

# Thonon-les-Bains Foyer de Vie



Foyer de Vie (FAS)  
« Les Marmottés »  
Thonon-les-Bains (74)

6 impasse des Narcisses - 74200 THONON  
Tél. : 04.50.73.16.39

## Bulletin de Foyer de Vie - Les Marmottés

- Édition du 20 juin 2024 -



### Mot d'accueil

Chère lectrice, cher lecteur,

Avec l'été que nous espérons tous ENFIN voir arriver, les membres de l'atelier journal vous proposent une rétrospective des activités et des intérêts marquants de ce 2ème trimestre.

Bonne lecture et bel été à toutes et à tous.

C. Jacquemmoz

## **Petit mot de Brigitte**

J'aime bien les sorties qu'on fait ici, j'aime bien Gaëtan, ici j'aime bien l'équipe des AMP. Je regrette Katia, on l'a bien gâtée. Nous avons le soleil au foyer. Je regrette bien mon amie Françoise, c'était mon rayon de soleil.

**Brigitte Z.**



## Tous en cuisine

Après un démarrage pluvieux du printemps, nous avons fait défiler deux ou trois repas composés de fondues et spaghettis bolognaises, plus Pâques avec deux ou trois menus améliorés par Elios et une chasse aux oeufs; également des repas en annexe en attendant les pique-niques et barbecues ainsi qu'une météo plus clémente.

Arrive début mai avec une météo toujours maussade: les repas en annexe se poursuivent donc, mais une idée repas avec un poulet à la broche et pommes de terre venus du marché de Thonon et des menus améliorés pour le 1 et 8 mai! En attendant la fête des familles du samedi 22 juin, deux sorties pique-nique au parc des oiseaux à Villard les Dombes et un cap foot à Annecy ont pu se réaliser.

Nous avons également fait une croziflette en annexe très réussie. Un projet nommé Grande lessive avec des bulles de savons en dessin nous a convié également à un pique-nique au 31 mai.

Nous avons pu faire une ou deux sorties thermos au parc aux écureuils à Amphion et un pique-nique à Excenevex le 5 juin.

Donc bienvenue à la fête des familles !

**Sébastien L.**



## La dette fiscale Française

1 / **Dette fiscale française**: au 20/02/2024, sur le journal le Parisien (comme d'après les autres journaux comme le Figaro, Libération...), ils nous parlent tous d'une dette de plus de 3 101 milliards d'euro, mais ce qu'ils ne font pas, c'est la division par le nombre d'habitants vivant en France.

**D'où, faut-il s'en inquiéter ?** Non ! Pourquoi ? Car  $3\,101\text{ milliards} / 68\,373\,433 =$  trop dur à calculer. Faisons  $3\text{ mille milliards} / 70\text{ M} = 42\,857,14\text{€}$  qui correspond au montant de la dette publique par personne.

Voici vraiment la dette fiscale par personne: 42 857,143€. En sachant que nous sommes 68 M d'habitants en France et qu'en divisant cette dette fiscale de  $42\,857 / 68\text{ M} = 0,001$  diviser par 10 au lieu de 12. Cela s'élève à 0 divisé par 30, égale encore à zéro par jour / encore par 68 M = 0! Même si ce n'est pas à diviser par 68 M mais par

70 M, nous obtenons le même résultat que précédemment, zéro !!

**Conclusion 1:** il ne faut pas s'inquiéter car la dette en 1 an serait réduite à zéro. Et comment comprendre ce calcul en prenant comme modèle un calcul avec moins de personnes et une dette moins élevée ?

Exemple,  $120\,000 / 20\text{ personnes} = 6\,000 / 10\text{ mois au lieu de }12 = 600 / 30$  car 1 mois = 30 jours =  $20 / 20\text{ personnes} = 1\text{ euro}$ .

Maintenant, comment faire comprendre aux gens qui se trouvent à la tête du gouvernement que la dette fiscale ne doit pas se faire rembourser en payant la CSG et autre (ce que l'on voit quand nous recevons nos impôts à payer) mais qu'une dette se rembourse par le nombre d'habitants?

Pourquoi? Car le gouvernement nous fait croire que la somme dont il nous fait cadeau (abattement de 10 % quand on doit payer les impôts), c'est en fait la même somme qu'il nous prend pour diminuer la dette fiscale.

