

LE MAG n°58

Janvier-Juin 2025



(Photo du lac de st Denis)

Elaboré par les personnes
accompagnées au foyer de vie de
Cuxac-Cabardès

Sommaire

Le mot de la directrice	page 2
Les fêtes	page 3
Les activités	page 7
Les visites	page 10
Les travaux	page 15

Le mot de la Directrice

Chers résidents, familles, l'ensemble des salariés et partenaires,

Il se passe toujours quelque chose au foyer de vie de Cuxac-Cabardès... et ce journal en est la preuve ! Entre judokas du lundi, sportifs du mardi, citoyens engagés et chefs cuisiniers étoilés (si si, au moins une étoile dans nos cœurs !), on ne s'ennuie pas une minute.

Bravo à celles et ceux qui ont participé au projet "Le grand banquet" : récolter des recettes, cuisiner pour 200 personnes, et le tout sans finir en combat de baguettes de cuisine, c'est une sacrée performance ! Mention spéciale aux doigts de fée qui ont tapé les recettes à l'ordinateur.

Nos résidents ont aussi fêté Noël, Pâques, Carnaval, un départ, une nouvelle année... À ce rythme, on va bientôt inventer de nouvelles fêtes rien que pour le plaisir de partager un bon moment et quelques chocolats.

Enfin, un grand merci à chacun d'entre vous : résidents, professionnels, partenaires. Ce que vous construisez ensemble, jour après jour, c'est une vie collective pleine de sens, de sourires et de surprises.

Et comme la magie ne s'arrête jamais chez nous, rendez-vous le 29 juin pour la fête de l'été. On ne garantit pas les lapins dans les chapeaux... mais la bonne humeur, ça oui !

Avec toute mon admiration,

La Directrice

LES FÊTES

Fêtes de fin d'année



En décembre, le dentiste nous a offert une très longue bûche de Noël. Kevin et Christophe ont fait le service.

Nous avons fêté Noël et le 1^{er} de l'an au foyer de vie. Il y a eu une bonne ambiance et des bons repas. Tout le monde était content.

Des sorties à la magie de Noël de Carcassonne et au cinéma ont été organisées.

Un magicien, une animation avec des animaux, un karaoké et un groupe de chanteurs sont venus au foyer.

Fête de départ de Carole

Le mardi 14 janvier 2025 nous avons fêté le départ de Carole une résidente du foyer de vie de Cuxac Cabardès. Carole part dans une maison de retraite.

Nous avons dansé et puis nous avons goûté vers 16 heures, c'était bien.

La galette des rois



Avec Sylvie nous sommes allés à l'épicerie faire les courses et nous sommes allés à l'appartement. On a fait le repas et 2 galettes des rois. On en a mangé une et l'autre comme elle était chaude Paul l'a mis sur le bord de la fenêtre. Sylvie dit « Attention ne vous approchez pas de la fenêtre » et voilà que Jean Marc s'appuie sur la fenêtre et la 2eme galette, est passée par la fenêtre. Paul dit « je crois que la galette est en bas. »

La photo est celle des galettes faites en atelier pâtisserie.

Le 21 janvier, le pharmacien de Cuxac Cabardès est venu nous offrir des galettes des rois. Nous l'avons remercié. Nous avons dansé.



Crêpes party

Le Vendredi, nous avons préparé la pâte avec une éducatrice.

Le Samedi 1^{er} février, nous les avons fait cuire avec une crêpière.
Nous les avons dégustés pour le goûter.

Elles étaient très bonnes.

Carnaval 2025

Nous avons préparé des décorations et des crêpes.

Des résidents du foyer de Saissac, de Pennautier et de Revel sont venus participer à la fête qui se déroulait à la salle les Montagnols de Cuxac. Nous avons dansé et goûté, ça nous a plu.

Nous avons été invités au carnaval du foyer de Cuxac d'Aude et à celui de l'Orival, à Sorèze. Elisabeth a gagné le prix du meilleur déguisement.



Week-end de Pâques

Nous avons fait la chasse à l'œuf. Il y avait des énigmes à résoudre. Il y avait des œufs en carton à trouver. Nous étions deux équipes une équipe orange et une équipe bleue. Les oranges ont gagné d'un seul œuf. C'était sympa, on a même désigné un membre de chaque équipe pour courir aller chercher le lapin en chocolat vers le chalet.



LES ACTIVITES



Avec Aicha, nous sommes allés faire une séance de zumba, à Wellness Center au Pont Rouge, à Carcassonne. La séance était animée par Jennifer. A tour de rôle, nous sommes montés sur scène avec Jennifer. Nous avons pique-niqué au lac de la Cavayère.

