

MADE IN ALFI

LE JOURNAL DES PENSIONS DE FAMILLE



SOMMAIRE

DANS CE TROISIÈME NUMÉRO



03

ÉDITO



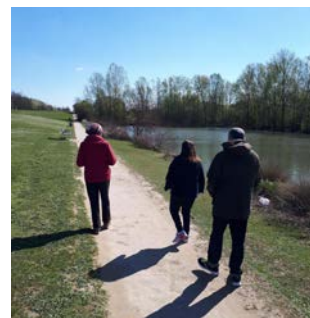
05

DÎNER AU
REFETTORIO



06

LE CHALLENGE
DES 400 KM



08

BUSSY AU SOLEIL



09

BILLARDS, CRÊPES
& JARDINAGE...



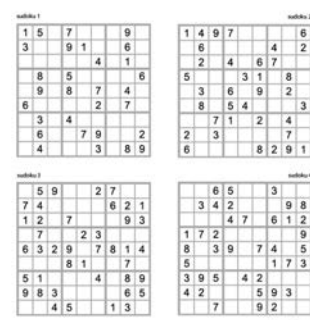
10

BABY-FOOT
À ÉCOUEN



11

L'ESPACE DES
RÉSIDENT(E)S



13

LES JEUX

ÉDITO

TROISIÈME ÉDITION DU JOURNAL MADE IN ALFI... LA VOICI !



« UNE ANNÉE 2021 RICHE EN TERME DE LIENS, DE NOUVEAUTÉS, ET CE DANS UN CONTEXTE DE PANDÉMIE INÉDIT QUI NOUS A TOUTES ET TOUS POUSSÉ À NOUS SURPASSER !

NOTRE BELLE ÉQUIPE DES PENSIONS DE FAMILLE S'EST ADAPTÉE, ET VOUS! CHÈRES RÉSIDENTES ET RÉSIDENTS, VOUS AVEZ FAIT PREUVE DE BEAUCOUP D'IMAGINATION ET DE MOTIVATION AFIN DE LAISSER TOUTE SA PLACE À LA VIE AU SEIN DE NOS PENSIONS DE FAMILLE !

DES TOURNOIS INTER-RÉSIDENCES EN TOUS GENRES, DES CHALLENGES À EN PERDRE LES SEMELLES, DES REPAS RÉINVENTÉS, DE TRÈS BELLES TERRASSES FLEURIES ET RÉAMÉNAGÉES, ET BIEN D'AUTRES MOMENTS PLEIN DE DOUCEURS ET DE PARTAGES.

LA GÉNÉROSITÉ ET LA SOLIDARITÉ QUI VOUS ANIMENT NOUS ONT PERMIS D'ALLER DE L'AVANT ENSEMBLE, DE PRENDRE SOIN LES UNS DES AUTRES, ET DE MAINTENIR CE LIEN QUI NOUS UNIT...

UN GRAND MERCI À VOUS !

UN GRAND MERCI À LA BELLE ÉQUIPE! AVEC UNE MENTION SPÉCIALE POUR ABDELAZIZ NIATI - COORDINATEUR D'ACTIONS SOCIALES DU PÔLE DES PENSIONS DE FAMILLE & BAPTISTE LEBLOND - RESPONSABLE DE PENSION DE FAMILLE, QUI ONT TRAVAILLÉ EN COULISSES SUR CETTE TROISIÈME ÉDITION DU JOURNAL "MADE IN ALFI".

EXCELLENTE LECTURE ! »

CÉCILE PETITOT, DIRECTION DU PÔLE DES PENSIONS DE FAMILLE

DEUX ANS POUR LOGNES !

LE 24 JUIN 2019, LA PENSION DE FAMILLE DE LOGNES ACCUEILLAIT SES PREMIERS RÉSIDENTS.



