Lou Pastrouil

3ème Trimestre 2026 N°56



Le journal des résidents du CHU de Nice-Cimiez

chu de Nice

« Le souvenir est le parfum de l'âme. »

George Sand



Pensées pour Mme T. Jacky
et M. D. Louis
qui nous ont quittés.

Mme T.C : « Le plaisir de se mouiller, de se baigner, j'allais à la Tour Rouge et surtout à Villefranche, tout au bout à la Marinière, en bas de l'escalier de la route pour aller à Passable. »

Mme S.J : « On va se baigner le plus près à Opéra Plage, j'amenais les enfants. »

Mme G.C : « Je venais chez mes parents à Nice avec ma fille et j'allais passer les vacances, mes parents habitaient au Col de Villefranche, ils sont venus quand mon père était à la retraite. On s'est beaucoup plu et lorsque mon mari a été à la retraite on est venus puis ensuite nos beaux-parents nous ont suivis. On marchait beaucoup, mes parents avaient une petite propriété à St Martin d'Entraunes on y allait prendre l'air frais. »



Mme T. C : « C'était le moment des vacances, on voyageait avec mon mari, on a fait la Grèce, l'Italie et ensuite des voyages organisés, toute seule ou avec ma fille. Quand j'étais plus jeune j'allais en vacances chez les religieuses en colonie de vacances à St Etienne de Tinée. »

Mme C. Lu : « J'allais en colonies de vacances de la Marine Nationale, il avait fallu que je me fasse raser la tête car il me restait des lentes, c'était en Savoie je me rappelle que le car était passé devant une distillerie de bénédictines, j'avais 10 ans. »

Mme V.M : « Moi j'allais au Port de Nice à la Réserve, on se donnait rdv tous là-bas, on se retrouvait avec un piquenique . On avait des petits bateaux. Mon ex-mari allait pêcher avec le bateau, un point, c'est moi qui cuisinais la soupe ou la friture. On envoi les enfants en colonie de vacances, ils étaient contents d'y aller, ces colonies leur permettaient d'aller ailleurs. Je montais à Entrevaux, on avait des amis on allait les rejoindre. Je passais aussi du temps chez ma sœur, elle avait la plage à côté des fois je dormais chez elle à Cannes, elle avait un grand jardin, je n'aimais pas trop la montagne. »

Mme C.Li : « L'été, j'allais à Bellerive, parce que j'avais un ami qui était skippeur, tout l'été on s'occupait des enfants de l'hôtel, les riches allaient faire du ski nautique.

•Au club enfant on jouait au tennis, on faisait de la marche aux plages de sable de l'autre côté. De 10h30 jusqu'à 16h, on était plus au moins payés par des clients ou bien ils nous invitaient au restaurant. A Cannes, c'était au-dessus du Vieux Port j'avais 90 marches à monter. »



Mme O.A : « La plage de Villefranche est remplie du matin 6h au soir tard l'été. On entend des cris. Nous on craint l'été ; quand on était à la montagne on pouvait aller se baigner dans le lac d'Annecy. »

Mme S.J : « On allait à la plage à Nice à Rauba Capeu, on y restait, on venait manger le piquenique. On allait dans le Jura parce qu'il y avait ma grand-mère à Malange près de Dole. Il y a pleins de petites villes qui finissent par « Ange »

Mme B.Y : « Les vendanges en septembre à San Marzano près de Turin c'était un tout petit village avec beaucoup de vignes quand c'était la saison, on allait avec les parents, on restait un mois. Ma grand-mère était piémontaise alors il y a les cousins les cousines qui habitaient encore la ferme. »



Mme G. F: « L'été quand j'avais mes vacances, j'avais un petit bateau, on allait à Golfe Juan, on allait jusqu'aux Iles Ste Marguerite, on pêchait et après le soir on mangeait le loup. On allait en Italie, Venise, Florence, on allait à Cuni. Du côté de Venise il y a des cousins à mon mari.