Confiture de tomates vertes

Au jardin, les tomates n'ont pas toutes mûries. Nous avons fait de la confiture. Nous les avons dégustés au petit déjeuner. C'était bon...



Projet «Le grand banquet »



Nous avons participé au projet « Le grand banquet », de l'association Arrime : Association pour la recherche et la rencontre des imaginaires dans la mixité et l'échange.

Au marché de Brousse, nous avons acheté du miel, du pain et du fromage. Et surtout, nous avons réalisé une recette de cuisine à base de légumes et d'œufs, avec des personnes de l'association Arrime. Nous avons dégusté ce délicieux repas.

Nous avons récolté des recettes avec la maison de retraite à côté du foyer et avec le collègue.

Nous avons tapé les recettes à l'ordinateur.

Tous ensemble, nous avons écrit un livre de cuisine.

A Villardonnell, nous avons cuisiné tout l'après-midi avec des bénévoles de l'association Arrime, et servi un repas pour 200 personnes.

A l'atelier « ferme et jardin », on s'occupe des animaux et des plantes.

Au jardin, on fait du désherbage et on taille les rosiers. On prépare les semis pour le printemps et l'été.



On arrose souvent pour que ça pousse. On fait des repiquages, du terreau et du compost. On plante les légumes, les fleurs, les salades et les pommes de terre pour les manger. Les cuisiniers nous font de bons petits plats avec nos cultures. Nous vendons aussi des plants de fleurs, de persils, de tomates et de basilic à la fête de l'été.

A la ferme nous avons des poules et des moutons. On leur donne à manger et nous nettoyons la bergerie et le poulailler. Tous les jours, nous amenons du foin et de la paille.

Nous ramassons les œufs et nous les vendons pour acheter des graines.

Cette années une poule est morte et la bâche de la serre s'est déchirée.

Chaque année nous tondons les brebis avec le berger.

LES VISITES

COVALDEM

La COVALDEM 11, est chargé de la collecte et la valorisation des déchets de l'Aude.

Ils sont venus au foyer pour faire une animation sur le tri des déchets, et sur l'utilisation des composteurs. Nous avons fait du vélo afin de mixer des fruits et faire des smoothies.

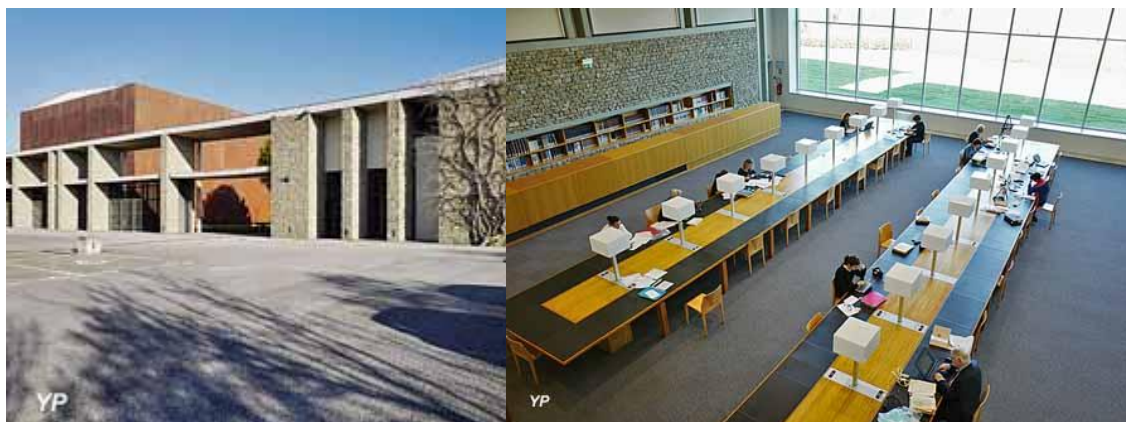
Ils ont installé 3 composteurs dehors, et nous avons des seaux pour récoltés les déchets compostables.

Nous nous sommes rendus à la COVALDEM pour le « tri aventure. »

Nous avons mis des gilets orange pour visiter. Une machine à remonter dans le temps, nous a expliqué l'évolution dans le temps des déchets. Nous avons des tablettes pour répondre à des questions. Par exemple, pour faire du plastique, il faut du pétrole, pour faire du verre, il faut du sable. Une pièce était dédiée aux explications sur le temps de destruction naturelle. Nous avons participé à l'escape game.



