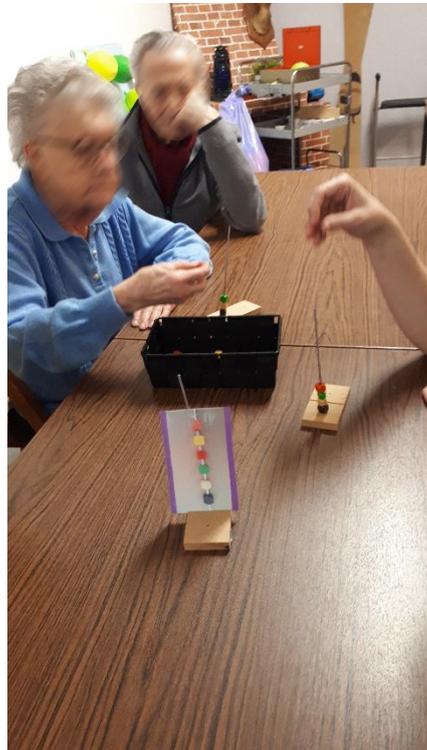
Au grand désarroi des résidents, l'indice était dissimulé dans un des seaux. La sensation des textures était vraiment recréée et provoquait même de la peur et une certaine appréhension...



L'énigme du Père Fouras était : Morceau de pain très bon marché. C'est une faible quantité. On peut la servir à la reine, pour n'en faire qu'une...

2^e phase : gagner du temps

Les résidents devaient affronter les Maîtres du Temps avec des jeux pour gagner des minutes dans la salle des trésors.



3^e phase : trouver et reconstituer le mot mystère grâce aux indices et au temps récupéré.



Pour terminer la journée, nos pensionnaires ont dégusté une tarte aux riz bien méritée.

Cette activité divertissante et amusante sollicite également : le physique (la dextérité, l'adresse, l'équilibre, les préhensions...), le cognitif (la mémoire, la parole, la logique, la réflexion,...) et le social (l'entraide, l'encouragement des autres, les discussions...)

Petit jeu pour les lecteurs :

Les indices étaient : Angleterre, Abeille, Roi, Couronne, et la réponse à l'énigme.

A vous de jouer pour trouver le mot mystère !!



Le Carnaval

Au mois de mars, nous avons accueilli et accompagné 2 stagiaires éducateurs, Kilian et Jeanne avec qui avons préparé l'activité carnaval.

Pour commencer, nous avons préparé le déguisement des résidents en confectionnant des cravates décorées pour les hommes et de belles fleurs en papier de soie pour les femmes. Ensuite, notre tâche était la préparation de la salle. Pour cela, nous avons peint de très grands masques bien spectaculaires.



Le jour J, en rentrant dans la salle, nous étions tout de suite dans l'ambiance du carnaval avec de la musique gaie quand tout à coup un personnage moitié clown moitié

Blanche-Neige a jailli avec souplesse pour nous faire danser, chanter, rigoler.



Nos animatrices avaient créé un bar avec de la sangria, de la bière, du jus... et nous avons aussi eu droit à un morceau de charlotte aux fruits rouges préparée la veille par nos résidents. Tout en le dégustant, nous avons répondu à un quizz sur les traditions carnavalesques.



**Très belle
après-midi
divertissante !!**

L'interview de Mr. Lénaerts par

Mme D [REDACTED]

Article coécrit avec Mme D [REDACTED]



Monsieur Lénaerts a pris sa fonction de directeur le 1^{er} avril 1992. Auparavant, les religieuses de la congrégation de Saint-Joseph dirigeaient la maison de repos depuis 1949. Suite à un changement de législation dans les années 90, elles ont dû faire appel à un directeur laïc. Lorsqu'il est arrivé, il a senti l'étonnement de certains car il n'avait que 33 ans ! Les personnes s'attendaient à quelqu'un de plus âgé. Monsieur Lénaerts a une formation d'infirmier et un master en science hospitalière avec l'option gérontologie ce qui lui permettait d'accéder à la

profession de directeur de maison de repos. Il a commencé sa carrière comme infirmier à l'hôpital Joseph Wauters à Waremmes avant d'être responsable du service en imagerie médicale. Cette voie ne lui permettant pas d'exploiter ses compétences, il décida de répondre à l'annonce de la congrégation qui cherchait un directeur pour la maison de repos Saint-Joseph de Racour. Les tâches du directeur sont nombreuses et variées, gestion administrative, gestion du personnel, contact avec les familles, les résidents... Il doit s'informer régulièrement sur les nouvelles normes auprès des organismes dont dépend l'institution comme l'AVIQ...

