



JOURNAL DES HOSPITALIERS RETRAITÉS

SECTION ESSONNE & SUD SEINE ET MARNE

N°7 — JUIN 2024

EDITO

Dans ce numéro :

Edito	1
Sorties 2024	2/3/4
Spectacle/Projets	5
Infos diverses	6/7
Lecture	8
Histoire	9
Prestataires	10
Recette	11



Bonjour,

Nous sommes ravis de vous présenter cette nouvelle édition de notre journal. Le premier semestre a été riche en activités et en moments partagés.

Visites culturelles à Paris, visite d'une capitale européenne, balade dans nos forêts alentours, visite de la Cité Internationale de la Langue Française.

Nos ateliers également, qui génèrent toujours autant d'adeptes : chant, danse, couture, cours d'anglais etc...

Nous terminerons le mois de juin avec notre spectacle « Chant et Danse » devant les résidents et le personnel de l'EHPAD de Corbeil Essonnes. A l'issue un gouter sera offert aux adhérents par la Section.

Le second semestre va l'être tout autant. En septembre certains d'entre nous s'envoleront pour une semaine au Monténégro. Puis en octobre visite de Rouen et son exposition « Viking », en décembre, 2 jours pour visiter Lille et Bruges.

Entretiens, alors que l'été approche à grands pas, nous vous souhaitons à tous une saison estivale sereine et agréable. Profitez de cette période pour vous ressourcer, passer du temps avec vos proches et vous adonner à vos passions. Merci pour votre engagement et votre participation aux activités de notre association.

Amitiés

Florence

NOS SORTIES 2024

08/02/2024 : Nous avons commencé l'année par notre « **GALETTE PARTY** ». Galette offerte par la section ANHR 91/77.Plus de 50 personnes étaient réunies.

08/03/2024 : Sortie à Paris » **LES COCOTTES** » 20 personnes étaient présentes pour la plus délirante des visites à Paris : Maisons closes mythes et légendes !! Les dessous de l'histoire de France par le petit bout de la lorgnette – Très bel après-midi avec un guide dont l'humour nous a enchanté.



17/03/2024 : **VILLERS COTTERETS** (Cité Internationale de la langue française) et château de **PIERREFONDS** – Départ de bon matin en bus pour la visite du château de Villers, un bel exemple de la première Renaissance Française. La chapelle Saint Nicolas, est l'une des parties les plus remarquables tant pour sa beauté architecturale que de par son importance historique. L'objectif de la Cité, lieu culturel, est de mettre en avant le français comme source de créativité et d'échange. Après un bon repas nous avons terminé notre journée par la visite du château fort de Pierrefonds qui émerge des frondaisons de la forêt de Compiègne. Très belle journée conviviale.



28/04/2024 : Découverte **DU QUARTIER MOUFFETARD**, réputé pour son animation et la densité de ses petits commerces en tous genres. Le haut de la rue Mouffetard, jusqu'à la [place de la Contrescarpe](#) et le début de sa descente vers Saint-

Médard, est essentiellement composé de commerces de bouche, cafés-restaurants, brasseries, services de restauration rapide et bars se succédant. De nuit, c'est la partie la plus touristique et active. Il s'agit d'une des rues les plus anciennes de Paris. Très pittoresque, c'est l'un des axes du [Quartier latin](#) les plus fréquentés. Le nom de Mouffetard, donné au XIII^e siècle, vient des odeurs épouvantables telles celles que les « mouffettes » dégageaient. En effet les écorcheurs, papetiers, teinturiers utilisaient les eaux de la Bièvre. Les déchets et colorants étaient alors déversés dans la rivière.

Après ces cours d'histoire, nous nous sommes retrouvés au Restaurant « les baux de Paris » ou nous avons pu apprécier la cuisine grecque. – très belle journée appréciée de tous.