Je travaillais à l'hôpital à Pasteur, ils faisaient la stérilisation et à St Roch au bloc opératoire, toute la famille a travaillé à l'hôpital, ma cousine était sage-femme, on en avait besoin des vacances... »

Fête Nationale 14 juillet

Le défilé avait lieu sur l'avenue Jean Médecin avec le discours du Maire.

Il y avait un bal à Garibaldi, moi j'aimais regarder danser les gens, des personnes âgées qui dans aient la valse en levant la jambe c'était marrant, les enfants on s'amusait. Juillet on allait encore à l'école, on devait défiler avec les fleurs et des petits drapeaux, on allait au Monument aux Morts. »



Mme G.R. R : « La Ville de Nice organisait des colonies de vacances à Jausier pendant un mois, j'avais 12 ans, je me souviens des feux de camps, on marchait beaucoup, on faisait des piqueniques dans la nature. »

Mme O.A : « Il y avait la batteuse pour battre le blé à Veyrier, on avait encore les vacances, on était gamins, on guettait la batteuse qui s'arrêtait devant les fermes, on allait aider séparer la paille et les grains. On avait des bottes de paille à la ferme, on les portait, à 10h tout le monde s'arrêtait pour casser la croute, il y avait des paniers avec des bugnes, on en fait toute l'année des rissoles, tartelettes couverte avec de la confiture dedans. »



M.G.P.C : « On avait des amis qui habitaient à St Martin Vésubie, ils avaient une ferme avec des vaches des moutons, des chevaux j'avais 5 ans, on allait dans les fermes, chercher le lait, on mangeait la tomme de vache. »

Mme O.A : « On devait ramasser les foins à la campagne, les adultes ne voulaient pas trop car ils avaient peur que l'on se fasse mordre par des vipères comme il y avait un petit peu d'eau et nous nous promenions en sandales, mais on était terrible on n'obéissait pas. »

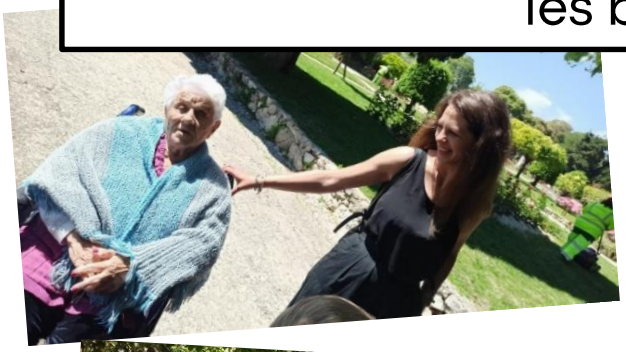
Mme F.M : « Avec mes parents à St Martin du Var, j'avais un potager, mon père avait une campagne, on ramassait les tomates févette et on faisait le pan bagnat. »

Mme C. L : « Je suis allée en voyage organisé à Ste Anna de Vinagio, une journée sur l'avenue Jean Médecin, il y a organisme de voyage. »



M.G. PC : « Je faisais les foins au Piémont à St Pietro de Monte Rosso. Mon oncle et mon grand-père allaient couper l'herbe, on faisait sécher et on faisait des « bariouns » (fagots de foins). C'était des paquets de foin, ils portaient sur le dos et après il fallait les défaire dans les granges. Il y a une trappe qui donnait sur l'étable et de là-haut, ils faisaient descendre le foin pour nourrir les vaches. Je passais dans la trappe on dévalait sur 3 et 4 mètres et les deux autres enfants étaient mes tantes, l'une avait 6 et l'autre 10 ans de plus que moi. »