La résidence fait partie du groupe santé CHC qui comprend 8 résidences, une crèche, 4 hôpitaux. Certains services comme le service achat, sécurité, technique... sont communs et sont gérés depuis le siège administratif du Montlégia. C'est pour cela qu'il se rend 2 à 3 fois par mois à Liège pour assister à des réunions.

Pour être un « bon » directeur, plusieurs qualités sont requises, il faut être très flexible, savoir résister au stress, être empathique, rigoureux, savoir gérer les conflits, et être capable de mettre des priorités. Être un bon chef d'orchestre, c'est ce qui résume la tâche du directeur.

Monsieur Lénaerts est passionné par son rôle qui est très diversifié. Chaque journée est différente et il apprécie les multiples contacts.

Il a 4 enfants et habite à 18 km, ce qui lui permet d'être rapidement présent à son travail.

Sa grande passion est la course à pieds ce qui lui permet d'évacuer son stress. Il fait partie d'un groupe de coureurs à Waremmes avec lequel il participe à des courses en Belgique et à l'étranger comme il y a quelques semaines à Malte pour un semi-marathon.

Il possède également une formation de microbrasseur ce qui lui permet de brasser ses propres bières.

Dans l'avenir, il rêve de pouvoir voyager pour découvrir d'autres cultures, d'autres civilisations.

L'interview de Carole par nos journalistes

Article écrit par Mr W



Carole est née à Hannut, il y a 35 ans. Petite elle était proche de sa grand-mère. Enfant, son rêve était d'aller aux Jeux Olympiques et d'y recevoir une médaille d'or. On verra que toute sa vie va être consacrée au sport, l'athlétisme est sa plus grande passion mais elle pratique aussi la natation et le kinball. Elle a même eu l'occasion de participer à la coupe du monde des clubs de kinball en Slovaquie en 2018. Elle aime aussi pratiquer la marche en famille. Carole possède une grande ludothèque et est toujours partante pour une soirée jeux de société entre amis. Carole a d'autres dons : le dessin et la musique. Elle faisait partie de l'Harmonie de Landen comme flûtiste. Elle a dû arrêter à la naissance de sa fille Louise mais elle espère recommencer.

Elle a eu une excellente éducation : son père était instituteur au collège de Hannut et sa maman était chocolatière à la boulangerie chez Roppe. Elle est la plus jeune d'une fratrie de 4 enfants.

Elle n'était pas littéraire mais une matheuse et scientifique. Elle aurait aimé être professeur d'éducation physique mais plusieurs blessures l'ont découragée. Lors d'une information à l'école secondaire, elle a découvert le métier d'ergothérapeute. Elle fit ses études d'ergothérapie à Liège et obtient ensuite une spécialisation en gériatrie. Elle travaille à la maison de repos depuis la fin de ses études en 2008.

C'est pendant ses études qu'elle fit la plus belle rencontre de sa vie, son mari. Ils ont 3 enfants : Aurélien, 10 ans ; Lionel, 8 ans et Louise 6 ans. Ils habitent Racour depuis 2010. Carole a inculqué les valeurs du sport à ses enfants.

La petite anecdote de Carole : petite, quand elle quittait l'académie de musique, un monsieur moustachu qui était le papa d'un compagnon de musique, attendait dans sa voiture, elle en avait très peur et elle attendait toujours qu'il soit parti pour sortir de la classe. Quand elle s'est présentée au CHC, qu'elle ne fut pas son étonnement en constatant que ce monsieur allait devenir son directeur ! Fort heureusement pour elle, maintenant elle n'a plus peur des moustachus et la collaboration se passe très bien !