Mais comment faire pour changer le procédé qui est faux depuis la mise en place de l'Euro dans les ordinateurs de l'Etat?

1/ Par courrier recommandé avec accusé de réception à tous ceux qui ont écrit un article sur la dette fiscale française. Si on ne les a plus, cela n'est pas grave, grâce à Google, on peut retrouver ces articles et que par la suite, ils fassent le nécessaire pour corriger. C'est ce qu'a fait un ancien ministre, en prenant l'argent pour réduire la dette et en faisant croire que le rabais de 10 % qu'il nous offrait, c'était en fait pour payer le remboursement de la dette fiscale.

**Conclusion 2 :** le cadeau des moins 10 % est en fait une erreur, car c'est nous qui payons la dette de la CSG et autres.

**Christine d'E.**



## **Le Liban**

La capitale du Liban est Beyrouth. Il y a : 778 492 habitants. Le mont Liban est à 3083m. La langue parlée est l'arabe là bas.

### **Géographie**

Le mont Liban est composé de versants portant du blé et des vignes, des arbres fruitiers et des oliviers.

### **Histoire**

L'indépendance du Liban commence à partir du IIIe millénaire. La côte est occupée par les Cananéens puis les Phéniciens qui fondent des cités états. Les Phéniciens dominent le commerce méditerranéen au VIIIe av. J-C. Le pays connaît les dominations assyrienne, égyptienne, perse, babylonienne puis grecque en 64-63 av. J-C. Le Liban fait partie de la province romaine puis byzantine de Syrie. Il est conquis par les arabes en VIIe - XIe siècle. La côte et la montagne servent de refuge à divers communautés chrétiennes chiites.

Le Liban a beaucoup de pâturages et pour moi le Liban est un pays bordé de nombreuses montagnes, de crevasses et de beaucoup d'avalanches de rochers qui atterrissent sur la route ensuite. Il faut beaucoup de 4x4 qui roulent en ville et en montagne.

**Benoit R.**



## Le jardin au printemps

Après avoir désherbé les fleurs autour du bâtiment, nous avons arrosé les géraniums qui sont dans l'accueil de jour. Nous avons mis du compost au jardin et désherbé les framboisiers. On a également changé la terre des plantes d'intérieur.

Nous avons également rempli de terre et de terreau le bac en bois (accueil de jour), pour planter des aromatiques.

Nous avons peint des palettes pour en faire des canapés pour l'extérieur. Enfin nous allons remplacer les jardinières qui sont sur le balcon par des nouvelles jardinières.

**Philippe C.**

## Pâques

La résidence Les Marmottés a fêté Pâques comme de coutume. On a festoyé la ramasse des œufs le lundi de Pâques. Il y avait à midi un repas amélioré qui était une salade gourmande en entrée, un vol au vent de la mer en plat, du saint Paulin en fromage et un moelleux au chocolat en dessert.

Dans l'après-midi, chasse aux œufs !! Cela consistait à présenter aux joueurs des œufs en papier peint de différentes couleurs. Ils étaient tous de paires semblables. On a séparé les paires, les uns étaient cachés dans les recoins de toute la maison, les autres étaient entassés sur une table. Le jeu consistait à trouver la paire de notre œuf choisi ayant les mêmes couleurs et on gagnait des œufs en chocolat.

L'énorme œuf en chocolat se gagnait en trouvant l'œuf doré, lui aussi caché. La fête était très réussie!

**Corinne J.**

## Les tulipes

Ce qui est bien avec les tulipes, c'est qu'elles ne demandent pas trop de travail. Chaque année, elles sortent toutes seules et toutes les fois de couleurs différentes.

En lisant le Dauphiné Libéré du mardi 26 mars 2024, on regarde une énorme photo de tulipes de toutes les couleurs mais cette photo du Dauphiné Libéré, ce n'est pas une photo prise en Hollande mais en Italie, à Grugliasco près de Turin. En totalité 500 000 bulbes.

Un autre jardin de Tulipes en Italie, celui de Milan, c'est le premier avant celui de Grugliasco. Mais le nom de la Hollande est soulevé, car ce sont des Hollandais qui ont créé ces 2 jardins Italiens.

En conclusion, en regardant la messe de Pâques à Rome, les tulipes ont été apportées par les Hollandais.

**Christine D.**

## **Nouveau résident**

Nouveau résident, Franck C.: il a intégré le foyer après le départ de Françoise, le 1er avril.

