



La petite Gazette de la résidence Beauregard

Du mois d'Avril 2026

Bonjour à toutes et à tous,

Nous sommes heureuses de débiter ce joli mois de mai à vos côtés. Il s'annonce riche en échanges, en découvertes créatives et sportives ainsi qu'en rendez-vous gastronomiques.

Le soleil s'est montré généreux en ce mois d'Avril, n'hésitez pas à sortir le bout de votre nez pour faire le plein de vitamine D.

Il suffit de quelques minutes, plusieurs fois par semaine, pour découvrir les bienfaits directs que procurent les rayons de soleil dans vos vies :

- En stimulant la production de vitamine D, il améliore l'humeur et stimule le système immunitaire.
- Il aide à lutter contre la morosité saisonnière en produisant de la mélatonine.
- Il favorise l'oxygénation des cellules et réduit la pression artérielle du cœur.

Pour profiter au maximum des bienfaits des rayons de soleil dans vos vies, protégez-vous : appliquez de la crème solaire, chapeautez-vous et buvez (de l'eau !) régulièrement.

Et entourez-vous de gens solaires, ils ont les mêmes effets que le soleil !

Belle lecture à vous.



Vernoux, de 1900 à aujourd'hui.

Voici quel a été le sujet de nos nombreux échanges ce mois-ci :
Vernoux en Vivarais.

Nous étions curieuses, et nous le sommes toujours d'ailleurs, de savoir comment était la ville dans laquelle nous passons énormément de temps. De pouvoir découvrir l'histoire des petites ruelles que nous sillonnons chaque jeudi, de comprendre vos habitudes de vie, votre quotidien, vos possibilités dans ce territoire. De savoir comment vous vous approvisionniez, quels étaient les commerces, les points de rencontre, les habitudes... Toutes ces transmissions font partie de nos racines, de notre histoire. Et de savoir, de comprendre, nous permet aussi d'éveiller nos consciences sur notre façon de vivre, de consommer. De revenir à l'essentiel, et de pouvoir sensibiliser les prochaines générations à venir. Tous ces échanges sont riches de sens, et nous vous remercions de nous les partager avec autant de générosité.

« En 1925, 33 bars étaient installés sur Vernoux. Et j'ai entendu dire par une aubergiste, qu'en 1850, il y avait 45 bars. Mais Vernoux était plus peuplé, il y avait environ 3000 habitants. Moi, lorsque j'avais 20 ans, il y a une soixantaine d'années, il n'y en avait plus qu'une vingtaine. »

« La préfecture de l'Ardèche a été à Vernoux, pendant 2 ans. Elle se trouvait à la laiterie Maissonniac. »



« Il y avait une dizaine de boulangeries. Les grandes surfaces n'existaient pas, mais à la place, il y avait également une dizaine d'épiceries. »

« C'était plus convivial que maintenant, les gens venaient en ville les jours de marché et ils s'arrêtaient boire des coups. Les épiciers passaient 3 fois par semaine, dans les campagnes, de ferme en ferme, avec des marchandises. »



« Le marché était divisé en plusieurs parties :

- Vers la caisse d'épargne, c'était le marché des veaux. On y trouvait que des veaux. La vente s'est arrêtée dans les années 70.*
- Pour les foires, environ 6 fois par an, il y avait le marché aux vaches, place Pasteur.*
- Et tous les jeudis, on retrouvait à la place Grenette, la vente de chevreaux, lapins, poules, œufs et fromages.*

Puis avec l'apparition des centres commerciaux, tout a diminué. Les petites épiceries ont disparu progressivement car les prix des grandes surfaces étaient plus attractifs, les marchés aux bêtes ont été supprimés, les bars ont fermé avec les normes d'hygiène et l'industrialisation... »

« Les campagnes se sont dépeuplées avec la disparition des fermes »

« Dans le temps, on repérait les différentes classes sociales aux styles vestimentaires. Les paysannes portaient de longues robes sombres, avec des tabliers (Jodial, en patois). »

« Après la toussaint, jusqu'à février, il y avait les veillées. C'est pendant la période où les soirées sont longues. Entre voisins, voisines, on se retrouvait pour jouer à la belote. A minuit, on mangeait la caillette. C'est de bons souvenirs »



Les photos du mois d'Avril.



