

# POULEDER TIMES

**VOTRE « PRESQUE » TRIMESTRIEL REALISE PAR ET POUR LES RESIDENTS  
DE LA PENSION DE FAMILLE POULEDER DE BREST**

## Horoscope

ECRIT PAR JEAN DU REZ DE CHAUSSEE ET  
MARC

**Bélier :** Arrête de foncer, tu vas finir par te faire mal.

**Taureau :** Tu vas te calmer ou je te prends par les cornes.

**Gémeau :** Arrête de voir double.

**Cancer :** Arrête de marcher en crabe.

**Lion :** Tu vas la fermer ta grande gueule.

**Vierge :** Retrouve tes origines et n'oublie pas ta première traversée.

**Balance :** Cou-ci, cou-ca, fait le poids mort

**Scorpion :** Pique à droite et à gauche mais vise le centre.

**Sagittaire :** Tends ton arc et fais ta route.

**Capricorne :** Quatre cornes, n'en garde qu'une et ce sera ta licorne.

**Verseau :** Litaire ne prend pas les gens pour des cruches.

**Poissons :** Ce n'est pas parce que je m'appelle comme ça que je vais mordre à l'hameçon.

## BIENVENU à Patrick

Bonjour et bienvenu à Patrick, notre nouveau résident.  
Nous espérons qu'il se plait bien parmi nous !

## Les câlinous sont parmi nous

RECHERCHE, ECRIT ET INTERVIEW PAR AGNES ET MARTINE

Depuis la rentrée, nous avons une fois tous les 15 jours, Geneviève et ses deux chiens Loumé et Bobby qui viennent à la pension de famille.



Pour mieux comprendre ce que c'est la médiation animale, voici quelques définitions trouvées sur internet :

- Selon la Fondation Adrienne et Pierre Sommer, dédiée à la relation homme-animal, la médiation animale est la recherche des interactions positives issues de la mise en relation intentionnelle Homme-Animal dans le domaine éducatif, social, thérapeutique et de la recherche.
- L'objectif principal de la médiation animale est de prendre en compte les effets bénéfiques procurés par la relation humain/animal dans le but d'apporter un mieux-être à l'humain. (crea-animal.fr)
- La médiation animale est une relation d'aide à visée préventive ou thérapeutique dans laquelle un professionnel qualifié, également concerné par les humains et les animaux, introduit un animal d'accordage (ajustement des comportements, des émotions, des affects et des rythmes d'actions) auprès d'un bénéficiaire. Cette relation, au moins triangulaire, vise la compréhension et la recherche des interactions accordées dans un cadre défini au sein d'un projet. La médiation animale est donc un domaine en soi, celui des interactions Homme-Animal, au bénéfice des deux (chacun apporte ses ressources à l'autre). (Résilience et al. 18 octobre 2014.)



## Interview Geneviève LA GRANGE, intervenante en médiation animale avec Bobby.

Dans la salle d'activité, nous interviewons Geneviève. Martine est allongée sur le canapé avec Bobby, un joli Cavalier King Charles.



### Comment vous êtes arrivé à faire ce métier ?

Oulalala, alors, plein de choses, j'ai toujours aimé les animaux et du coup avec mon travail de monitrice éducatrice, j'avais envie d'ajouter quelque chose, je sentais qu'il manquait quelque chose. J'ai découvert la médiation animale et j'ai trouvé que ça tombait pile poil avec ce que j'aimais dans mon travail de Moniteur éducateur avec les humains et puis en même temps l'amour des animaux.

(Martine : « ah Bobby est en train de me chatouiller les pieds. Mes chiens faisaient ça, j'aimais ça. Il est couillon, il serait confortable contre moi ». Geneviève remet Bobby contre Martine. Agnès : « c'est vrai qu'ici les animaux nous manquaient »)

### Quel bénéfice ça apporte aux personnes ?

Ce sont les personnes qui sont le plus à même de répondre mais de ce que je vois de l'extérieur cela leur apporte de la joie, de la vie, de l'affection, des câlins et de la douceur mais aussi beaucoup de rigolade car ils nous font bien rire.

### Et qu'est-ce que ça apporte aux chiens ?

Et bien eux c'est pareil. Ils adorent venir, ils reconnaissent, je vois leur tête sortir du coffre arrivé au stop de la rue. Ils ont plein de caresses et d'affection des personnes donc ils sont contents de venir. Ça leur fait rencontrer du monde, découvrir un nouvel endroit de promenade et puis ils sont avec leur maîtresse. Ils ne sont pas tout seul à la maison.