Sorties au Monastère avec Azur Oxalis pour voir les belles roses



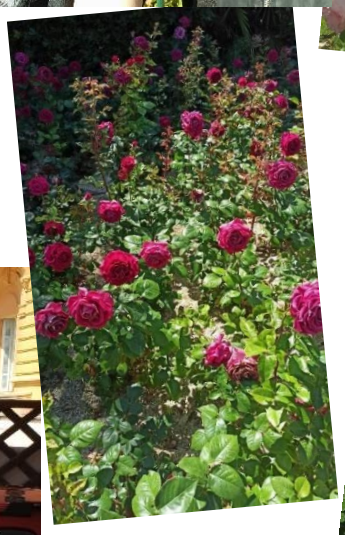
















Les matinées au Jardin





Loto anniversaires



Gym Kiné



Harpiste du CNNR



Eric et Virginia concert





Atelier d'Ecriture avec Chinaski





Projet En corps et En cœur du 22 mai

Avec les étudiants et les travailleurs de l'ESAT de l'APJR SAS.: une journée festive à l'école Hétis à Cessole autour du développement soutenable, avec des stands et des animations tout au long de la journée Nous avons fait le spectacle avec les jeunes en LSF (Langue des Signes Français) sur l'amphithéâtre extérieur, devant un public.
Nous nous étions rencontrés en amont au CHU pour un moment d'échange de musiques chanson en LSF et percussions.













Amelle (service civique) est venue nous proposer des ateliers

« Archives départementales »...

Atelier des sceaux contient une partie « théorique » qui permet de faire poser le plâtre. Cette partie « théorique » retrace l'histoire de la sigillographie et son usage. Vous trouverez sur la photo associée, ce que nous distribuons aux résidents : la matrice en silicone et les informations sur l'histoire du sceau. Ici celui des métiers d'Arles. Vous trouverez dans la partie gauche de la photo, le résultat final que les résidents peuvent garder, leur sceau en plâtre.

Archiquizz, ce jeu de questions centré sur l'histoire patrimoniale niçoise contient sept thématiques. La carte se compose d'une question avec au dos la réponse et l'image d'archive associée. Suite à une bonne réponse, chaque joueur reçoit un franc niçois (une image d'archive aussi issue de notre fond). Nous sommes actuellement en recherche d'une roue de bingo, nous devrions en faire l'acquisition rapidement.

Le loto du patrimoine, les planches sont assez simplistes, et à chaque numéro est associé une photo d'un monument niçois, ainsi que son explication.

