



RÉSIDENCE SAINTE MONIQUE  
— Notre engagement depuis 1971, le bien-être de nos aînés. —

---

# TOUR D'HORIZON

---

LA GAZETTE TRIMESTRIELLE DE LA RÉSIDENCE

---

EHPAD SAINTE MONIQUE



*« Le secret de la longévité : se lever de bonheur ! »*

N°20 : PRINTEMPS 2022

## Sommaire

- Le mot de la Direction
- Les activités permanentes
- Bienvenue !
- Avril
- Les anniversaires d'avril
- Mai
- Les anniversaires de mai
- Juin
- La parole est aux résidents...
- Les anniversaires de juin
- Hommages
- Épilogue

## LE MOT DE LA DIRECTION

J'aurai souhaité au moment du bouclage de ce nouveau « Tour d'Horizon » ne pas avoir à vous parler du Covid.

Hélas, un nouveau variant certes moins virulent s'est imposé dans notre quotidien depuis quelques semaines.

Sa contagiosité nous oblige à redoubler de vigilance afin de protéger nos aînés.

Ainsi, le pass sanitaire reste exigé pour les personnes âgées de 12 ans et plus (accompagnants, visiteurs) à l'entrée des EHPAD.

Si nous souhaitons que nos aînés demeurent en connexion avec le monde extérieur en faisant perdurer nos activités, le port du masque et les gestes barrières demeurent ainsi de circonstance.

Nous nous retrouverons à la rentrée avec je l'espère une thématique plus réjouissante, d'ici là, je vous souhaite à toutes et à tous un bel été !

# LES ACTIVITÉS PERMANENTES

## PLANNING DES ANIMATIONS

	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
10h à 11h	<p><b>Salle d'animation RDC : LECTURE DU JOURNAL</b></p> <p><u>Lieu de vie des résidents:</u> Médiation animale (semaines paires)</p>							
14h30 à 15h	<p><b>PRÉPARATION DE LA SALLE D'ACTIVITÉ ET ACCUEIL DES RÉSIDENTS (Animatrices)</b></p>							
15h à 16h	<p><b>Salle d'animation</b> <b>RDC:</b> Gymnastique</p>  <p><b>Chapelle:</b> Lecture de roman</p> 	<p><b>Salle d'animation</b> <b>RDC:</b> Épluchage</p>  <p><b>1er:</b> Atelier créatif</p>  <p><b>2nd:</b> Lecture et discussions</p>	<p><b>Salle d'animation</b> <b>RDC:</b> Jeux divers et tricot</p>  <p><b>Grande Salle à Manger:</b> Danse avec Patrick</p> <p><b>MIALON</b></p> 	<p><b>Salle d'animation</b> <b>RDC:</b> Activité Physique Adaptée avec Lucile</p> <p><b>1er:</b> Poterie</p>  <p><b>2nd:</b> Massage des mains, manucure</p> 	<p><b>Salle d'animation</b> <b>RDC:</b> Jeux de mots</p> <p><b>Salon du RDC:</b> Danse thérapie avec Marion</p> <p><b>GINER*</b> (semaines paires)</p> 	<p><b>Salle d'animation</b> <b>RDC:</b> Représentation cinématographique</p> 	<p><b>Salle d'animation</b> <b>RDC:</b> Jeux divers</p> 	
16h à 16h45	<b>GOÛTER</b>							
16h45 à 17h30	<b>RDC : Ateliers Divers (MOTS FLÉCHÉS, MÉMORIE, LECTURE, QUIZ, CHANT, PROMENADE)</b>							



Premier lundi du mois : Sortie achat au centre Leclerc (Animatrice)

