



Notre Dame de la Paix

RÉSIDENCE DE RETRAITE MÉDICALISÉE EHPAD

Fondée en 1923

Journal Trimestriel

Janvier 2020



Le Grand Journal

‘Non par sa taille mais par son âme !’



Editorial



Vous allez découvrir le 39^{ème} numéro de notre Gazette.

Notre cher hiver est arrivé!

À l'heure actuelle notre mode vie s'efforce de gommer l'aspect sombre et assoupi de l'hiver. Nous ne ralentissons pas nos activités, qu'il s'agisse de loisir ou de travail, durant la mauvaise saison. Il n'en allait pas de même autrefois, à l'époque où l'agriculture dominait. L'hiver était pour les paysans une période de repos, par contraste avec l'été où le travail était harassant. C'est en hiver que les hommes prenaient le temps de réparer les outils, d'améliorer leur habitat, de profiter de la vie domestique. Les femmes savaient occuper les longues soirées près du feu à repriser les vêtements mais aussi à réaliser de beaux ouvrages, broderies et autres travaux d'aiguille. L'attrait de cette saison était pour tous le plaisir de la veillée au coin du feu, où l'on recevait voisins et amis et où de longues et belles histoires circulaient. On profitait également de l'hiver pour dormir plus longtemps, en suivant l'exemple du soleil qui allait se coucher tôt et se lever tard...

C'est au mois de janvier que nous passons à la nouvelle année, et nous trouvons cela naturel et immuable. Pourtant, il n'en a pas toujours été ainsi, et la nouvelle année ne commence pas dans toutes les cultures au même moment. Les calendriers varient en fonction des époques et des pays. D'ailleurs, le fait de commencer l'année en plein hiver n'est pas une chose naturelle et évidente : les Romains de l'Antiquité, par exemple, considéraient que le début de l'année se situe au printemps, au moment du renouveau de la nature.

L'hiver c'est aussi une des périodes les plus effervescentes de l'année ! Car c'est la saison des fêtes et des cadeaux. C'est également la période où notre consommation de produits gastronomiques atteint des sommets ... l'épiphanie étant passée nous pouvons reprendre notre souffle jusqu'au 2 février prochain : Jour de la Chandeleur ! ☺

Dans ce journal, vous trouverez les derniers évènements notables de 2019, la description des prémices du déroulement de notre projet intergénérationnel et bien d'autres articles encore.

Bonne Lecture

L'Équipe de rédaction

Audrey Animatrice Socioculturelle, et les
résidents



Sommaire

Journée à thème.....	Page 3 - 4
Jeux d'écriture.....	Page 5 - 6
Les fêtes de fin d'année.....	Page 7 - 10
Les Vœux.....	Page 11-12
Mesdames, les centenaires.....	Page 13
Notre Jardin.....	Page 14
Projet Intergénérationnel.	Page 15-16
Laissons la parole	Page 17-18
Un numéro, un métier.....	Page 19-20
Informations pour tous.....	Page 21
Jeux et solutions du dernier numéro.....	Page 22



' A la cueillette ...



Cet automne, nous sommes partis à la cueillette des champignons au sens figuré. Nous avons organisé différents ateliers cognitifs autour du champignon sous toutes ses formes. Les résidents venant de tout horizon ont pu échanger sur les différents noms donnés selon la région, ils ont aussi raconté de bons souvenirs de cueillette ou ... d'indigestion.

Ce sujet nous a apporté de nouvelles connaissances, notre approche artistique s'est révélée cette fois principalement autour de l'écriture de souvenirs, de jeux d'écriture comme la pratique du lipogramme. Nous avons aussi étoffé nos écrits par quelques illustrations.

Nous ressortons enrichis de cette expérience. Sachez par exemple ... Le champignon de Paris fait partie de la famille des "champignons de couche", qui poussent sur du fumier de cheval à l'air libre... Appétissant n'est-ce-pas ? Ce seraient les grecs qui auraient inventé cette méthode. En France, c'est beaucoup plus tard, dans les années 1600, que cette technique apparaît. C'est là que Paris, ou plutôt Versailles, entre en scène. Car c'est dans les jardins du Château qu'auraient été vus pour la première fois les fameux champignons de couche et ce, sur une idée de La Quintinie, le jardinier de Louis XIV.