L'interview de Corina

par Mr D [REDACTED]



Corina est née en Roumanie dans une magnifique ville appelée Satu-Mare ce qui signifie Grand-Village. Cette ville est située au Nord-ouest de la Roumanie, à la frontière hongroise. Elle a rencontré son mari et fondent une famille. Ils ont 2 filles, Maya âgée de 16 ans et Riana qui a 15 ans. Lorsqu'elle vivait en Roumanie, elle tenait une petite boulangerie. En novembre 2010, elle décide de rejoindre son mari venu en Belgique en visite chez sa sœur. Dès qu'elle reçut ses papiers, elle commence à travailler comme aide-ménagère mais en 2015 elle eut envie de changement et décide alors de commencer des études d'aide-soignante. À la suite de ses études, elle fut directement engagée dans notre

maison de repos. Mais elle souhaite encore évoluer et hésite de reprendre des études d'infirmière. Elle aime tout dans son boulot mais plus particulièrement le sourire sur le visage des résidents. Corina est en train de vivre son rêve d'enfance qui était de travailler dans un milieu de soins, c'est certainement pour cela qu'elle est si dévouée pour les pensionnaires !

Après plusieurs déménagements, elle a élu domicile avec sa famille à Waasmont. Pour se détendre, elle apprécie écouter de la musique et aussi s'occuper de ses 2 chiens, son chat et son grand étang dans lequel il y a plus de 40 koïs. Son autre rêve est de découvrir le monde en voyageant. Elle retourne 2 fois par an dans son pays natal où maintenant toute sa famille y vit. Son projet est de retourner définitivement en Roumanie mais cette idée est encore en réflexion.

Lors de son interview, Corina a beaucoup parlé de son pays qu'elle apprécie tant. Nous avons donc décidé de vous parler en quelques lignes de la Roumanie car nous avons d'autres collaborateurs qui proviennent de ce pays comme Ana notre secrétaire et Florica, aide-soignante.

La Roumanie est un pays d'Europe de l'Est qui a pour frontière la Hongrie, la Serbie, la Bulgarie, la Moldavie et l'Ukraine. Elle est bordée par la Mer Noire. La Capitale est Bucarest. La Roumanie est connue pour sa région forestière de la Transylvanie, entourée par les montagnes des Carpates. Le pays compte de nombreux

châteaux et églises fortifiés comme le château de Bran lié à la légende de Dracula.



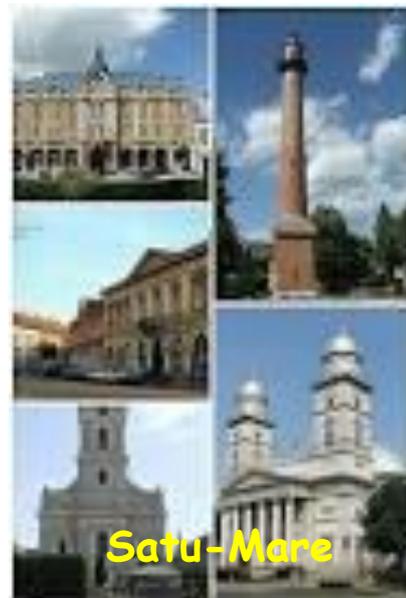
La langue officielle est le roumain mais la plus part de la population parle le hongrois. Dans leurs cursus scolaires les langues sont très importantes notamment le français et l'anglais. La religion a une grande place dans leur culture d'ailleurs 80% des roumains pratiquent la religion orthodoxe.

Chaque région de la Roumanie a ses propres traditions mais si vous avez la chance d'y aller, il faut visiter Maramures qui est une magnifique région qui a gardé ses traditions et qui est connue pour ses broderies. Beaucoup d'habitants de petits villages portent encore des vêtements traditionnels.



La fête de Noël est très importante, si vous passez un Noël dans une famille roumaine vous aurez droit à une grande fête avec des plats traditionnels comme le mici, le caviar d'aubergine, les sarmale...

Si vous souhaitez vous rendre en Roumanie, il est conseillé de prendre l'avion.