### Ouais, c'est chouette, c'est mieux pour eux. Qu'est-ce que vous proposez comme activités avec vos chiens ?

Des balades, des séances de calinothérapies, du dressage, du toilettage.

### Qu'est-ce que vous entendez par des séances de dressage ?

C'est juste des petites séances pour mettre au pied par exemple ou faire un parcours avec des slaloms. Ou on part de la pièce et le chien ne doit pas bouger. C'est surtout Loumé qui est la plus douée dans cet exercice que Bobby. (Rires)

### Martine : Quelle différence de caractère entre les deux chiens ?

Bobby est plus joueur et plus fofou, il est resté encore un peu chiot dans sa tête alors que Loumé est très calme et posée, quand elle te regarde on a l'impression qu'elle réfléchit. Les deux sont des boules d'amour. Quand ils jouent ensemble, souvent Bobby fait le bébé et Loumé la maman, elle le remet à sa place. (Rires) Souvent quand le sol est mouillé, il s'assoit sur elle. (Rires)

(Agnès : Haha, ouais, ça doit être marrant. )

### Quels sont les goûts de Bobby et Loumé ?

Ils adorent les balades et les câlins. Loumé adore qu'on lui gratte l'arrière train et Bobby, lui c'est le ventre.

### Ils ont quel âge ?

Loumé : 6ans et Bobby 4ans et demi.

(Martine : 6x7, 42 ans, ils sont encore plus jeunes que nous !)

### Qu'est-ce que c'est comme formation ?

Il y a plein de petites formations qui existent mais pas de réels diplômes en France. Au Canada, ce sont des études à la fac. J'ai fait une formation « intervenante en relation d'aide assistée par un animal » sur 1 an, 1 semaine par mois avec un mémoire à rendre. J'ai fait mon mémoire sur la pension de famille car j'ai fait mon stage de formation en médiation animale ici.

### Comment les séances sont financées ?

Au départ, je venais ici en stage non rémunéré. Suite à l'engouement que cela a suscité, nous avons fait un appel à projet avec Sarah. Aujourd'hui, il y a des aides financières pour payer les séances à la pension de famille. Elles sont financées par la fondation Adrienne et Pierre Sommer. Ils sont porteurs de projets de médiation animale. Chaque année, il y a des appels à projets.

### C'est quoi la médiation animale ?

L'animal va être un médiateur, en tant qu'intervenante en médiation animale, je vais aider les personnes avec comme médiateur mon chien. Cela crée une relation triangulaire, la personne accompagnée, l'animal et la personne qui l'accompagne. Par exemple quand on est travailleur social on est juste en relation duelle avec la personne alors qu'avec un animal on va faire une relation triangulaire ce qui permet plus de possibilité pour entrer en relation. C'est une nouvelle façon de travailler. Avec le chien, tu peux travailler un objectif de manière indirecte. Par exemple en foyer de vie, pour certaines personnes, la toilette du matin se passe mal, ils ne veulent pas ou ils hurlent. Avec le chien, la toilette se passe mieux. La personne ne se focalise plus sur la toilette mais sur le chien qui apaise. Ou par exemple le chien peut être une motivation pour sortir, ce n'est pas pareil de dire « on va se promener » que « on va se promener avec Bobby ».

La médiation animale peut être individuelle ou collective. Dans tous les cas, il y a toujours des objectifs derrière chaque action, on ne vient pas juste comme ça avec l'animale. Chaque médiation animale est différente que ce soit de par l'intervenant, l'animal présent ou la personne accompagnée. Tous les animaux ne peuvent pas faire de la médiation animale.

Il est très important de prendre soin de son animal. Il doit avoir des temps de repos et sa balade quotidienne hors médiation animale car il recueille plein d'émotions lors des séances.

### On a parfois envie de s'accaparer le chien.


C'est pour ça que c'est important d'avoir ces moments d'interventions individuelles où les personnes qui ont plus besoin que d'autres d'avoir l'affection de l'animal puissent avoir leur moment seules avec lui. Après c'est aussi à l'intervenant de dire à la personne que dans le collectif qu'il doit pouvoir laisser de la place aux autres auprès du chien.