« Avril fait la fleur, mai en a l'honneur. »

En ces belles journées d'Avril, quoi de mieux que de fleurir vos vies ?
Géranium, pétunias, roses trémières, œillets... rien n'échappe à notre
belle équipe de jardiniers !



En ce jeudi 9 Avril, nous avons profité de ce grand ciel bleu pour aller se promener, méditer, bavarder, observer le lac des Ramiers, à Vernoux-en-Vivarais. Après l'atelier jardinage de fleurs, nous avons eu envie de capturer les premiers rayons de soleil et d'écouter les oiseaux chanter. Si ce spectacle vous donne envie, n'hésitez pas à le communiquer aux animatrices afin de prévoir les prochaines virées !





Vendredi 10 Avril était la journée traditionnelle de la chasse aux œufs avec les enfants du centre de Loisirs de Vernoux. Aucun œuf n'a été oublié, ouf ! Les rencontres se sont ensuite organisées en plusieurs ateliers : atelier créatif, jeux de société et activité physique adaptée ; avant de terminer par un bon goûter chocolaté.



Marie, bénévole de l'association, a accompagné un résident pour une journée pêche à la truite.



La journée ne fût pas aussi productive qu'espérée, mais quel bonheur de profiter de ce cadre pour la journée. L'air frais, le soleil, les oiseaux, le lac...

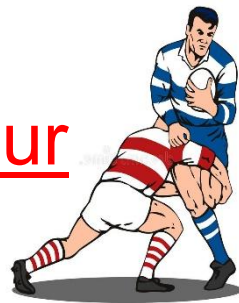
Des motivé.es pour une prochaine sortie ?



Le projet avec le théâtre de Privas intitulé « La symphonie des palettes » a débuté ce mercredi 15 Avril. Nous avons exploré toutes sortes de façon de travailler les œuvres : collage, découpage, empreinte, peinture...



Sortie exceptionnelle au VRDR, pour supporter le petit fils d'un résident.



Ce jeudi 23 Avril, direction le stade Georges Pompidou, à Valence, en fin de journée pour aller assister au match de Brive-la-Gaillarde contre Valence/Romans (VRDR) au stade drômois.

Le VRDR, équipe dont fait partie Florian GOUMAT, petit-fils de Mr Reynouard qui réside au service des pommiers, l'emporte au courage contre Brive et fait un pas de géant vers les phases finales...

Grâce à un essai à quelques secondes de la fin de Spanderashvili, Valence Romans s'est imposé face à Brive (33-27) et a fait un grand pas vers la réception d'un barrage à domicile.

Une sortie nocturne, avec son lot de surprises, de suspense jusqu'à la dernière minute et de joie. Merci à Camille et Lucile, de s'être portées volontaires pour vous accompagner dans cette rencontre sportive.

Le saviez-vous ?



Pourquoi le ballon de rugby va plus loin que le ballon de foot ?

Rien à voir avec une question de grosses cuisses. Si, à poids égal (dans les 400-450 grammes), le ballon de rugby va plus loin que celui de foot, c'est une question de forme : le ballon ovale est plus aérodynamique. Avec son bout effilé, il subit moins le freinage de l'air. En gros, il plane comme une aile et peut aller plus loin qu'un ballon rond d'environ 15%. D'ailleurs, si les oiseaux sont vaguement plus ovales que ronds, ce n'est pas un hasard : c'est que ça marche mieux dans l'air.



Petites infos !



Un nouvel atelier, en partenariat avec l'association « POTAO » va débiter en ce joli mois de MAI.

Au programme : la poterie.