... des champignons'

Sachez aussi qu'une styliste a créé une robe écologique à partir de racines de champignons, une robe résistante à l'eau et au feu et entièrement biodégradable

Aniela Hoitink est une styliste hollandaise qui aime percevoir les tissus comme une extension de la peau. Sa quête? Améliorer ou transformer les propriétés des matériaux textiles traditionnels grâce à l'apport de la technologie et de la microbiologie. Elle est bien partie pour y réussir avec cette robe qui a de l'allure, qui est antimicrobienne, donc bonne pour la peau et pour l'environnement, et entièrement biodégradable. Surprenant n'est-ce pas ?



'Jeux ...

Comme je vous le disais nous nous sommes prêtés à différents jeux d'écriture autour de la thématique du champignon et de l'automne. Mais ...octroyons-nous un moment de culture autour de l'histoire du lipogramme pour commencer!

Qu'est-ce qu'un lipogramme ?

Un lipogramme est une contrainte littéraire consistant à écrire un texte sans utiliser une ou plusieurs lettres de l'alphabet. Prenons par exemple le texte lipogrammatique, sans la lettre **e**, de Queneau dans ses 'Exercices de style' dont voici un extrait : « Au stop, l'autobus monta. Y monta un zazou au cou trop long, qui avait sur un caillou un galurin au ruban mou. » Plusieurs auteurs se sont essayés à cet exercice de style, comme Jacques Arago et son *Curieux voyage autour du monde*, écrit en 1853 sans la lettre **a**. Mais le plus fameux d'entre eux fait paraître en 1969, aux éditions Denoël, un roman d'environ 300 pages entièrement écrit sans la lettre **e**. Il s'agit bien sûr du céléberrime roman de Georges Perec, *La Disparition* ! L'exploit de cet auteur est d'autant plus impressionnant qu'il a choisi d'écrire son livre sans la lettre la plus utilisée dans la langue française. Mais ce choix n'est pas anodin : Perec choisit la contrainte du lipogramme afin de donner sens à son propos et l'absence de la lettre **e** devient le sujet même du roman. Les disparitions sont au cœur de l'intrigue : celle du personnage central, Anton Voyl (ou Voyelle !), puis, celles de ses amis, tous aussi rocambolesques les uns que des autres, comme si une malédiction était tombée sur eux ! On voit également dans la disparition du **e** celle d'eux, les parents de Perec, morts durant la seconde guerre mondiale. L'intrigue fait d'ailleurs référence à cette période de l'Histoire : un climat de violence s'abat sur la population dès l'avant-propos du roman. On peut clairement assimiler ce fléau à la guerre. Plus tard, il sera d'ailleurs explicitement fait mention de la déportation des Juifs. La disparition de la lettre **e** entraîne également la disparition du nom de l'auteur, *Perec*, mais aussi des mots importants comme *père* et *mère*, ainsi que les marques du féminin de la langue française : beaucoup de femmes vont d'ailleurs disparaître dans le roman. Si ce n'est pas déjà fait, à lire absolument !!

...d'écriture'

Le Charbon

C'est bon les champignons, j'adore ça. Les girolles dans les sauces, les coulemelles en omelette ou natures mais les meilleurs ce sont les rosés des prés, ils poussent près des crottes des vaches. ...

En Sologne, les gardes chasse se font de l'argent avec la cueillette des champignons, beaucoup d'argent.

Un jour, les enfants de mes gardiens se sont empoisonnés, ils ont ramassé des champignons vénéneux et les ont mangés. Les gosses ça fait n'importe quoi ! Alors je leur ai fait avaler de l'eau mélangée à du charbon de bois. Il faut savoir que le charbon a la propriété d'absorber les substances néfastes du champignon dans le corps humain. Le médecin est venu et était favorable à ce procédé de premier secours. Il m'a dit, madame, vous leur avez sauvé la vie !