UN RÉSIDENT DE LA PENSION DE FAMILLE DE LOGNES :
« LE 24 JUIN 2019, ALFI NOUS A GRATIFIÉ D'UNE BELLE STRUCTURE NEUVE DANS LA COMMUNE DE LOGNES. COMME TOUT CE QUI EST NEUF, CE BEL ÉCRIN MANQUAIT D'ÂME, DE PASSÉ, DE VIE. ET LÀ, L'ALFI A BIEN FAIT LES CHOSES : DANS CET ÉCRIN ILS Y ONT JOINT DEUX DIAMANTS : AMÉLIE & MIROSLAV.
COOL AUSSI, LES AUTRES RESPONSABLES ET TRAVAILLEURS SOCIAUX DE L'ALFI (ILS SE RECONNAÎTRONT) ET UNE MENTION SPÉCIALE POUR LA DIRECTRICE : CÉCILE PETITOT.
BREF, VOILÀ DÉJÀ DEUX ANS À PARTAGER DE BONS MOMENTS ET MERCI À TOUS LES ACTEURS DE L'ALFI CAR AVEC VOUS, CETTE CHAÎNE DE GENTILLESSE ET DE COMPÉTENCES FORME UNE BIEN BELLE RIVIÈRE DE DIAMANTS. »

Il y'a 24 mois que cette aventure débutait.

De magnifiques moments partagés, des rires, de bonnes balades, de belles parties de pétanques, des départs et des arrivées. Un confinement aussi, et toujours le plaisir de se retrouver autour d'un bon café !

Un joyeux anniversaire aux résidents et à la Pension de Famille de Lognes !



L'EVENEMENT

LES PENSIONS DE FAMILLE PARISIENNES SE RÉUNISSENT POUR UN DINER GASTRONOMIQUE AU REFETTORIO



PATRICK, RÉSIDENT DE LA PENSION DE FAMILLE DE PARIS 17 : « NOUS AVONS EU LE DROIT À UNE CUISINE TRÈS FINE. DEPUIS J'Y VAIS UNE FOIS PAR SEMAINE. »

Le 28 Janvier 2021, des résidents et des collaborateurs de l'ALFI se sont rendus au Refettorio, restaurant solidaire situé dans la crypte de l'Eglise de la Madeleine, pour partager un moment de convivialité et de partage.

L'équipe du Refettorio, emmenée par des chefs talentueux et célèbres, s'est donnée une mission : « Nous offrons le soir un service de restauration accueillant pour les personnes en situation d'exclusion et de précarité, en transformant des ingrédients provenant de surplus alimentaires – qui seraient sinon gaspillés – en de délicieux plats. » Le pari est réussi ! Le restaurant aura offert à ses convives une expérience exceptionnelle et des souvenirs partagés.

En effet, grâce à un partenariat instauré entre l'ALFI et le Refettorio, les résidents peuvent profiter d'un dîner hebdomadaire pendant 3 ou 6 mois en présentant une simple fiche d'orientation.



LE CHALLENGE DES 400 KILOMETRES

LES RANDONNEURS DE LOGNES SE SONT DONNÉS UN OBJECTIF
POUR 2021 : PARCOURIR 400KM A LA MARCHE



MIROSLAV TODOROVIC, RESPONSABLE DE LA PENSION DE FAMILLE DE LOGNES :
« VENEZ NOUS AIDER ! PLUS NOMBREUX NOUS SERONS,
PLUS VITE NOUS ATTEINDRONS NOTRE OBJECTIF ! »

Les résidents de la Pension de Famille de Lognes (77) se sont donnés pour objectif de parcourir 400 kilomètres au cours de l'année 2021. Les distances parcourues par chaque résident et l'équipe ALFI sont cumulées.

Qu'il pleuve, qu'il vente ou qu'il neige, rien ne les arrête dans cette quête.

Les lacs de Lognes, le parc de Rentilly mais aussi la base Olympique de l'île de loisirs de Vaires/Torcy sont parmi les itinéraires des randonneurs.

Après quelques sorties, ils se sont décidés à allier l'utile à l'agréable en se munissant de pinces à déchets, sacs poubelles et gants et ainsi partir à la chasse aux déchets sur la voie publique.

Cette initiative leur aura permis de rencontrer des habitants de Bussy-Saint-Georges, adhérents de l'association « Bussy Zéro Déchets », qui se sont donnés la même mission.



À EMPORTER !

A LA PENSION DE FAMILLE DE FONTENAY-LE-FLEURY, PETITS-DÉJEUNERS ET REPAS RYTHMENT LES SEMAINES DES RÉSIDENTS.



QUI DIT "CONFINEMENT" DIT "A EMPORTER"

Tel est le fonctionnement qu'ont choisi les équipes ALFI de la résidence de Fontenay-le-Fleury pour pouvoir poursuivre les actions collectives.

Pour le mois d'Avril 2021, un petit déjeuner sera servi tous les Mercredis matins, et un à deux repas seront proposés sous forme de box à emporter chez soi.