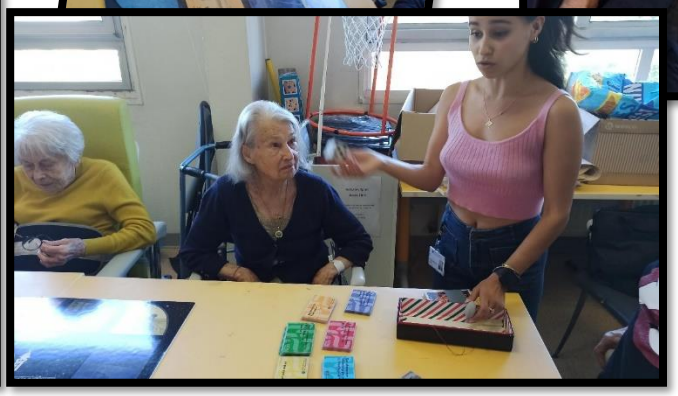




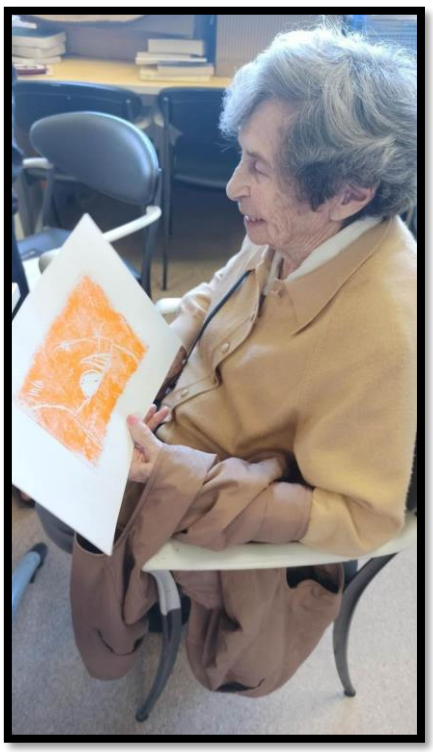




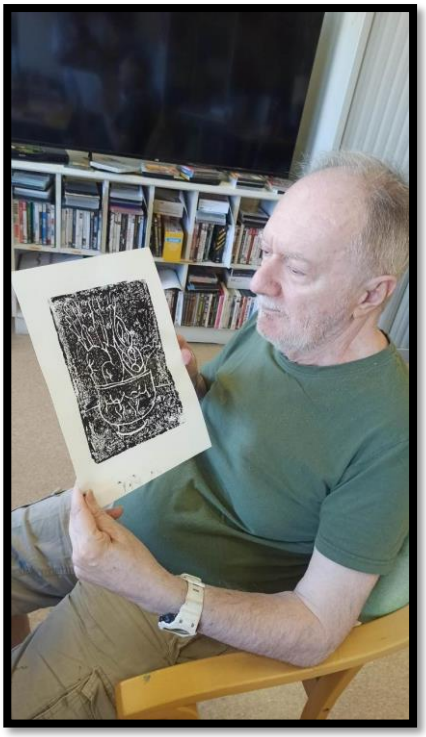




Atelier linogravure
en atelier d'arts plastiques avec Eglé





Fête de l'été

avec l'accordéoniste Jean Louis Semprini













1 Lettre 1 Sourire

« 1 lettre 1 sourire est une association à but non lucratif qui a pour mission de créer des liens intergénérationnels et d'apporter du réconfort grâce à des lettres personnelles écrites avec bienveillance. La majorité de nos écrivains ont entre 10 et 35 ans. Cette lettre a été rédigée lors d'un de nos ateliers de sensibilisation. Cet écrivain souhaite partager avec vous un peu de son quotidien et vous dire qu'il pense à vous. »

« Bonjour, je m'appelle Daniela et je vis en Espagne. J'aime beaucoup les animaux et écouter de la musique. J'aime aussi passer du temps avec mes amis et ma famille. Je suis brune, avec les yeux marrons et les cheveux longs et ondulés. Ma mère est colombienne et j'ai de la famille là-bas. J'aimerais beaucoup pouvoir voyager un jour pour leur rendre visite, surtout à ma grand-mère, que je n'ai pas vue depuis de nombreuses années.

La dernière fois que j'y suis allée, j'avais sept ans et c'était un voyage incroyable, même si je ne me souviens pas de beaucoup de choses parce que j'étais petite. Je voulais vous écrire cette lettre pour vous saluer et partager un peu sur moi. J'espère que mes mots vous apporteront un moment de joie et de douceur.

Je vous envoie mes meilleures pensées et je souhaite de tout cœur que vous passiez une belle et agréable journée Avec toute mon affection. Daniela élève de 1ère BAC C »

Nous avons répondu avec Juliette, Liliane, Pierrette, Franca, Alice, Marise, Marie.

« Bonjour, nous te remercions pour ta jolie lettre. Nous sommes heureux de pouvoir partager ces quelques phrases avec toi.

Nous vivons en maison de retraite à Nice, nous nous sommes réunis pour te répondre : il y a Alice, Liliane, Madeleine, Teresa, Yvette, Franca, Pierrette, Juliette, Catherine, Marie et moi la psychologue Manon et Karine l'animatrice. Ici, aussi nous avons les animaux et la musique, ainsi que la plage, le cinéma, la lecture, les jeux, les sorties, faire des promenades Nous faisons des activités et nous sommes allés à une bataille des fleurs grâce à Alice qui a eu l'idée, et l'animatrice qui a organisé la sortie. Notre ville s'appelle aussi « Nissa la Bella » où il y a des fêtes, elle est à la frontière avec l'Italie...»