Désormais en accueil permanent après avoir fait quelques séjours en accueil temporaire, il me semble que Franck soit bien intégré à la vie du foyer.

**Michel C.**





## Sport par cycle

Natation: on est allé à la piscine avec Rémi et Magalie. Dans le groupe il y avait Vitali, Franck, Brigitte, Fabrice et Binta. Nous avons nagé la brasse et le crawl. Cette activité a eu lieu tous les lundis pendant 1 mois et demi à la cité de l'eau à Publier. On s'est bien amusés, on a beaucoup nagé, ça nous a bien intéressés.

Depuis le 27 mai, on fait du vélo. Durant l'été, on fera la natation à la piscine extérieure d'Evian.

Franck C. et Binta D.

## Les pots de départ

Le départ d'Ombelyne (AES du foyer puis à l'accueil de jour) été un moment d'émotion pour nous et puis surtout pour elle. Elle organisait les marches, les pique-nique, les sorties à la piscine, et il y avait Sulky, son chien fidèle qui adorait jouer avec les résidents.

Les ADC s'occupe de l'entretien des locaux, des chambres. Aurore est partie du foyer le 1er avril 2024. Le jour de son pot de départ, elle était émue, elle a beaucoup pleuré. Aurore est une personne gentille, solaire, boute-en-train, joyeuse. Nous avons été ravis de la rencontrer. On remercie Aurore.

Katia a fait son pot de départ mardi 7 mai. Il y avait énormément de victuailles, on pouvait déguster des chouquettes, des beignets au chocolat et des rochers à la noix coco. Les mixés ont pu manger chacun un tiramisu. Katia pour son pot de départ fut couverte de cadeaux : des plantes, des habits, avec des bibelots de toutes sortes. Katia était à l'accueil et depuis le départ de Christelle, elle était coordinatrice. Elle a travaillé au foyer environ 10 ans ce qui fait bien longtemps. Son départ va faire un vide aux Marmottés.

**Corinne J., Michel C., Binta D. et Philippe C.**



## Carnaval

Un carnaval, des carnavaux ! Au carnaval, nous avons vu les chars à Allinges. Depuis les chars, ils lançaient de l'eau et des confettis.

Nous avons aussi fait le carnaval au foyer, on s'est tous déguisés avec des chapeaux et des masques. On a mis de la musique, une partie des résidents a dansé. Nous avons mangé des chouquettes.

A la Matagasse de Thonon, il y avait un char avec Astérix et Obélix. Nous sommes aussi allés à Bonneville, Evian pour voir les différents.... carnavaux !!

Michel C.

## Chamonix

Le lundi 25 mars nous avons accompagné Jean-Henri à Chamonix. Pendant qu'il était avec sa famille, nous sommes allé au restaurant "la crèmerie du moulin". Il y avait Benoît, Pascal, Eugénia, Justine, Sonia et moi. Nous avons bien mangé. Il y avait steak/frites, raclette, pizzas... Nous avons également eu comme desserts : tiramisus, glaces, gâteaux et petits cafés. Après nous avons fait une balade et du "lèche vitrine" dans le centre de Chamonix. Nous avons fait des photos sur un télésiège. On a récupéré Jean-Henri et nous sommes rentré au foyer. C'était une très bonne journée et les AMP ont bien conduit.

**Michel C.**





## Médiation animale

Deux vendredis par mois pendant 1h, nous nous rendons à la médiation animale au poney-club de Sciez. La monitrice d'équitation, Lise, nous accompagne lors de ce temps.

En arrivant au poney club, nous choisissons chacun un poney, nous leur mettons un licol et une longe. Nous accrochons les longes des poneys dehors pour les brosser, lorsque nous avons fini avec le brossage, nous partons en promenade à la main avec les poneys. La promenade dure environ 30 minutes avec une pause pour laisser les poneys manger l'herbe car ils sont très gourmands.

Après cette pause, on retourne au poney club et nous leurs donnons du pain dur. Puis nous ramenons les poneys dans leurs box et nous leurs retirons leurs licols et leurs longes.

Cette activité me plaît, le lien avec le poney me calme.

**Franck C.**





## La grande lessive

Jennifer est venue me voir un après-midi pour me dire qu'il y avait un land art sur la grande lessive. Elle m'a demandé, ainsi qu'à d'autres résidents, si je voulais participer à cet art plastique. Elle nous a fait voir de la peinture, des découpages comme guide. L'atelier avait lieu 2 samedis de suite.