UNE RÉSIDENTE DE LA PENSION DE FAMILLE DE FONTENAY-LE-FLEURY
"C'EST BIEN QUE L'ON PUISSE
MAINTENIR LES PETITS-
DEJEUNERS EN PERIODE DE
CONFINEMENT, C'EST IMPORTANT
POUR NOUS."



PRÉPARATION DU JARDIN

Malgré un temps frais, les résident(e)s ont enfilé leurs gants, sorti les pelles et arrosoirs pour faire les premières plantations de l'année.

Tomates, Laitues Batavie, Radis, Ipomée, Lupin et Oeillets ont été semés et seront entretenus tout au long de l'année. Un projet à suivre !



BUSSY AU SOLEIL

A BUSSY-SAINT-GEORGES, LES RESIDENTS DE LA PENSION DE FAMILLE PROFITENT DE LEUR ESPACE TERRASSE & JARDIN DÈS QUE LE SOLEIL S'ANNONCE.



Du soleil, quelques volontaires pour sortir et nettoyer le salon de jardin et nous voilà installés pour discuter et faire le plein de vitamine D !

MARIA, RÉSIDENTE DE LA PENSION DE FAMILLE DE BUSSY-SAINT-GEORGES : « JE SUIS UNE LÈVE-TÔT. J'AIME BIEN LE MATIN BOIRE MON CAFÉ À L'EXTÉRIEUR, AU CALME ET À L'AIR FRAIS. PARFOIS, JE SUIS SEULE, ET PARFOIS MES VOISINS PASSENT, S'ATTARDENT... C'EST SIMPLE ! UN PETIT BONHEUR DE TOUS LES JOURS DANS CE MONDE CONFINÉ QUI LIMITE LES CONTACTS ! »

SAMI, RÉSIDENT DE LA RÉSIDENCE JEUNES ACTIFS & CUISINIER PROFESSIONNEL, A OFFERT AUX RÉSIDENTS DE LA PENSION DE FAMILLE UN COURS PARTICULIER DE CUISINE.

Les résidents ont été nombreux (à tour de rôle) en cuisine aux côtés de Sami, qui a mis à disposition ses compétences et son temps le tout dans la bonne humeur !

AU MENU

Toast avocat saumon et son
oeuf poché
Risotto de coquillettes monté
au parmesan et sa tomate
provençale.
Cheesecake au spéculos dans
sa verrine.

Tous les ingrédients étaient réunis pour un super moment de dégustation, de partage et de convivialité !



BILLARD, CRÊPES & JARDINAGE...

C'EST L'ASSOCIATION IDÉALE A LA PENSION DE FAMILLE DE PALAISEAU POUR PASSER DU TEMPS ENSEMBLE.



ANTONIO, RÉSIDENT DE LA PENSION DE FAMILLE DE PALAISEAU :
« JE CROIS QU'ON A UNE CITROUILLE OU UN MELON
QUI Pousse DANS LE JARDIN ! »

Quoi de mieux que la simplicité pour se retrouver en ces temps si particuliers ?

A la Pension de Famille de Palaiseau on ne manque pas d'imagination : Inviter les résidents de Fontenay-le-Fleury pour réaliser un atelier cupcakes et s'affronter au billard.

Finir la semaine en totale détente devant un bon film et en dégustant des crêpes faites maison.

Ou encore organiser une soirée couscous pour oublier la grisaille Essonnienne.

Il aura aussi été question de refaire l'espace jardin avec de nouvelles plantations.



BABY-FOOT À ÉCOUEN

À NOËL, LA PENSION DE FAMILLE D'ÉCOUEN S'EST MUNIE D'UN BABY-FOOT. UNE SURPRISE TRÈS BIEN ACCUEILLIE PAR LES RÉSIDENT(E)S !



Cette nouvelle acquisition n'aura pas mis de temps à arriver aux oreilles des autres Pensions de Famille. De quoi donner envie à certains d'entre eux de faire le déplacement jusqu'à Ecouen pour affronter les locaux! Une bonne occasion d'organiser des rencontres entre résidences pendant un tournoi de baby-foot.

**JULIEN VARANGLE, RESPONSABLE DE LA
PENSION DE FAMILLE D'ÉCOUEN**
« UN CADEAU COMMUN POUR SE SENTIR ENSEMBLE »

À SAVOIR

Les résidents des Pensions de Famille Parisiennes et de Banlieue peuvent aller récupérer du compost à la résidence d'Ecouen.