La poterie est bien plus qu'un simple passe-temps créatif – elle peut également avoir des bienfaits thérapeutiques sur notre bien-être mental et émotionnel. Travailler avec de l'argile peut être une forme de méditation en mouvement, vous permettant de vous concentrer pleinement sur le moment présent.

L'idée autour de cette thématique serait de (re)découvrir l'argile et ses caractéristiques, d'explorer 2 ou 3 techniques utilisées en poterie pour travailler à la main, de pouvoir expérimenter chacune de ces techniques afin de concevoir un objet personnel et usuel.

Les pièces réalisées pourront être cuites et récupérées un peu après les ateliers (délai pour le séchage et la cuisson).

8 places sont disponibles pour participer à ces ateliers, sur la base du volontariat. Ils se dérouleront au sein de l'atelier de modelage, à Vernoux-en-Vivarais.

Voici les 4 dates prévues à ce projet : Les jeudis 21 Mai, 4 Juin, 18 Juin et 2 Juillet.



N'hésitez pas à vous rapprocher des animatrices pour vous inscrire.

Les dates à retenir

Lundi 4 et 18 Mai : Lectures et Papotes

Mardi 5 Mai : Vernissage du projet « La Symphonie des Palettes », à la salle Louis Nodon

Jeudi 7 Mai : Sortie au restaurant à l'auberge de Boffres (*sur inscriptions*)

Mercredi 13 Mai : Goûter au Lac des Ramiers

Mardi 19 Mai : Barbecue pour le service des Cerisiers

Mardi 19 Mai : Danse Assise, avec Marianne et Mylène

Mercredi 20 Mai : Pétanque, avec le Repère

Vendredi 22 Mai : Barbecue pour le service des Marronniers

Vendredi 22 Mai : Balade digestive, à Vernoux

Mardi 26 Mai : Barbecue pour le service des Abricotiers

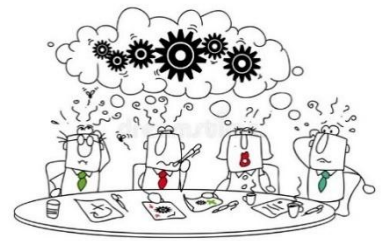
Mercredi 27 Mai : Loto

Jeudi 28 Mai : Repas à thème

Vendredi 29 Mai : Sortie au cinéma, à Vernoux-en-Vivarais



Remue-méninge



Réponse aux devinettes de la gazette du mois de Mars :



☀ Qu'est-ce qui a des pieds et une tête mais ne bouge pas ?

Réponse : un lit.

☀ Qu'est-ce qui peut remplir tout un espace sans prendre de place ?

Réponse : La lumière.



Devinette du mois d'Avril :

☀ Pourquoi les moutons se lavent-ils les dents ?

☀ Qui a deux branches, mais pas de feuilles ?

☀ Je suis un oiseau, mais aussi un fruit. Qui suis-je ?

Le saviez-vous ?

Coup de projecteur sur le ratel, animal si peu connu et pourtant si redouté de tous les animaux sauvages car il est reconnu comme l'animal le plus agressif du monde.

Appartenant à la famille des furets et des blaireaux, d'apparence si mignonne, il peut se révéler des plus féroces ! Il est capable de bouger son corps dans tous les sens. Il possède en plus un véritable arsenal au bout des doigts avec des griffes pouvant mesurer près de quatre centimètres de long.

Cet animal à la peau dure comme du cuir et aux dents acérées se trouve en Afrique.

Très rapide et réputé pour son endurance, le ratel présente une capacité plutôt exceptionnelle chez les mammifères : celle de savoir marcher - et courir - en arrière.

Le ratel est aussi féroce que futé : un ratel enfermé dans un enclos grillagé en Afrique du Sud a été filmé en train de s'évader en ouvrant simplement les verrous de l'enclos. Il est également capable de superposer des objets pour s'évader par-dessus le grillage.