## Qu'est-ce que la rumeur ?

Écrit par MARTINE

Les rumeurs sont de la part des humains le formatage psychologique d'une pulsion agressive vers un ou des êtres humains et leurs biens. Leur agressivité a besoin d'être extériorisée, celle-ci à l'état primitif qui transforme son irritation en énergie vers les personnes qui n'ont rien à voir avec leur mal être ou par pure méchanceté gratuite. L'avantage de la rumeur, c'est d'apprendre des choses sur toi que tu ignorais. Et si on te rapporte qu'un tel a dit du mal de toi, on ne cherche pas à te défendre de ces accusations. Mais au fond, je vois qu'ils ou elles ne me connaissent pas si bien, ni tous mes défauts, sinon ils en auraient dit bien d'avantage.

*N'oublie pas que nous sommes tous là pour vivre tu comprends ?  
Toutes les fois que tu cèdes à la haine ou non respect des Autres, c'est toi qui auras perdu  
Alors continuons à semer l'Amour, le respect autours de Nous  
car la vie a une durée limitée.*



POULEDER



Dessins de Martine

## La Rumeur,

Écrit par JEAN DU REZ DE CHAUSSEE et MARC

La vie avec les ont dit, on va de surprise en surprise avec des coups hauts et des coups bas.  
On fait le tri avec ses amis, il y en a pour tous les goûts.  
On se méfie de certains.  
L'improvisiste n'a jamais payé, on préfère se taire que d'attiser les conflits.  
On a l'aval de l'encadrement pour réagir si l'on surprend une inconvenance mais on n'est pas là pour faire la police mais s'il faut en arriver là, ça serait dommage pour la communauté.

« Tu connais pas la rumeur, je vais te la dire, seulement tu dis à tout le monde de le dire à personne sinon tout le monde va le savoir. »

Jean Du Rez de Chaussée

## LE FILM sur le sujet qui a marqué Martine

### Mr Joseph

Monsieur Joseph est un téléfilm franco-belge de 90 minutes réalisé par Olivier Langlois en 2006 et diffusé en 2007, inspiré du roman de Georges Simenon : **Le Petit Homme d'Arkhangelsk**

Mr Joseph libraire depuis 40 ans sur la place d'un village, il est connu et apprécié de tous. Un matin, il constate que sa femme n'est pas rentrée de la nuit. Quand on lui demande où elle est passée, pris au dépourvu, il compose un alibi bancal mais son inquiétude grandit avec les heures. En même temps que les soupçons du voisinage, de vieilles histoires remontent à la surface, les gens causent, la police s'en mêle et 4 jours suffiront à chambouler la vie tranquille de cet homme intègre et philanthrope.

Ce film dépeint sur fond de préjugés, lorsqu'une société vous juge et vous condamne, elle cause plus de dégâts qu'un tribunal. Elle n'a pas besoin de preuves, ses absurdes conditions lui suffisent. Exemple c'est elle qui vole, c'est elle qui salie, c'est elle encore qui tague etc...

Tout comme dans ce film Mr Joseph, les gens sont tellement prompts à tirer des conclusions même en ne connaissant rien de nos vies, pour fabriquer un ou une coupable idéale selon leurs propres désirs. Les personnes qui agissent comme ça, ferait mieux de regarder devant leurs portes et de se regarder dans un miroir pour y voir la noirceur de leurs âmes. Ce film relate la méchanceté du bavardage d'une mère et de son fils qui amène un village à commettre l'irréparable. La persécution qui montre la lâcheté et la bêtise humaine. Celle qui juge, moque et accuse. « Les minables dans toute sa splendeur ».

## Ma recette de famille

### LE RATAKAOL, ragoût de choux en breton.

ECRIT PAR JEAN DU REZ DE CHAUSSEE

**Le ouest France a organisé un concours de recette de cuisine où il fallait envoyer la recette et son histoire familiale avec des prix à gagner alléchants, restaurant 3 étoiles ou robot pâtissier.**

L'histoire commence le 24 novembre 1901, date de naissance de ma grand-mère. A croire qu'elle était née dans un chou mais ce n'est pas le cas par contre la recette elle l'avait de sa grand-mère ou de sa mère et c'est moi qui l'est récupéré pour ne pas la faire partir aux oubliettes.