03/05/2024 : **RANDONNEE LA MARE AUX EVEES,**

Superbe randonnée de 13kms à Chailly en Bièvre. Nous avons pu découvrir la mare aux Evées, des arbres remarquables. Puis pause gouter à la « Table du Roi »



23 au 25/05/2024 Séjour VIENNE

Superbe moment à Vienne, où nous nous sommes retrouvés à 40 personnes pour arpenter la capitale de l'Autriche. Elle doit son héritage artistique et intellectuel à ses habitants de renom, Mozart, Beethoven, Sigmund Freud, Gustave Klimt et tant d'autres. La ville est également réputée pour ses palais impériaux, dont le château de Schönbrunn, la résidence d'été des Habsburg, sans oublier ses salles de concert mondialement connues, notamment le Musik Verein où a lieu chaque année le fameux concert du Nouvel An.

Semblable à nulle autre, Vienne préserve intact son aspect historique datant de l'époque baroque et des débuts du XXe siècle. En cheminant le long du boulevard du Ring, on croise l'Opéra National, le musée d'art et d'histoire naturelle, le parlement, le Burgtheater, la mairie ainsi que le Hofburg, palais royal des Empereurs austro-hongrois qui confèrent à la ville son allure impériale, sertie d'édifices somptueux, au milieu desquels l'Impératrice Sissi promenait son élégance naturelle.



04/06/2024 : CROISIERE SUR LA SEINE AU DEPART DE MELUN

Le temps d'une croisière promenade sur la Seine, nous avons pu découvrir, les Affolantes, ses superbes villas fin XIXème siècle érigées sur les berges du fleuve. Après un passage d'écluse à Bois le Roi, nous avons terminé notre promenade par un goûter au cours duquel nous avons eu l'occasion de fêter l'anniversaire de Charlotte.



SPECTACLES MUSICAUX



La troupe Peps Harmony a fait son show à Egly le 30 mars et à LISSES le 04 mai. Près de 200 spectateurs dont de nombreux adhérents de notre section ANHR ont assisté à chaque spectacle au cours desquels se sont enchaînés plusieurs tableaux musicaux autour des musiques ayant marqué le petit écran.



ACTIVITES ET SORTIES A VENIR

- Sortie à TALCY (Loir et Cher) visite du Moulin et du Château de TALCY, déjeuner à l'auberge du château, transport en voiture personnelle (co-voiturage) le 18/06/2024
- Sortie à CHAMARANDE avec pique-nique et promenade dans le parc le 24/06/2024
- Fête de l'été à l'EHPAD, en début d'après-midi : animation chant et danse assurée par les adhérents ANHR pour les résidents, leurs familles et le personnel puis café/thé gourmand pour fêter les vacances le 27/06/2024
- Voyage au MONTENEGRO, Kappa Club en formule all inclusive, transport aérien, du 22 au 29/09/2024
- Visite de la nouvelle cité immersive Viking à ROUEN, parcours interactif, déjeuner et visite guidée de l'abbaye de Jumièges, un des plus anciens et des plus importants monastères bénédictins de Normandie, transport en bus le 11/10/2024
- Noël en FLANDRES : LILLE et BRUGES sur 2 jours, avec repas et hébergement à l'Hôtel, transport en bus les 12 et 13/12/2024

L'ANHR c'est également le partage de nombreuses autres activités :

Chaque mardi l'atelier jeu de cartes (tarot) réunit un petit groupe d'adhérents et chaque jeudi un panel d'activités diverses et variées est proposé : cours d'anglais, sophrologie, travaux de couture et tricot, chant, danse, balades à la découverte de notre patrimoine, journées à thèmes, sorties culturelles ou tout simplement discussions autour d'un café ou d'un thé et quelques pâtisseries.



L'atelier couture : Une jolie petite pochette confectionnée avec pose d'une fermeture éclair – Bravo Jacqueline



Les « chouquettes » de Didier un vrai régal pour les papilles !

L'ANHR continue également à s'associer avec le personnel de l'EHPAD pour aider l'animatrice dans des moments de partage avec les résidents (loto, anniversaires, fêtes etc..) et participe à la remise en état des vêtements des résidents par des petits travaux de couture.