Mlle Reine Monique

Le Pied bleu

Native d'un pays merveilleux mais aride, je ne suis pas souvent allée à la chasse aux champignons.

De toute façon, étant « pieds noirs » je n'aurais peut-être pas reconnu le pied bleu, mais je l'imagine élancé, élégant dans sa belle tenue bleue, gracieux, juteux à souhait, bon à déguster et à cuisiner.

Exilée de mon pays natif, je suis allée à la chasse aux champignons car par ici, les bois sont plus humides et propices à leur croissance. Cependant pas un chapeau bleu à l'horizon !

Peut-être que les pieds bleus ne sont pas favorables aux pieds noirs!

Il me faudra me renseigner sur leurs us et coutumes pour ne pas rester sur une fausse idée et pouvoir terminer mon récit par : « Vive les pieds bleus !

Mme Placide Paule

Les trompettes de la mort,

Ne sont pas nettes mais ont rarement tort.

Elles s'élèvent selon leur sort,

D'une lueur violette qui révèle leurs pores. *Mme Lagarrigue Odette*

Les fêtes de Noël...

Cette année, c'est le mardi 17 décembre et le mercredi 18 Décembre que nous avons fêté Noël en musique !

Nous avons invité le groupe Chanson de Toujours.

Le chant et la danse étaient au rendez-vous.

C'était une après-midi riche en couleurs et en émotions.

Les paillettes étaient de sortie, le champagne coulait à flot et la collation a permis à tous de se réunir en cet endroit chaleureux : Notre Dame de la Paix.

Un grand merci à l'ensemble de personnel qui a su se rapprocher des familles et fournir un travail plus intense en cette période de fêtes.



... 2019 /



Nous pouvons applaudir l'équipe de cuisiniers qui a su faire preuve d'authenticité et de courage en cette fin d'année 2019 pour satisfaire les goûts de chacun et mettre un point d'honneur aux fêtes de fin d'année.

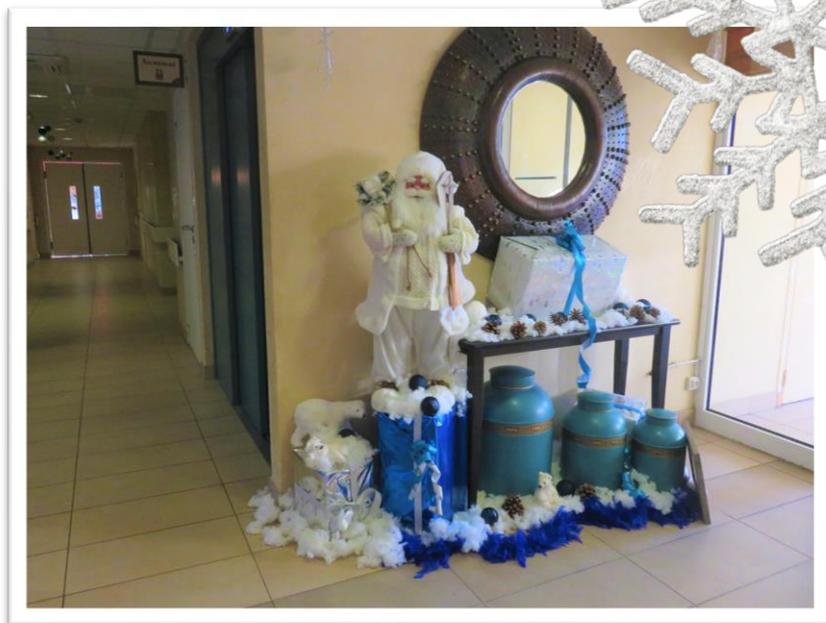
Les décorations ...

Cette année, que dis-je en l'an 2019 ☺, pour les fêtes de fin d'année un groupe de résidents a choisi d'axer les couleurs du rez-de-chaussée autour du bleu et du blanc pour rappeler le sens de l'hiver bien que nous ne le ressentions que très peu dans notre région. En effet, nous restons la région la plus ensoleillée de France et cette année le froid a du mal à s'installer, devrait on s'en inquiéter ? C'est un autre sujet que nous aborderons peut-être dans le prochain numéro.