La petite ferme à Lampaul Plouarzel, dans le temps de la grand-mère, il y avait un cheval, deux vaches, quatre cochons, des poules et des lapins et le potager, c'étaient les champs. Deux petits veaux par an, qui dit veau, dit viande.

On ne connaissait pas les courses pour ainsi dire, juste le sel, le café, farine, sucre, poivre et le pinard qu'on achetait. Tout le reste de l'alimentation principale venait de la ferme.

La ferme était une chaumière avec un penty et des crèches. La cuisine basique avec un évier avec un fourneau aux charbons et au bois. Le fourneau, ça restait deux heures sur le fourneau à faire plouc plouc et ça embaumait. Les fars fours qu'on faisait dedans, je ne vous dis pas! Ca gonflait, raaah. Mais tout ça préparé de bonne heure pour manger à midi car chez la grand-mère c'était midi, midi.



Ma grand-mère Jeanne était voutée et pas grande, souvent les mains derrière le dos, sarreau noir et tablier noir, des tresses qu'elle ramassait en chignon, une sacrée tignasse et la coiffe, une petite coiffe blanche.

Comme j'étais tout le temps fourré chez ma grand-mère, si je n'étais pas à l'école, je baratais le beurre, donner à manger aux bestioles, cuire du podad pour les cochons dans le chaudron pod bras et j'aidais à faire à manger avec la grand-mère. Raaah plier les draps avec ma grand-mère !

Y avait toujours quelque chose à faire, à nettoyer à sarcler, biner.

Au champ ; le matin j'allais chercher pour 5 personnes, 1 chou vert, 2/3 grosses carottes, une dizaine de pommes de terres et dans la grange les oignons, 2 beaux oignons, qui étaient en pendant sur les poutres en paquet ficelés.

La grand-mère faisait dessaler la veille la viande de porc conservée dans le charnier, une grand jarre en grès remplis de sel, de poivre et d'ail où on conservait la viande. 1 bon kilos de viande porc demi sel à faire en sauté.

Dans sa grosse cocotte en fonte, elle faisait fondre du beurre, de l'huile et des fois du saindoux, elle saisissait ensuite la viande, une odeur de suc embaumait la pièce, ça sent quand on saisit la viande. Après elle retirait la viande et elle saisissait les oignons, les carottes, puis remettait la viande dessus un cube de Maggie, du sel et du poivre. Après le chou par-dessus, cuire en couche, ne jamais remuer, ne surtout pas remuer. Mettre un litre d'eau, du viandox et mettre les pommes de terre. Il faut compter deux heures de cuisson à feu doux, il faut que ça mijote.

Cette recette je la tiens de ma grand-mère et je la garde et je la transmets à tout le monde avec plaisir.

L'odeur, c'est une odeur spéciale, ça donne faim. Je ne connais personne qui n'a pas aimé le ratakaol.

#### Pour 5 personnes :

- 5 saucisses de Toulouse ou 1 kg de sauté de porc demi-sel
- 1 chou vert
- 3 carottes
- 2 oignons
- 10 pommes de terre
- 1 cube Maggie
- Viandox
- Eau
- Huile
- Beurre

1/ Dans une cocotte, faire revenir les saucisses ou le sauté de porc dans le beurre et l'huile. Faire revenir à feu vif.

2/ Mouiller le fond de la cocotte, ne pas recouvrir la viande. Baisser le feu et mettre à feu doux pour mijoter.

3/ Ajouter le chou coupé en 4 et effeuillé en le déposant sur les saucisses !  
Ne jamais mélanger dans la cocotte !

4/ Mettre le Viandox et les cubes sur le chou. Saler et poivrer.

5/ Déposer sur le chou, les carottes en rondelles et les oignons émincés.

6/ Couvrir d'un couvercle et laisser mijoter 1h/1h15 à feu doux sans mélanger !

7/ Mettre les pommes de terres en petits morceaux. Ne pas mélanger et laisser cuire 1h/1h30 à feu doux !

Bon appétit !

## Casting à Pouleder

ECRIT PAR AGNES



*Photos portraits des résidents qui ont été envoyées au casting. de gauche à droite, en haut : Jean du rez de chaussée, Michel, François, Elise, Marc et Ali.  
En bas : Agnès, Jacques, Chantal, Alexandre et Lydie.*

Y'avait plein de monde dans la salle ce jour-là, il ne faisait pas très beau et Camille, l'éducatrice, a vu un article dans le journal Le télégramme sur un casting. C'était par rapport au film « A l'ancienne » avec Didier Bourdon, Gérard Darmon et Chantal Lauby dont le tournage avait lieu dans le coin. Camille nous a pris en photos et a envoyé nos candidatures pour être figurants, 11 résidents de la pension de famille ont postulé.