APRES MIDI ANIMATIONS EHPAD

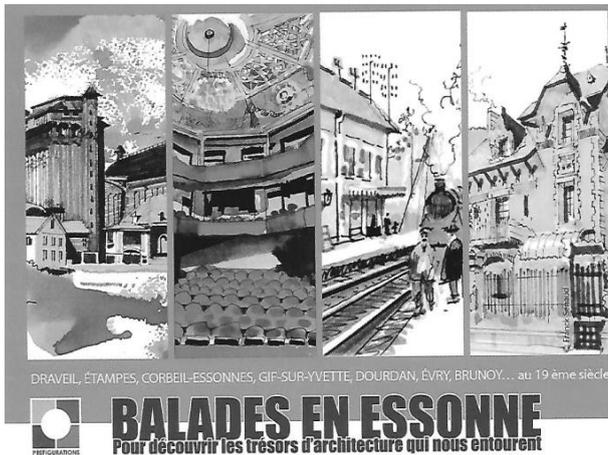


Le 18 mai 2024 La troupe Pep's Harmony s'est également produite à l'EHPAD de Corbeil en présence de la directrice et des animatrices ainsi que plusieurs autres personnalités à l'occasion de la fête du printemps.

De nombreux résidents ainsi que leurs familles et le personnel de l'Etablissement ont pu assister au spectacle dans une ambiance joyeuse et festive.



INFORMATIONS DIVERSES



Catherine

BALADES DE 2 HEURES COMMENTÉES À TRAVERS LE 19 ÈME SIÈCLE

DEUX DIMANCHES / MOIS, D'AVRIL À OCTOBRE 2024

Des visites accompagnées pour découvrir en 2h, sur les lieux mêmes du livre, les "Architectures remarquables du 19e siècle en Essonne" par Franck SENAUD, artiste, historien de l'art et auteur du livre "Dessain d'Essonne"
<https://francksenaud.fr/>



Visite simple : 15€

Visite + Livre dédié : 25€

Découverte à pieds, en groupe

possible avec enfants, à partir de 10 ans,

Certaines balades sont accessibles aux PMR

Retrouvez les dates, lieux de rendez-vous (accès par le train ou parking indiqué) et réservations sur www.prefigurations.com

PREFIGURATIONS.COM



Crédits :
Dessins : Franck Senaud
Infographie : E. Le Guédec

Cet été tout le monde à la campagne !



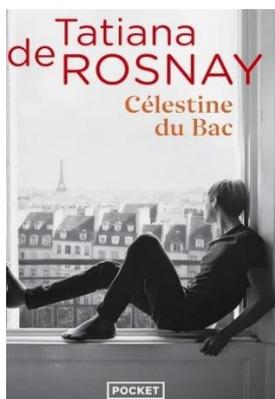
A deux pas de l'Essonne et de l'Eure-et-Loir, la Ferme des p'tits Bergers à CHAUSSY (45) accueille Chèvres angora et moutons Shetland. Ce petit troupeau pâture paisiblement autour de la ferme. La quarantaine de chèvres et moutons produisent la laine vendue à l'atelier-boutique. Venez rencontrer les P'tits bergers et participer à des ateliers autour de la transformation de la laine et de la vie à la Ferme. Tout autour de la ferme, vous pourrez découvrir différentes cultures mises en place pour nourrir et soigner les chèvres de manière naturelle. Les arbres fruitiers apportent de quoi composer les goûter à la ferme et permettent aussi de réaliser les teintures végétales pour la laine.



Nicole

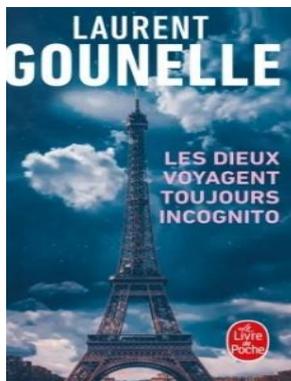
Rejoignez-nous également sur notre Site internet : <https://www.anhr9177.fr/>
Et notre page Facebook : ANHR SECTION 91/77

NOTRE PAGE LECTURE



Tatiana de Rosnay est un écrivain qui publie à la fois en français et en anglais depuis 1992. Elle est surtout connue depuis son livre « Elle s'appelait Sarah ».

Le livre « Célestine du bac » raconte l'histoire d'un jeune homme de 18 ans, fils de bonne famille, solitaire qui s'attarde sur une femme sans domicile abîmée par la vie. Même si beaucoup de choses les séparent, une extraordinaire amitié se noue. De beaux moments de lecture.