Chaque étage s'est approprié le temps des fêtes deux couleurs choisies par les résidents lors d'une petite réunion en prévision de la fin de l'année.

Les décorations artisanales réalisées en 2018 ont été parsemées sur les sapins dans les salles de restaurant au Lerins, au Levant et à Porquerolles.

En décembre 2019 nous avons fait le choix d'ouvrir la chapelle tous les après-midi car elle brillait de mille feux. En effet le but était que cet endroit sacré soit un spectacle à la fois sonore et lumineux.



... de Noël



Les vœux ...

En ce début 2020, nous nous sommes réunis un matin confortablement installés au petit salon du Levant afin de rédiger des vœux pour cette nouvelle année. Nous avons pu échanger nos idées, débattre sur certains sujets. Nous avons lu des écrits émanant de personnes très différentes, écrivains, poètes, hommes politiques.

Nous avons aimé :

Cirque du bout de l'an

L'année, en équilibre sur son fil à couper l'heure, avançait à minutes décomptées. Les horloges, aux premières loges, tictaquaient sans s'attarder. À 23 h 59, quand elles applaudirent, 2019 était épuisée. Le temps hésita une seconde, puis, l'expédia dans le passé, son numéro était terminé. 2020 accourut sur scène, le spectacle pouvait continuer, l'illusionniste avait du métier...

Ou encore ...

L'année est un drôle d'animal,

une sorte de caméléon,
d'environ trois cent soixante-cinq jours de long,
qui prend la couleur des saisons,
court plus vite que le vent
et croque nos vœux en ricanant.

Pascal Perrat est l'auteur de ces textes, il est créateur, formateur et écrivain. Autodidacte car dyslexique, il est pourtant reconnu comme un mentor de l'écriture sous toutes ses formes.

Notre devise 2020

Le tout c'est de vouloir, pas de pouvoir, une seule lettre est différente mais cela change tout !

Mme Sprenger Pierrette

... 2020'

Bonjour bien chers amis et autres,

Vive la nouvelle année, qu'elle nous apporte beaucoup de bonheur, une santé, un bon rétablissement pour les plus fragiles, beaucoup de bonheur pour les enfants car on les oublie souvent ces petits. Oublions la facilité d'éduquer les enfants en n'utilisant les écrans qu'à bon escient et prenons le temps de jouer, d'échanger, en bref, amusons nous toutes générations confondues.

Force aux travailleurs, courage et enthousiasme pour les actifs. Respectons-nous les uns les autres. Nous souhaitons des projets et des réussites pour tous.

Toutes ces belles pensées ne sont peut-être qu'illusoires mais soyons positifs, objectifs et admirons l'accomplissement des désirs de chacun sans jamais jalouser l'autre. Rare, diraient certains... mais restons le plus humbles possible.

La nouvelle année, c'est comme un livre dont l'histoire ne sera jamais terminée, c'est la plume de l'écrivain qui ne cesse d'avancer, c'est l'encre qui ne cesse de couler. Laissons mûrir ces pensées et imaginons ensemble la suite de l'histoire.

À vos souhaits !

*Mme Sprenger Pierrette, Mme Albert Gisèle, Mme Girardo Yvette,
Mr Simoni Roger, Mme Lagarrigue Odette*



Bonne
année!

'Mesdames, les centenaires ...'

En effet, 100 ans, un siècle peut nous paraître une éternité mais nous avons la chance au sein de notre établissement d'avoir plusieurs dames centenaires en 2020.

Mme Estrade est née le 25 Septembre 1916

Mme Desremaux est née le 2 Novembre 1918

Mme Grimaldi est née le 6 Janvier 1919

Mme Lecoœur est née le 12 Avril 1919

Mme Imbert est née le 28 Décembre 1919

Mlle Reine est née le 1^{er} Janvier 1920

Madame Desremaux, en quelques mots, dépasser le cap des 100 ans pour vous c'est ?