Quinze jours après, Marc a reçu le premier coup de fil et c'est là qu'il m'a dit « t'es dedans aussi Agnès et ils vont t'appeler », moi je n'étais pas très sûre tant que je n'avais pas reçu d'appel. J'étais en ville et j'ai reçu l'appel de Céline qui s'occupe du Casting et qui me dit « vous avez été sélectionnée comme figurante ». Voilà qu'elle me donne plein d'explications et que le tournage se passe à Landévennec dans moins d'une semaine. Panique, je me suis sentie un peu paniquée, en fait la grosse panique, COMMENT JE VAIS Y ALLER !!! Il y a des cars MAIS TOUS LES MATINS ????

Je suis allée voir les éducatrices qui ont regardé avec moi les horaires de car et il n'y en avait pas beaucoup. Au vu des horaires, il fallait dormir sur place et nous avons appelé la mairie de Landévennec pour trouver une solution de logement. La mairie nous a proposé le gîte d'étape de Landévennec pour 17€ la nuit. Cela m'a rassuré. C'est mieux d'être sur place. Panique, je n'avais pas les sous nécessaire en temps voulu, j'ai appelé ma mandataire qui m'a fait un supplément pour payer les nuitées.

Nous étions embarqués avec Marc dans une aventure dont on ne savait pas grand-chose sur deux semaines à 1h de Brest. La dernière semaine de septembre, nous avons 2 jours de tournage et la semaine suivante 3 jours de tournage. Il faut dormir sur place 6 nuits en tout. Les éducatrices nous ont aidés à nous inscrire sur un site pour intermittents du spectacle afin de signer notre contrat. Céline nous avait envoyé un mail avec un lien vers ce site. Le bordel, fallait qu'on donne notre RIB et donc contacter nos curatrices. Marc a été très fier de recevoir par la poste les fiches de paie à la fin du tournage.

Le premier jour, un lundi matin, nous sommes parti de la gare de Brest, j'ai failli louper à une minute près mon car pour Landévennec. Panique dans le car, il ne s'arrête pas au bourg de Landévennec mais sur la grande route. Il nous a déposés au milieu de nulle part à 8 km du bourg.

Avec Marc, nous voilà partis à pied mais dans la mauvaise direction pendant que je tentais en vain de faire du stop. Finalement, je me suis dit « ça ne va pas coller et qu'on n'allait pas loin comme ça ». Nous étions chargés avec les valises car nous avions pris des denrées pour le repas du soir, des couettes, des draps, vêtements, bref un gros barda. Marc me dit « moi ça ne me fait pas peur de marcher 8 km » et moi je me dis « ce n'est pas possible et en plus on ne sait pas où on va ». Finalement j'ai l'idée d'appeler la mairie et on nous a dit qu'un fourgon viendra nous chercher. Le fourgon est arrivé quelques instants après. Il était conduit par un technicien de la mairie, très sympa avec un accent anglais. Soulagement. QUEL SOULAGEMENT !! On arrive à la mairie qui nous indique le gîte où nous déposons nos bagages après avoir payé. Le gîte était vraiment top, je me suis cru en vacances et à 5 min du tournage et de la mer en plus. Un cadre idyllique, j'ai vachement apprécié, j'avais besoin de ça, de dépaysement. Avec Marc, on s'est promené dans les rues du village, des touristes !



Le lendemain, on devait se rendre à 8 h 30 au tournage dans une ancienne école où l'équipe du casting était présente. C'était le lieu de rendez-vous où les figurants se changeaient. Il y avait plein de gens. Nous devions signer le matin une feuille d'émargement car nous étions payés 107€ brut par jour. J'avais emmené que des vêtements colorés et ils privilégiaient les couleurs foncés. Lors du tournage, je me suis retrouvé à faire la passante avec un monsieur qui avait une canne à pêche et on devait parler sans émettre de sons comme un poisson. J'ai fait ça 15/20 fois, c'était long mais en même temps on se marrait bien. Le midi, on mangeait à la cantine du film et le premier jour, j'ai mangé avec les acteurs dont Didier Bourdon, très sympa, pas de chichi. J'ai pu discuter avec lui et il m'a parlé de sa femme québécoise et de ses deux enfants. On mangeait super bien, super équilibré. Entre figurants, on a vite bien rigolé ensemble et sympathiser. Le soir, on était crevé.