Notre artiste

Une artiste nous a offert une de ses œuvres. Son tableau est exposé au salon du 1^e étage. Cette artiste est une de nos pensionnaires, madame F█████ Marcelle. Madame a vécu dans le sud de la France et est arrivée en Belgique en octobre 2021 pour se rapprocher de son fils.



Elle a toujours apprécié la décoration de maison et est souvent sollicitée par des connaissances pour embellir leur demeure. Sa passion pour la peinture est arrivée à 46 ans. Elle est autodidacte et lorsqu'elle se met à peindre, elle utilise seulement son pinceau et son imagination. Elle n'utilise aucun modèle mais dans ses toiles il y a toujours une femme représentée.

Elle a eu l'occasion d'exposer ses tableaux au bord de mer de Villefranche-sur-Mer. Le maire de cette ville ainsi que plusieurs autres personnes lui ont acheté ses œuvres.

Si vous rencontrez un tableau signé T█████, c'est que cette peinture a été réalisée par Mme F█████, T█████ étant son nom d'épouse.

La recette

Les couques Suisse de chez Roppe

La boulangerie Roppe était un établissement renommé de Hannut où de nombreux hannutois s'y rendaient jusqu'en 1978.

Préparation de la crème pâtissière :

- Faites chauffer 1,2L de lait avec 220gr de sucre.
- Mélangez 150gr de pudding avec 300 ml de lait froid, bien délayer puis ajouter 3 œufs.



- Quand le lait bout ajoutez le mélange de pudding et laissez cuire 1min tout en mélangeant. Laissez refroidir.

Préparation de la pâte (base d'une pâte à tarte) :

1kg de farine

300gr de beurre mou

20gr de sel

400ml d'eau

60gr de sucre

2 paquets (84gr) de levure fraîche

2 œufs (facultatifs)

Pour la farce des couques : -des raisins secs

-de la crème pâtissière

-Emiettez la levure dans l'eau chaude et laissez lever un peu.



-Mettez la farine dans le bol du robot et formez un puits. Ajoutez au centre du puits le sucre, les œufs et l'eau avec la levure.



-Mélangez le tout avec le crochet du robot et ajoutez le sel. Mélangez jusqu'à obtention d'une pâte homogène.

-Divisez la pâte en 4 pâtons. Mettez les pâtons sous un essuie et laissez lever 15 à 20 min.



-Abaissez les pâtons avec le rouleau à pâtisserie en formant un rectangle.



**-Étalez le pudding rebattu sur les 2/3 du rectangle.
Parsemez de raisins secs.**



**-Pliez la pâte en 3 en
commençant par le bord sans
crème.**



-Coupez les couques à 3 doigts.



- Dorez les couques avec du jaune d'œuf.
- Enfournez à 180°C pendant 20 à 25 min.

Variante pour ceux qui n'aiment pas les raisins secs, vous pouvez les remplacer par des pépites de chocolat résistant à la cuisson.



Nos pensionnaires ont dégusté avec plaisir les délicieuses couques Suisse lors de l'activité de l'après-midi.

Recette testée et approuvée,

Bon appétit

Les Potins

-Notre infirmière en chef Joëlle est mamy depuis le 21 décembre. Sa petite fille s'appelle Adriana et Joëlle la comble de câlins...

-Marie, notre infirmière est devenue maman d'un petit Lilian en janvier. Sa grande sœur Marissa prend bien soins de lui et Marie sera très vite de retour...

Nous Souhaitons la bienvenue aux nouveaux bambins...



-Depuis le 13 avril, des Ukrainiens sont accueillis dans notre village. Ils sont logés dans l'ancien bâtiment des sœurs en bas de l'allée de la maison de repos. La résidence a participé pour l'emménagement en leur apportant des meubles, du linge de lit, de la vaisselle... Nous leurs souhaitons la bienvenue et du courage dans ses moments difficiles.



**Je me suis réveillé ce matin, j'ai levé les
bras et crac !**

J'ai plié les genoux, et crac !

J'ai tourné le cou, et crac !

**Alors, j'en suis venu à la conclusion
suivante :**

Plus on est vieux, plus on est craquant !