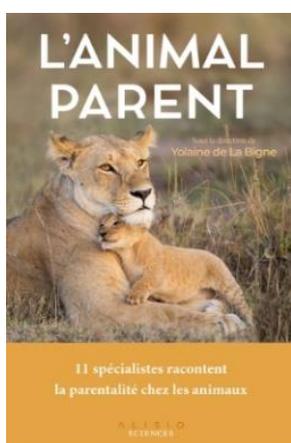


Laurent Gounelle est un écrivain français.

Ce livre nous amène à une réflexion sur nous même, nos peurs, nos inhibitions.

Un homme tente de suicider mais un autre lui sauve la vie mais il doit en échange s'engager à faire tout ce qu'il lui demandera.

Lecture surprenante jusqu'au bout avec l'épanouissement de cet homme qui ne trouvait plus de sens à sa vie.



Les animaux ont-ils le sens de la famille ?

Quels rapports entretiennent-ils avec la parentalité ? C'est la question à laquelle Yolaine De La Bigne, journaliste française de presse écrite et de radio, se propose de répondre en coordonnant cet ouvrage passionnant sur la parentalité chez nos amis à poils (et à plumes).

De l'éducation à l'amour parental en passant par la notion de famille, ces grands thèmes sont évoqués par le prisme animal et éclairent par la même occasion nos comportements humains

Des voisins hors du commun – (1)

Maxime Lisbonne (1839 Paris -1905 La Ferté Alais.) - La Ferté Alais



Après avoir participé à la Guerre de Crimée, il se lance dans le théâtre. Directeur de la salle « les Folies Saint-Antoine », il fait faillite en 1868 et devient agent d'assurance.

Pendant le Sièg de Paris par les Allemands, il participe aux combats de Buzenval en janvier 1871. Le 26 mai, il est blessé et arrêté, condamné à la peine de mort par le Conseil de guerre en décembre 1871. Un second Conseil, en juin 1872, commue sa peine en travaux forcés en Nouvelle-Calédonie où il retrouve Louise Michel. L'amnistie des communards est votée en juillet 1880 : il revient en France et reprend ses activités théâtrales aux « Bouffes du Nord » où il fait jouer « Nadine », pièce de Louise Michel.

Il se lance dans le journalisme avec « L'Ami du Peuple » où il prône la révolution sociale.

Il ouvre différents cabarets : « La Taverne du Bagne », « Le Casino des Concierges », « Le Ministère des Contributions Directes ».

Il termine sa vie comme débitant de tabac à La Ferté-Alais.



Alfred Leblanc, Comte de Châtauvillard - Chailly en Bière



Sous le second Empire, il vivait au lieudit « la Roche Chailly en Bière. Le Comte, grand seigneur, veneur à courre), amoureux des bêtes, élevait des chiens et construire dans sa propriété, un mausolée : « Le Chiens ».



Cassée », près de (organisateur de chasses des chevaux. Il fait Tombeau des

Le personnage est fantasque. Il s'est autoproclamé « comte ». Il organise une fausse attaque de la calèche de sa femme par de faux bandits pour avoir la gloire de la sauver. Une autre fois, il se fait passer pour mort pour, ensuite, revenir comme fantôme vivant et se réjouir de la surprise de son entourage. Le comble arrive par son testament où il demande une cérémonie funèbre dans la Chapelle seigneuriale, qu'on entoure son cercueil des bustes de ses dix maîtresses favorites et à être enterré dans le mausolée avec ses chevaux et ses chiens. Laisse à l'abandon, le monument s'est dégradé et s'est effondré en 2014.

Il a par ailleurs, au cours de sa vie, publié un essai sur le duel en 1836, et a créé le Yacht Club de France en 1860.



Louis Guerton ou le « Père de la Musique » - Ballancourt (1777-1870)



Violoniste qui a bâti sa réputation locale au cours des fêtes populaires.

Entre 1859, alors âgé de 82 ans, et jusqu'à sa mort en 1869, il a gravé au burin sur des roches de grès dans le Bois dit « de la Butte » sur le territoire de Ballancourt, des récits de sa vie, de l'histoire de la ville ou de l'histoire de France.