L'ESPACE DES RÉSIDENT(E)S

JARDIN NATUREL ET ARTIFICIEL À PARIS 18



Christian nous avait déjà habitués aux fleurs qu'il entretient quotidiennement sur la terrasse de la résidence.

Aujourd'hui il transmet son savoir en proposant la réalisation de fausses plantes.

Papier, carton, magazines, publicités...

Sont parmi les supports qui lui permettent ces fabrications.



SUR LA PISTE DU RENARD...

Au mois d'Avril, Sandra Le Croller (Responsable de la Pension de Famille de Bussy-Saint-Georges) nous a proposé un petit défi. Reproduire, avec du fil de couture, des petits dessins.

Voici quelques réalisations en image :



L'ESPACE DES RÉSIDENT(E)S

UN POÈME ET UN TEXTE ÉCRITS PAR DES RÉSIDENTS

L'ART DU SYMBOLE

La poésie est l'art du symbole
Elle exprime mais ne prouve rien
Pas même la rondeur d'une obole.

Et je savais à son égard, vain
Le fardeau qui se la féminise
Alors que l'homme n'y est pour rien.

La prière se mit en sourdine
Et l'oreille en contredit le sens
Que le poète avait en rapine.

Curieuse glose à son dépendant
Qui ne décourage pas la vie
Si ce n'est son coeur princier de sang.

Mais le désir n'est rien que l'envie
Ainsi que son art est contentieux
Et le ramène à la perfidie.

Or le garçon est un peu furieux
Et son oraison est imbécile
Mais sa femme est d'un teint terreux.

Leur religiosité puérile
Ainsi que de la croix son esprit
N'en est pas moins la joie tranquille.

Ce n'est pas la foi qui voit la nuit
C'est son spectre qui nous envenime
Et non pas son spectre au crin d'oubli.

C'est l'amour qui nous emmène au crime
Celui qu'on vénère dans le sang
Ce que le rire malin intime.

Et l'iconoclaste est dans le vent
A fuir l'adorable qu'il craignait
Comme un feu qui le brûlait dedans.

De la folie en est l'insatiable
Tel l'aliment au coeur abrasif
Son sel est d'autant plus incitable.

Pour ne pas voir l'appât instinctif
Rencontrons ce qui n'a pas d'idole
Et rendons-nous au coeur primitif.

La poésie est l'art du symbole.

*Laurent, résident de la Pension de
Famille de Fontenay-le-Fleury.*



LE CONFINEMENT

EN STUDIO À PARIS.

Le confinement est très dur. Il faut s'occuper comme on peut : le ménage, un peu de sport, regarder la télé, la lecture etc... Mais aussi appeler la famille & les amis pour voir si ils vont bien. A 17h je vais voir un voisin qui est un ami. Bien sûr nous respectons les gestes barrières et la distance. C'est un moment partagé qui fait passer le temps et à 20h j'ouvre mes fenêtres pour applaudir les médecins, soignants, infirmières, A.V.S. et tous ceux qui travaillent pour nous. Quand on sort on fait vite, mais on ne sort pas longtemps et ça fait du bien ! Le temps devient très long et j'ai hâte que le confinement se termine.

*Céline, résidente de la Pension de Famille
de Paris 18*

LES JEUX

SAUREZ-VOUS RELEVER LE DÉFI ?

MOTS CACHÉS



14 mots sont à retrouver dans ce jeu des mots cachés

BABYFOOT
COMPOST
CUPCAKE
FLEUR
KILOMÈTRES
RÉSIDENT
TOURNOI

TERRASSE
CHALLENGE
CRÉATIF
ÉVÈNEMENT
JARDINAGE
REFETTORIO
SOLEIL

SUDOKU

En partant des chiffres déjà inscrits, vous devez remplir chaque grille avec des chiffres de 1 à 9 qui ne se trouvent qu'une seule fois sur chaque ligne, chaque colonne et dans chaque section de 3 x 3 carrés

1	5		7			9	
3			9	1		6	
					4	1	
	8		5				6
	9		8	7		4	
6				2		7	
	3		4				
	6			7	9		2
	4			3		8	9

1	4	9	7				6
	6					4	2
	2		4		6	7	
5				3	1		8
	3		6		9		2
	8		5	4			3
		7	1		2		4
2		3					7
6					8	2	9



L'ALFI est une association de l'économie sociale et solidaire du Groupe Arcade-VYV
Pour en savoir plus : alfi-asso.org