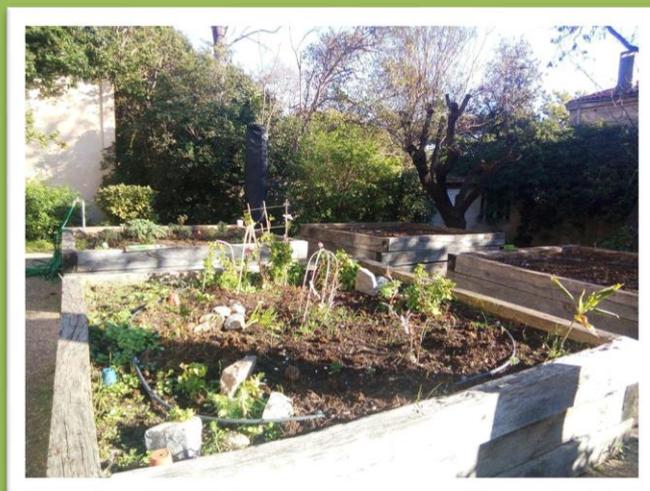
- Un grand étonnement...
- Revivre ma vie aux travers de mes souvenirs en fermant les yeux...
- Me disputer avec ma mémoire qui me joue quelques tours ...
- Voir grandir mes arrières petits-enfants, quelle joie !
- Vivre tout simplement...



Mme Desremaux, 1^{er} Janvier 2020

'Notre Jardin'

L'hiver est une période de temps suspendu", qui se termine à l'apparition des premiers bourgeons. Si l'on se réfère à l'organisation du temps de travail aux champs, il est vrai que les mois d'hiver pouvaient être considérés comme des mois de vacances, au sens premier du terme, saison morte au cours de laquelle la terre se régénère. Si l'hiver est la saison du repos végétatif ou l'action du froid est indispensable afin de lever la dormance des graines et autres bourgeons, pour le jardinier, cette période est aussi importante et permettra à notre jardin de parer ses plus beaux atouts lors des beaux jours. Cette période permet d'effectuer une mise au propre complète des espaces, en ramassant les dernières feuilles mortes, éliminant les adventices et autres plantes intrusives car la terre est meuble et cela nous facilite la tâche. Les résidents ont aussi planté des bulbes, vous pouvez voir l'évolution et la propreté de l'espace en allant y faire un petit tour lors d'une de nos si belles journées ensoleillées par exemple ! Enfilez vos manteaux et direction le jardin thérapeutique de Notre Dame de la Paix, à deux pas de votre logis ou presque !



Notre Projet...

Une idée a germé au courant de l'été 2019...

Les résidents sont en demande de renouveler un projet intergénérationnel, alors on essaie chaque année de réitérer des rencontres sous diverses formes et avec différentes générations. Cette année un projet est né en collaboration avec la crèche multi accueil Lamalgue située dans le quartier du Mourillon à Toulon.

Un projet lié essentiellement aux capacités sensorielles

Les jeunes enfants vont pouvoir prendre conscience des différences, de la notion du temps qui passe et du respect entre les âges. C'est source également pour eux d'une transmission de savoir : savoir-faire et savoir-être.

Les personnes âgées, quant à elles, vont se sentir valorisées en partageant leur expérience, leur vécu et vont être stimulées socialement et de manière cognitive. Cela permet de rompre leur isolement social et de lutter contre la solitude. Le projet réuni 3 résidents et un petit groupe d'enfants, les plus âgés du multi accueil à hauteur de six séances dans l'année scolaire 2019/2020.

Les résidents ont pu se rendre une fois par mois à la crèche avant la période des fêtes de fin d'année dans le but de se familiariser avec les enfants, mais aussi d'appréhender ce nouveau lieu. Ce sont les guides du projet, ils ont fait le lien avec les autres participants restant au sein de notre structure. Ces trois premières rencontres se sont déroulées autour de comptines, d'un atelier pâtisserie ou encore à l'aide de marionnettes mises en scène par une résidente.

Pour tous, ce sont des moments agréables et riches de découvertes de l'autre !

Quels que soient les projets menés, il est déjà nécessaire qu'il y ait une continuité dans le temps avec plusieurs rencontres d'organisées.