Claudine

INFORMATIONS DE NOS PRESTATAIRES

MNH

Contact :

SEVERINE DESMOTTES

EXPERTE PROTECTION SOCIALE : Mutuelle & Prévoyance
Direction Commerciale et des Réseaux

Tél. : 07 87 23 81 27 Retrouvez-nous sur www.mnh.fr

Nos partenaires MNH et BFM animeront un stand dans l'atrium de l'EHPAD
À l'occasion de la fête de l'été le 27/06/2024.



Hospitaliers,
la garantie santé
qui vous correspond !

#NOUSSOMMES HOSPITALIERS

MNH ESSENTIA vous offre les prestations indépendantes, telles que la prise en charge en cas d'hospitalisation, le 100% Santé, des forfaits (forfaits, contraception...), le service psychologique, l'assurance de décès... dès 11,43€ /mois* pour un agent hospitalier de 22 ans.

EN CE MOMENT
1 mois offert

Votre conseillère MNH, Séverine DESMOTTES sera présente dans votre établissement le jeudi 22 septembre de 13h à 15h. Contactez-la au 07 87 23 81 27 ou severine.desmottes@mnh.fr

www.mnh.fr

CGOS NOUVEAUTES

ESPACE AGENT

DOSSIER C.G.O.S 2024

Ouvrez vos droits 2024 en ligne depuis votre Espace agent

DOSSIER C.G.O.S 2024 - OUVREZ VOS DROITS !

Décembre 2023

STOCK PRÊTS À PARTIR

GRANDE BRADERIE

Garantie 3 ans offerte ou 1 000€ de carte carburant offert

Remises **40%**

CLIQUEZ-ICI

Wonderbox+ COLLECTIVITES

Bonne file **MAMAN & PAPA**

-20%
sur une sélection de 6 coffrets
du 15 mai au 15 juin 2024*

J'OFFRE

* Offre non cumulable.



SEJOURS VACANCES MONDIAPIC

Le catalogue **Mosaïque-Rêvetapes** est consultable sur le site de **MONDIAPIC (LOISIRS VACANCES PASSION)** :

www.mondiapic.com lien : <https://www.mondiapic.com/download/2024-Brochure-ete.pdf>

Pour toute demande d'informations complémentaires, contacter Patricia.



RECETTE de la TERRINE DE COURGETTES AU SAUMON (en français et en anglais)



TERRINE DE COURGETTES AU SAUMON

Ingrédients :

4 courgettes
4 tranches de saumon fumé
4 œufs
2 cuillères à soupe de farine ou maïzena
½ cuillère à café de curry
25 cl de crème fraîche
1 noix de beurre
4 cuillères à soupe de basilic et ciboulette hachés
Sel et poivre

Laver les courgettes et couper les extrémités

Les découper en lamelles dans le sens de la longueur

Cuire les lamelles à la vapeur ou dans l'eau bouillante

Les égoutter sur du papier absorbant

Battre les œufs avec la crème, la farine, le curry sel et poivre

Beurrer un moule à cake

Disposer une couche de crème, une couche de courgettes, une couche de saumon + basilic, ciboulette, sel, poivre puis renouveler l'opération jusqu'à ce que le moule soit rempli

Laisser cuire environ 45 minutes th 7 (210°)

Servir tiède ou froid avec tomates et salade

Dégustez votre délicieux plat d'été !

Françoise

THE ZUCCHINI AND SALMON TERRINE

Ingredients :

4 zucchinis
4 slices of smoked salmon
4 eggs
2 table spoons of flour or maïzena
½ tea spoon of curry
25 cl of crème fraîche
some butter
4 table spoons of mixed basilic and ciboulette
salt and pepper

Wash the zucchini and cut the extremities

Cut some slices in length

Cook them in a pressure cooker or in boiled water

Drain them on paper towels

Mix eggs with crème, flour, curry, salt and pepper

Put some butter on a cake mold

Dispose a layer of crème, a layer of zucchini a layer of salmon + basilic, ciboulette, salt, pepper then repeat until the mold is filled

Cook for about forty five minutes th 7 (210°)

Serve lukewarm or cold with tomatoes and salad

Enjoy your delicious summer meal!