Un mercredi par mois à 10h : Rencontre avec les Chiens Visiteurs

Dernier mardi du mois : Célébration des anniversaires du mois en cours

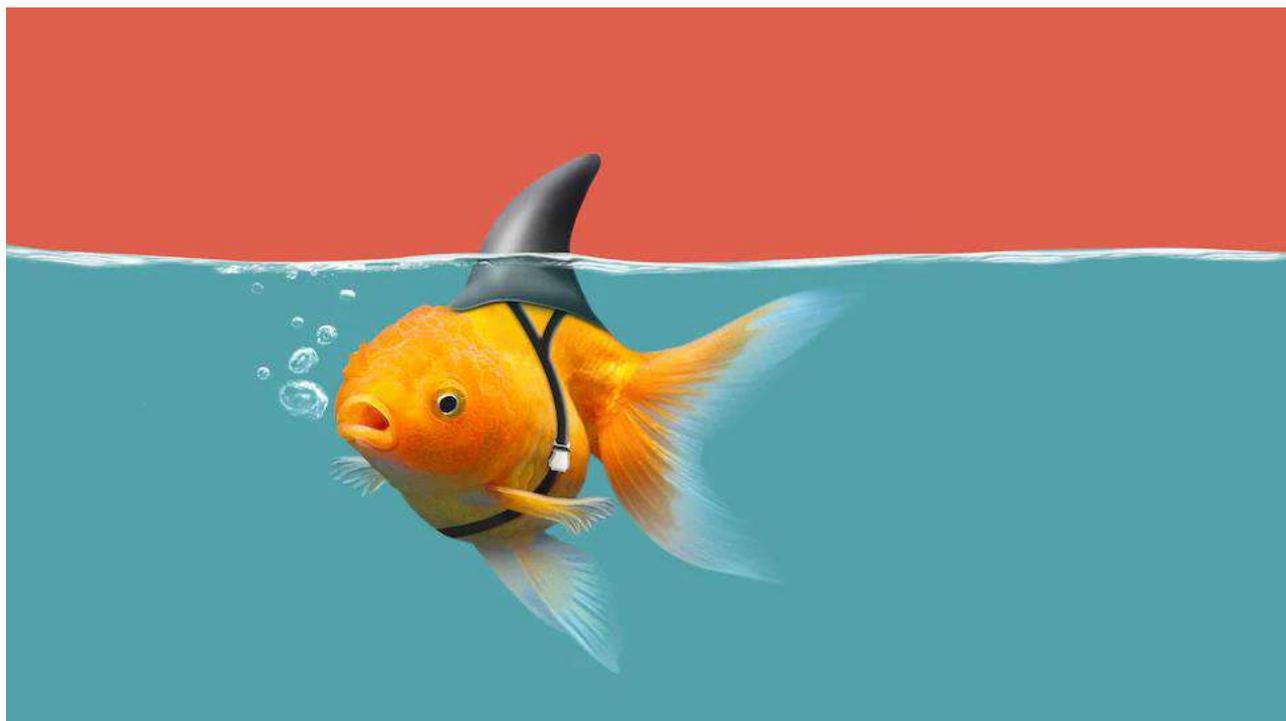
Un jeudi sur deux à 10h : Messe ou célébration de la parole à la Chapelle

**BIENVENUE !**

**M. ARLAUD Claude**

AVRIL

*Poissons d'avril...*



Nos résidents se sentaient « comme des poissons dans l'eau » pour fêter le premier avril lors d'une animation basée sur les expressions françaises. « Serrés comme des sardines » dans la salle d'animation, leurs réponses et leurs rires fusaient. Hormis ceux qui tentèrent « de noyer le poisson » en demeurant « muets comme des carpes », ils s'avérèrent « frais comme des gardons » !

Le 06 avril avait lieu une séance de médiation animale pour un instant canin et câlin !

### *M'accorderez-vous cette danse ?*

Pas cadencés, rythmes entraînants, mouvements répétitifs au programme du 13 avril : la danse muscle le corps, améliore le rythme cardiaque, le souffle, la coordination motrice et entretient la souplesse : elle a donc un effet boostant sur l'ensemble du corps et sur la santé. Avec Patrick MIALON, c'est avant tout un plaisir partagé comme en témoigne cette citation de Friedrich Nietzsche qui aurait pu lui être attribuée : *« Je considère comme gaspillée toute journée où je n'ai pas dansé. »*



Pour cette stimulante raison, nous réinvestissons la piste avec **Marion GINER** lors d'une séance hebdomadaire de Danse Thérapie conjuguant concentration et créativité, et conférant une plus grande confiance en soi. Son intervention dans notre Unité Protégée fut également très appréciée !