Tous les intéressés ont créé, moi aussi j'ai pris des bouchons de tailles différentes et j'ai peint des cerises, par grappes de deux.

Le jeudi 21 mars, le vernissage a eu lieu à Evian en plein air. Les dessins ont été accrochés sur une corde et attachés avec des pinces à linge en bois. On n'était pas tout seuls, il y avait d'autres œuvres d'art. L'exposition a duré un jour avec un temps incertain.

**Corinne J.**



## Parc aux oiseaux

On est partis le 5 mai à 8h30, nous sommes arrivés au Parc à 11h30. Nous avons vu différents oiseaux. Nous avons fait le tour du parc. Nous avons pique-niqué à l'intérieur du parc.

Il y avait un spectacle d'oiseaux fauconniers, le Gypaète barbu, des aigles, des chouettes, des hiboux...

Il y a plusieurs escales en Amérique du sud, Océanie, Europe, Asie et Afrique qui représentent les oiseaux des différents continents.

J'ai beaucoup aimé ce parc, j'aimerais y retourner.

Le spectacle était impressionnant car les oiseaux volaient au dessus de nos têtes.

Je vous conseille vivement de visiter ce magnifique parc situé à Villars-les-Dombes dans l'Ain.

**Michel C.**



### **Anais et sa troupe de théâtre d'improvisation**

Nous avons pu regarder le dimanche après-midi du 28 avril, vers 15h, Anaïs et sa troupe de théâtre d'impro. Ils étaient 3 filles et 4 garçons. Tous les 7 comédiens interprétaient plusieurs scènes sur des thèmes bien précis. C'était bien réussi. On a tous bien apprécié le spectacle. Cela a duré une petite heure.

Après au fond de la salle était dressé un buffet. On y trouvait des parts de cake avec des chamallows et aussi toutes sortes de boissons fraîches. Ensuite, quand la collation fut prise tout le monde est parti de son côté, heureux.

**Corinne J.**





## L'Italie

L'Italie est un état d'Europe près de la Méditerranée. Il y a 60 990 000 habitants qui vivent dans l'état. Drapeau vert, blanc, rouge. La monnaie est européenne.

**Histoire:** la République à régime parlementaire constitution en 1947, entrée en vigueur en 1948, le président de la République est élu pour 7 ans par un collège composé des membres du parlement et de représentants régionaux. Le parlement formé de chambres des députés et du sénat, est élu au suffrage universel et représente 20 régions.

**Géographie:** membre du G7, l'Italie est le plus développé des états méditerranéens. Grâce à une renaissance rapide après la seconde guerre mondiale (le miracle Italien), aujourd'hui les 2/3 des Italiens vivent dans les villes. 4 agglomérations (Rome, Milan, Naples, Turin) dépassent le million d'habitants. Mais cette population ne s'accroît plus en raison de la chute de la natalité. L'agriculture n'occupe plus guère que 4% des actifs, cependant la production reste importante notamment pour les céréales (blé et maïs).

**Benoît R.**

## Interview de Pierre B

Concert de Tiken Jah Fakoli:

1) De quelle origine vient le mot Tiken Jah Fakoli?

Le chanteur vient de Côte d'Ivoire. Le mot "Jah" représente le dieu de la culture Rasta. Pour eux, le dieu Jah a existé en tant que personne vivante: "Haile Selassié 1er", qui a été couronné Empereur d'Ethiopie en 1930, est considéré par les rastas comme la réincarnation du dieu vivant.

2) Quelle ambiance au concert?

C'était une très bonne ambiance, avec une partie du public debout devant la scène.

3) Etiez-vous content du concert?

Oui énormément, à son habitude, il a joué son répertoire de musique traditionnelle avec des instruments traditionnels comme le Djembé, la Kora et le Balafon. Il a aussi chanté dans sa langue traditionnelle, l'Yvoirien, mais aussi en français et en anglais.

**Philippe C.**

## Dramathérapie

Avec un démarrage en septembre 2022, qui a abouti sur une pièce de théâtre apprise par coeur courant mars 2023, nous avons poursuivi par une pièce en improvisation pour avril 2024.

La prof était très professionnelle et nous a appris l'art du théâtre; une pièce jouée par elle et sa troupe a été présentée le 28 avril 2024. Merci Anaïs !