C'est pourquoi à partir du mois de mars les visites seront renouvelées afin de faire découvrir aux enfants des jeux sensoriels qu'un groupe de résidents aura pensé, élaboré et rendu esthétique durant les mois précédents. En effet, le projet a été proposé, seuls les résidents intéressés y participent et les capacités de chacun sont sollicitées pour les différentes actions.

... Intergénérationnel'



Nos objectifs généraux sont les suivants :

- ✓ Créer du lien entre les personnes âgées et les enfants par le biais de l'échange et du partage.
- ✓ Rendre un sentiment d'utilité à la personne âgée par la construction d'objets d'art sensoriels pour les enfants.
- ✓ Renforcer l'estime et la confiance en soi.

Laissons la plume ...

Mme Lestienne Francine résidente au sein de Notre Dame de la Paix, depuis le mois de septembre 2019, a accepté d'échanger quelques mots et de raconter quelques agréables souvenirs.

Je m'appelle Mme Lestienne Francine je suis née le 8 janvier 1923 à Clary dans le Nord en région Hauts de France.

Je vous raconte ma petite histoire de vie.

Mon père était ingénieur des ponts et ma mère était à la maison, elle ne travaillait pas pour mieux s'occuper de nous.

Nous avons une maison à Péronne près de Lens, mais durant la guerre, elle fût rasée.

À l'époque, j'ai connu les premières inventions telles que : le téléphone, la radio TSF, la voiture....

Après la guerre, tout allait mieux j'ai habité à Cambre dans le Nord, quand j'avais 15 ans, mes parents ne souhaitaient pas que j'aille étudier à l'école classique, alors je suis partie dans une école de dessin.

Dans ma famille, il y a de nombreux artistes mon mari, mon cousin... Et bien d'autres encore. Ils exposaient leurs toiles mais moi je peignais pour mon plaisir.

Mon père m'a appris à conduire et je suis allée jusqu'à Granville près de la Normandie.

J'avais une cousine qui était comme ma sœur et nos liens d'amitiés sont restés intacts depuis 1940.



... à l'un de nos résidents'

C'est à Granville que j'ai rencontré mon mari qui était le beau-frère de notre médecin et nous avons fêté nos fiançailles en 1941.

Je suis rentrée à Cambre et c'est là oui que je me suis mariée à l'âge de 19 ans en 1942. J'ai eu 3 enfants, une fille et deux garçons... j'ai ensuite divorcé, et j'ai retrouvé un cousin lointain avec qui je me suis mariée, ainsi, il a adopté mes enfants et à ce moment-là nous étions à Paris, c'était au courant de l'année 1956.

Plus tard, nous sommes descendus dans le sud à Bormes les Mimosas et nous avons emménagé sur la commune de Hyères.

Mon mari était architecte et musicien, il jouait du violon.

Nous avons des loisirs communs comme la fabrication de tentures.

Tenture

Ensemble de pièces de tapisserie ordinairement de même dessin, de même facture et représentant une suite de sujets et, ordinairement accrochée, servant à la décoration des pièces d'un appartement ou d'une habitation.

Un grand décorateur était situé en bas chez nous, j'allais chercher toutes sortes de tissus à motifs ou unis que je découpais et cousais pour en faire un grand tableau. Il nous fallait un mois pour créer un tableau puis nous les offrions à la famille.

Actuellement j'ai 7 petits-enfants et 14 arrières petits-enfants et ... ce n'est que du bonheur !

Mme Lestienne Francine



À chaque numéro, partons à la découverte ...

Dans le dernier numéro paru nous avons découvert les coulisses du métier du médecin coordinateur œuvrant au sein d'un E.H.P.A.D (Etablissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes).

À ce jour, nous allons nous attarder sur la profession de l'infirmière référente de notre structure, c'est donc ici, Mme Fournier Louise qui nous confie ses missions quotidiennes.

Bonjour, je suis Louise FOURNIER infirmière référente ou « coordinatrice ».

Je travaille à Notre Dame de la Paix depuis 1996, donc depuis 24 ans !

J'ai connu les anciens bâtiments et j'ai assisté aux transformations et à l'évolution de ce bel établissement auquel je suis très attachée.