« Ça nous a fait plaisir le courrier que vous nous avez envoyé, ça nous remonte le moral. On vous remercie de tant de gentillesse. On est content d'avoir des nouvelles et c'est gentil de nous écrire. Moi j'ai des enfants, des arrières petiots enfants, on n'a plus de maris. On a un beau jardin et nous sommes rassemblées sous une tonnelle avec les oiseaux qui chantent et un petit vent agréable. On aimerait bien vous connaître. On aimait voyager, piqueniquer, aller au bord de la mer. Dans deux jours, il y a la fête de l'été avec un accordéoniste, on pourra peut-être danser. De temps en temps dans les animations on a des cours de niçois et cet après-midi, il y a une intervenante qui va nous faire une animation sur les monuments, elle vient des Archives départementales du 06. On va se promener aussi avec l'animatrice qui écrit pour nous en ce moment.

On aime les bonbons et le chocolat, « je vous ai apporté des bonbons »

On vous remercie pour la belle lettre et à bientôt pour des échanges épistolaires.

Bien à vous. »



Projection Carnaval 2026



« Encore une belle édition que ce carnaval 2026 qui mettait la Reine à l'honneur.

Pour cette belle édition, nous avons dit au revoir à un Monsieur du Carnaval de Nice, une figure incontournable que toutes les niçoises et niçois connaissent.

Par tous les temps, sous la pluie, le vent, le froid et sous le soleil, ce Monsieur est immanquable, je veux vous parler de mon ami Jean Pierre, plus connu comme Homme de Cro-Magnon.

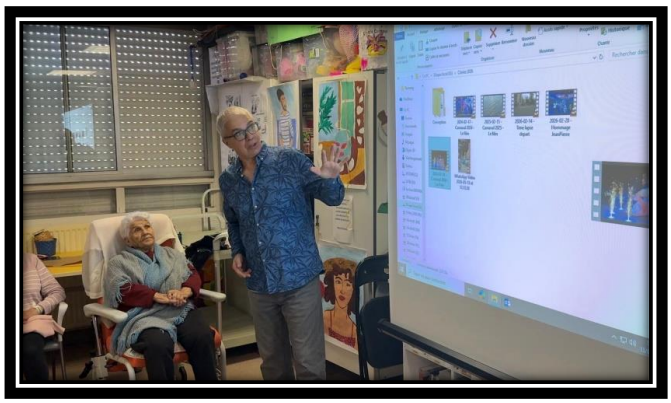
Depuis 33 ans, il est dans Carnaval, il fait partie du Carnaval, et, cette année, pour ses 80 printemps, il raccroche sa peau de bête, sa massue et sa fidèle épouse faite en chiffons.

Nous sommes devenus complices au fil du temps et avons partagés d'immenses moments de fous rires lorsqu'il surprenait son public sous mon objectif. Mais pas que...

Bonne retraite mon ami, bonne retraite mon Jean Pierre. Tu nous manqueras mais nous aurons toujours une pensée qui ira vers toi à chaque corso. »

Laurent Guiraud





Recette des rissoles

Les rissoles sont de petits chaussons croustillants, garnis d'une farce savoureuse à base de viande et de légumes, parfaits pour un repas convivial.

Ingrédients

- Pour la pâte :

250 g de farine

125 g de beurre ou margarine

1 œuf

Un peu d'eau froide

1 pincée de sel

- Pour la farce :

300 g de viande hachée (bœuf, poulet ou agneau)

1 oignon finement haché

2 gousses d'ail écrasées

Persil frais ou coriandre

Sel, poivre et épices au choix (cumin, paprika, muscade)

Optionnel : un peu de fromage râpé pour plus de saveur

Préparation

1. **Préparer la pâte :**

Dans un saladier, mélangez la farine, le sel et le beurre coupé en petits morceaux jusqu'à obtenir une texture sableuse. Ajoutez l'œuf et un peu d'eau froide, puis pétrissez jusqu'à obtenir une pâte homogène. Formez une boule, enveloppez-la dans un film alimentaire et laissez reposer 30 minutes au réfrigérateur

2. **Préparer la farce :**

Faites revenir l'oignon et l'ail dans un peu d'huile à feu doux pendant 5 minutes. Ajoutez la viande hachée, salez, poivrez et incorporez les épices et le persil. Laissez cuire 10 minutes en remuant, puis laissez tiédir

3. **Former les rissoles**

Étalez la pâte sur un plan fariné et découpez des cercles d'environ 10 cm de diamètre. Déposez une cuillère de farce au centre de chaque cercle. Mouillez les bords avec un peu d'eau, repliez la pâte pour former un chausson et soudez en appuyant avec les doigts. Vous pouvez dorer les rissoles au jaune d'œuf pour une belle couleur dorée.