Gérard DARMON, Agnès et Marc devant le café du film

Le mercredi 27 finalement, je n'ai pas été sélectionnée pour le tournage car mes vêtements n'étaient pas adaptés, trop de couleurs. Du coup, je me suis baladais sur le lieu du tournage et j'ai même été mangé discretos au buffet. Au final, je me suis posée dans le jardin du gîte et j'ai eu une mauvaise aventure. Il me restait un peu de clopes mais pas assez, du coup, j'ai eu l'idée de prendre un taxi pour me rendre jusqu'à Crozon pour retirer de l'argent et acheter des clopes. En sortant du taxi, je suis allée au tabac pour prendre des clopes avec l'argent qui me restait et ensuite à la banque pour retirer l'argent pour le taxi. MERDE, il n'y avait pas eu le virement de l'ATP, donc pas de sous pour le taxi. Le chauffeur de taxi, il me dit « vous n'êtes pas bien madame, vous avez des sous pour les clopes mais pas d'argent pour me payer », j'étais super mal et je pleurais dans le taxi. Il me disait, « ce n'est pas la peine de pleurer » et que « les gendarmes vont s'occuper de vous et après c'est le juge ». J'avais honte, je n'avais jamais fait ça de ma vie. Il m'a quand même ramené à Landévennec. Je lui ai donné le numéro de téléphone de ma mandataire mais il est tombé sur la messagerie, « vous avez du culot ». Je suis descendue du taxi, j'étais vraiment mal et j'ai fait que pleurer. Le lendemain j'ai pris le car pour rentrer. Ma mandataire avait eu le chauffeur de taxi au téléphone, il lui a sûrement dit que j'étais frappa dingue, mais quelle idée franchement j'ai eu. Elle m'a houspillé car j'en avais eu pour 50€ de taxi.



La semaine suivante, Camille nous a déposé à 8h à Landévennec le lundi et nous sommes restés là-bas jusqu'au jeudi. Le fils de Marc nous a ramené le jeudi. On a commencé le tournage le lundi à 8h30, nous avons fait les figurants dans une procession religieuse car nous tournions une scène d'enterrement avec un bagad dans l'église, c'était impressionnant. Là, j'avais prévu le coup au niveau vêtements, j'étais toute en noire. On a fait 16 ou 17 fois la procession. J'ai même dansé la gavotte avec une figurante mais on a arrêté rapidement car ça l'a dérangeait car je ne savais pas danser. Ce jour-là, on est resté attendre longtemps. On a ensuite fait la scène dans l'église où tout le monde était à l'enterrement. Je me suis retrouvé à chanter des cantiques. J'ai eu plus de sous car on n'était pas beaucoup à chanter, j'ai vu ça sur la fiche de paie. Ce jour-là on a fini de jouer à 21h30 car on a fait une scène de nuit comme client de Food truck, on nous a servi des pizzas qu'on n'a pas pu manger, on n'avait pas le droit, c'était frustrant, on avait la dalle. On nous a félicité car nous n'avions pas mangé et ni bu, de bons élèves. Après, on est rentré et on a mangé au gîte. Nous étions très crevés. Le mardi, il n'y avait pas de tournage et avec Marc nous nous sommes baladés dans le village. Le mercredi et le jeudi, nous avons fait encore figurants dans l'église et le cimetière.



C'était une super expérience car je ne pensais pas connaître un jour le monde du cinéma et ce qui se passe autour d'un film. Voir les techniciens, les personnes du casting. J'ai été impressionnée de voir les acteurs en vrai, Didier Bourdon, Gérard Darmon ainsi que Chantal Lauby. Suite au tournage, j'ai eu les numéros de certains figurants avec qui je continue à communiquer. J'ai reçu plein de messages sympas quand ils ont su qu'une semaine après le tournage, j'avais chuté. Ça m'a beaucoup touché. Et puis j'ai fini avec un trou dans la chaussure à piétiner pendant le tournage.