Le travail d'une Infirmière Diplômée d'État Référente est avant tout un travail d'équipe. Je travaille en lien étroit avec le médecin coordinateur. Je participe aux réunions pluridisciplinaires hebdomadaires avec la direction pour le suivi de la prise en charge des résidents.

Je travaille également en lien étroit avec les équipes soignantes (infirmières et aides-soignantes) pour évaluer l'autonomie des résidents et leurs besoins en soins.

Nous faisons le point sur la charge de travail et les problèmes rencontrés par les équipes lors des réunions hebdomadaires dans chaque service.



... d'un métier '

Je rencontre quotidiennement les médecins traitants, les kinés.

J'organise des consultations sur place avec certains spécialistes.

J'encadre les équipes soignantes et je contrôle les soins et leur traçabilité.

Je veille à la bonne exécution des prescriptions médicales et des bonnes pratiques de soins.

Je supervise l'encadrement des stagiaires par les équipes (élèves infirmières, élèves aides-soignantes...).

Je rencontre les familles et je vais voir les résidents.

Je suis en contact quotidien avec l'équipe administrative l'IDE surveillante Qualité et la maîtresse de maison.

En fait, l'infirmière référente est responsable de l'organisation de la coordination et du contrôle des activités de soins et de la gestion d'éventuels conflits en valorisant le bien-être des personnes âgées.

Mes années d'exercice en EHPAD m'ont permis d'acquérir les connaissances spécifiques en gérontologie, nécessaires pour exercer cette fonction très enrichissante sur le plan humain.

Mme Fournier Louise

INFORMATIONS POUR TOUS

PHOTOGRAPHIES

Les photographies insérées au sein de ce grand journal ou encore défilant sur l'écran à l'entrée sont disponibles.

Il suffit de vous adresser à l'animatrice Audrey afin qu'elle puisse développer celles qui vous intéressent.



NOUVEAUTÉS

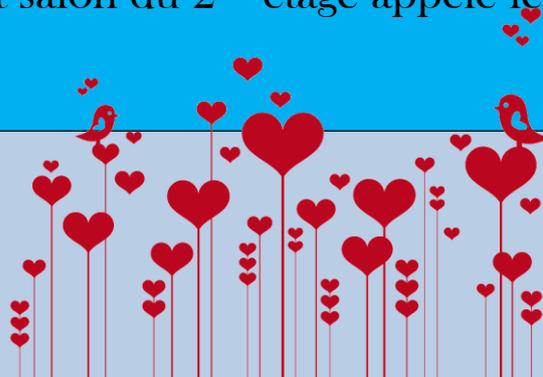
N'hésitez pas à consulter notre site internet : www.residence-retraite-ndp.com et notre page Facebook : [Maison retraite Notre Dame de la Paix](#), des actualités et des publications paraissent régulièrement toutes les semaines.

LES SORTIES DU MOIS

En fin de mois, les sorties vous sont proposées. Etant donné le nombre que nous sommes, il ne faut pas hésiter encore une fois à demander à l'animatrice Audrey de vous inscrire à la sortie correspondant à vos attentes.

ANIMATIONS DU MATIN

Des animations courtes vous sont proposées le mardi matin dans le petit salon du 3^{ème} étage appelé le Lerins de 11h00 à 11h50 et le vendredi matin dans le petit salon du 2^{ème} étage appelé le Levant côté Ouest de 11h00 à 11h50.



Petit jeu pour réfléchir. Bonne chance !

Petites questions sur l'Épiphanie

- Comment appelle-t-on un collectionneur de fèves ?
- D'où vient le nom de ce fourrage de galette : Frangipane ?
- L'épiphanie est à l'origine une fête païenne, que célébrait-on ?
- Que signifie le terme Epiphanie ?

Réponses dans le numéro du mois d'Avril 2020

Solution du numéro précédent

Le mot de 5 Lettres à trouver dans la grille était : EXTRA

‘Saluons cette nouvelle année qui vieillit
notre amitié sans vieillir notre cœur.’

Victor Hugo

Prochain numéro Mi-Avril 2020