4. **Cuisson :**

Préchauffez le four à 200°C et disposez les rissoles sur une plaque recouverte de papier sulfurisé. Enfournez jusqu'à ce qu'elles soient bien gonflées et dorées, environ 15 à 20 minutes. Servez chaud, éventuellement accompagné d'une salade.

Astuces et variantes

Vous pouvez remplacer la viande par des légumes ou du fromage pour une version végétarienne

Pour des rissoles sucrées, utilisez une farce à base de fruits comme pommes, poires ou coings, et saupoudrez de sucre avant cuisson. La pâte peut être préparée à l'avance et conservée au réfrigérateur pour gagner du temps lors de la cuisson. Cette recette traditionnelle française, originaire de la région de la Loire et de Savoie, est idéale pour les repas en famille ou les occasions festives, et peut être adaptée selon vos goûts et régimes alimentaires. »

Agenda Juillet /Août / Septembre

Concert avec Charly à l'accordéon le 22/07 à 15h

Danseuse Erika le 7 Août à 15h

Conférence « Le monstre du Loch Ness » le 20/07

CHAAM avec Denis BIETTE Président du Cercle d'Histoire et d'Archéologie des Alpes-Maritimes Directeur de la publication "Revue Archéologique des Alpes du Sud

Cours de niçois : Le 02/07, 28/07, 2/09, 30/09 à 10h30

Rdv pour des jeux avec les bénévoles de l'association Azur Oxalys : 7/07, 08/09, 22/09

Atelier d'écriture Chinaski : Le 23/07 à 15h

Atelier chant avec Corinne : Le 3/07, 10/07, 31/07, 7/08, 13/08, 4/09, 11/09

Concert Barbalucou : Le 09/09 à 15h

Les anniversaires/Loto A3 : Le 30/07, 31/08, 24/09 à 15h

Pâtisserie à 9h30 : Le 21/07, 12/08 le matin à 9h30

Atelier d'arts plastiques avec Egle : Le 10/07 et 11/09

Gymnastique avec les kinés : à déterminer

Sortie au complexe sportif de DEVENS : Jeux INTER EHPAD à Beausoleil le 18/09

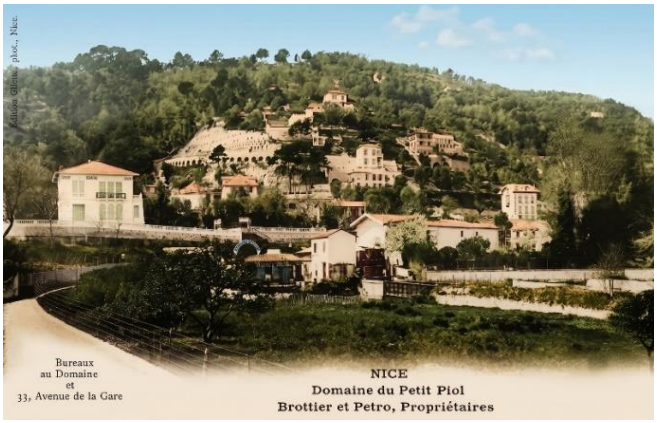
Un p'tit tour au jardin une fois par semaine.

Dans les chambres en individuel

Barbalucou : 1/07, 24/08

Duo lyrique : 8/07, 18/08

Chinaski : 16/07, 29/07, 17/09





Responsable publication :
Docteur I. Bereder , Cheffe du Pôle de Gérontologie
Rédaction et réalisation :
Les résident(es) du service EHPAD et USLD pavillon Mossa A2 et A3 en atelier d'animation mené par K. Le Quiniou avec l'aide des équipes de soins.
Juin 2026
CHU de Nice
4, Avenue Reine Victoria
06003 Nice Cedex 1