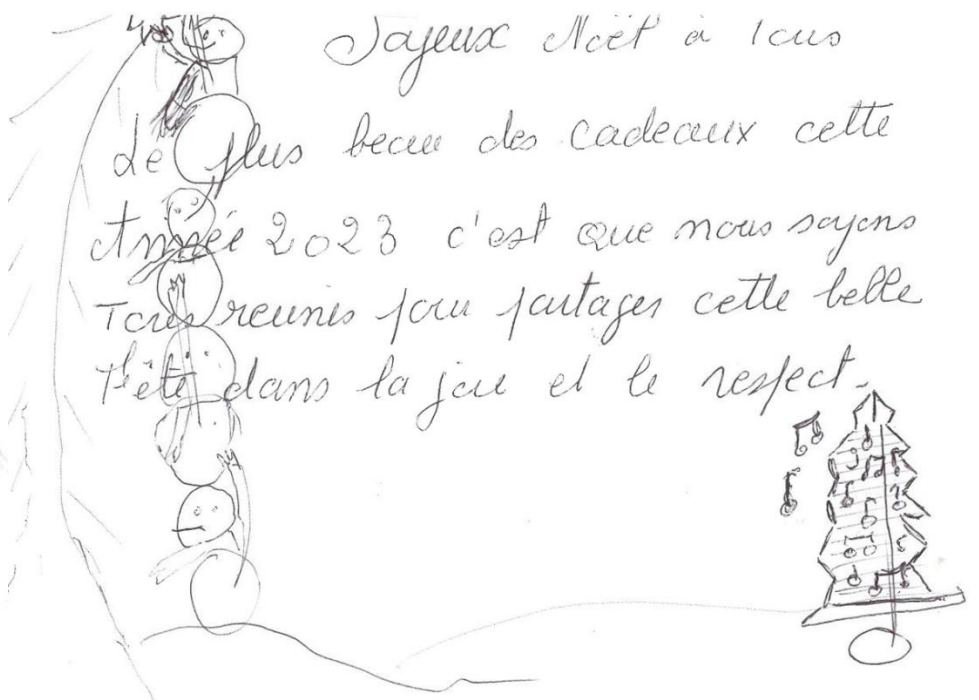
LA RUBRIQUE DE MARTINE

« Papi, comment on perd la vie ? »

La vie se perd de tant de façons mon amour.  
 On la perd quand on veut vivre celle des autres et pas la sienne.  
 On la perd en critiquant les erreurs des autres sans voir les siennes.  
 On la perd quand on se plaint à chaque instant pour avoir échoué sans chercher une solution pour y remédier.  
 On la perd quand on passe son temps à jalouser les autres sans chercher à de s'améliorer soi-même.  
 On la perd quand on se concentre seulement sur les choses négatives et en cessant de profiter des belles choses.  
 La vie ne se perd pas quand on cesse de respirer mais quand on cesse d'être heureux.  
 Auteur anonyme

**Humour du Matin**

Une fille s'adresse à son père :  
 « Papa, il faut que je te dise, je suis amoureuse. Avec Pierre, nous nous sommes rencontrés sur Meetic et nous sommes devenus amis sur Facebook, nous avons eu de longues discussions sur WhatsApp et il m'a fait sa déclaration sur Skype et maintenant j'ai besoin de ton avis... »  
 Le papa répond :  
 « Ma chérie, c'est un bon départ, mariez-vous sur Twitter et achetez vos enfants sur Amazon, vous le recevrez en Colissimo, déclarez les sur Google et après si jamais tu es fatigué de ton mari, met le sur le Bon coin. »



**Une nouvelle à Pouleder**

ECRIT PAR CHANTAL

Mélanie Thépault est infirmière depuis 2011 et elle travaille à la croix rouge depuis février. Depuis cet été, Mélanie intervient à la pension de famille pour coordonner les parcours de soins des résidents. Elle intervient aussi à Esperanza.

- Ses fonctions à la pension de famille sont :
- aider les personnes à prendre soin d'elle,
  - aider à l'arrêt du tabac,
  - conseiller à manger différemment,
  - accompagner aux rendez-vous médicaux
  - aider à la prise de rendez-vous ORL, Kiné, dentiste, ophtalmo, gynéco.
  - téléphoner au médecin
  - soutenir en cas de problème de moral.
  - Faire intervenir des professionnels de santé spécialisé (CLIC, Appui Santé...)