Archive départementale



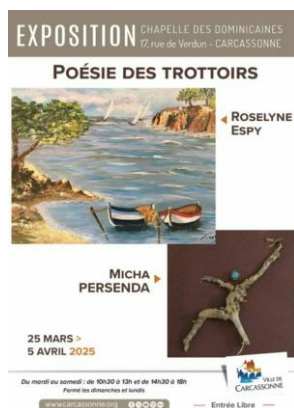
Mardi 11 mars 2025 avec un groupe de résidents et l'éducatrice Claude, nous sommes allés aux archives départementales voir une exposition sur « les droits de la femme ». Il y avait plusieurs audoises présentées. L'institutrice Philippine Crouzat, première Audoise candidate à des élections législatives, la femme de lettres Jeanne Philbert, la galeriste Cérés Franco ou Yvette Chassagne, résistante et première femme nommée préfet.

Exposition chapelle des dominicaines

Nous sommes allés à la chapelle des dominicaines avec l'éducateur Youcef, pour voir une exposition de peinture à l'huile ou à l'acrylique avec Roselyne Espy, c'était bien tout le monde a aimé ça.

Puis nous avons goûté au quai Bellevue.

Et après nous sommes rentrés au foyer de vie.

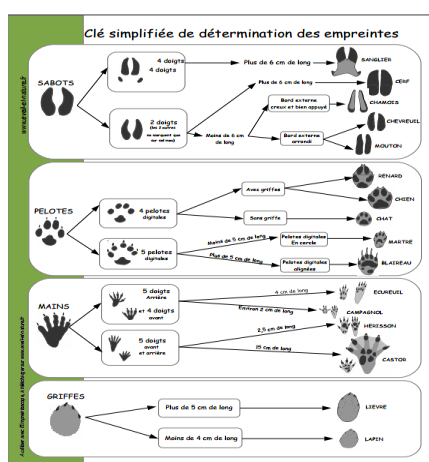


Fédération départementale de chasse de l'Aude

Un groupe de résidents est allé à la fédération de chasse, à Badens pour deux journées. Une pièce est consacrée à une exposition d'animaux naturalisés. Un monsieur nous a reçu. Il nous a montré les différentes traces d'animaux sur les chemins et dans le musée.

Nous avons mangé dedans, tout le monde a bien aimé cette journée.

Puis nous avons pu réaliser un moule d'une trace d'un animal.



Anniversaire de la MDPH

Maison Départementale des Personnes Handicapées

Nous avons participé à la fête des 20 ans de la MDPH. On a écouté de beaux discours, dont celui de Mme Sandragré. Nous avons dégusté de délicieuses pâtisseries. Il y avait des expositions de tableaux, et des ateliers musicaux.



Transfert à Comus

Un groupe est allé à Comus en Mai pendant 4 jours. Ils sont allés voir les pompiers. Ils ont dégusté des fromages d'un éleveur de chèvre et visité une grotte et le musée archéologique d'Ax les thermes. Ils ont aussi visité le parc de la préhistoire à Tarascon.



Visite du centre culturel de la mémoire des combattants.

En activité Art et culture, nous sommes allés visiter, le musée des combattants de l'Aude, qui a été créé le 18 Juin 2001, à Carcassonne au pied de la cité.

Nous avons été accueillis par un monsieur qui était aussi le guide. Dans ce musée, on y trouve, une exposition permanente et une exposition temporaire.

Nous avons vu des tenues militaires, des médailles, des drapeaux, des casques et une exposition photo, de la 1^{ère} et 2^{ème} Guerre Mondiale. Il nous a aussi montré, l'histoire du 3^{ème} RPIMA de Carcassonne.

Le guide nous a expliqué, d'où venaient les tenues, ce sont des dons de famille ou des achats en vide grenier.



LES TRAVAUX

Une grosse fuite

Le vendredi 24 janvier 2025, des plombiers sont venus constater les dégâts. Il y avait une grosse fuite d'eau, car il y avait un tuyau percé. Ensuite ils ont fait un trou dans la cour des ateliers. Il a fallu couper l'eau pendant longtemps. Certains résidents avaient les sanitaires bouchés et l'eau de l'évier ne marchait pas.



Nouvelles armoires

Dans les chambres, nous avons des KZ. Des ouvriers sont venus nous installer de nouvelles portes en bois. Elles s'ouvrent plus facilement, et elles sont plus grandes.





**BONNE FÊTE DE
L'ÉTÉ A TOUS**