Les intervenants de la médiathèque Jean Ferrat nous proposaient, le 14 avril, une animation ayant pour thème « les bonheurs d'enfance », sujette à nous remémorer puis à partager certains plaisirs inoubliables.

Le 20 avril, nos amis les bêtes venaient réclamer leur dose de caresses et les exclamations de rire et de plaisir inondaient la salle.



Pour Pâques, une bonne pondeuse produit jusqu'à 10 œufs en chocolat par jour ! Ainsi c'était distribution à tous les étages pour des sourires gourmands.



MAI

*« Il est revenu le temps du muguet »*

La joie se cueille et le bonheur se cultive, ainsi, le premier mai, nous distribuons des clochettes porte-bonheur aux effluves parfumées.



*« C'est reparti pour un tour »*

Cette année encore, sous la férule de Romain, nos résidents conjuguent leurs talents à ceux de l'association « Les Saint Bernard du Brouty », en réalisant de gracieuses fleurs en papier colorées

destinées à la décoration du stand lors de la célèbre course cycliste « l'Ardéchoise ».



Le 12 mai, investis de mission, nos résidents se rendaient au « Garden Center » afin d'y choisir les fleurs qui ornent nos corbeilles et qui prospèrent grâce à leurs soins vigilants.



Le 16 mai, sourire aux lèvres, nous prenions la direction de Vals Les Bains afin de nous délecter d'une glace à la chantilly à l'ombre des platanes...



Le 29 mai nous célébrons la fête des mères, déjà mises à l'honneur dans la mythologie grecque.



## LES ANNIVERSAIRES D'AVRIL ET DE MAI

Les anniversaires d'avril ayant dû être reportés pour des raisons de précautions sanitaires, nous avons, pour fêter les natifs de ce mois primesautier ainsi que ceux de mai, mis les bouchées doubles :

concernant tout d'abord l'énorme et délicieux gâteau aux pêches, mais également en redoublant d'enthousiasme pour vous proposer chants et anecdotes.



## JUIN

Le 18 juin 1940, alors que la France a été envahie par les troupes allemandes et que le maréchal Pétain s'apprête à signer l'armistice, un général français appelle à poursuivre le combat. Sur les ondes de la BBC, Charles de Gaulle prononce un appel qui marquera la naissance de la Résistance à l'Allemagne nazie.

A propos de la Résistance, nous avons appris que les frères respectifs de deux de nos résidentes, Mme Imbert et Mme Baccelli, ont été faits prisonniers en même temps par les allemands puis envoyés en camp en Allemagne. Ensemble, ils sont parvenus à s'échapper et sont revenus en Ardèche où ils ont rejoint la Résistance, aux Vans !

Le 21 juin : ***Faites de la musique  
votre philosophie !***

Comment célébrer et marquer le jour de la fête de la musique d'une pierre blanche ?

Nous avons eu une épiphanie et tout s'est éclairé : invitons nos chers amis Marc et Michel pour une ambiance festive assurée !

Leur répertoire s'est enrichi d'une dédicace spéciale pour notre établissement dont nous ne résistons pas à vous livrer les paroles :

*« Une belle maison de retraite  
A aujourd'hui le cœur en fête  
C'est la journée de la musique*

*Aux résidents j'ai pensé  
Eh oui : je vais vous chanter  
Une journée à Sainte Monique*

*Le matin c'est le café  
Ils demandent quel temps il fait  
Pour aller se promener*

*Si on leur dit c'est la pluie  
On voit bien : ça les ennuie  
Ils préfèrent rester au lit*

*Refrain :  
Mais oui, que leur retraite est belle  
On est tous là pour les servir  
Le Directeur s'émerveille  
De nous voir si bien unis*

*Quand arrive le midi  
Le poulet est bien rôti  
Le légume lui il suit*

*A 4 h c'est le goûter  
On revient de promener  
Direction la salle à manger*

*Pour boire un verre de thé  
Et croustiller un petit sablé  
Pour tenir jusqu'au souper*

*A 5 h à la chapelle  
C'est Dieu qui nous appelle  
Pour réciter le chapelet*

*Et nous prions pour nos enfants  
Pour les petits et pour les grands  
Pour le travail et la santé*

*A 7 h c'est le souper  
Le potage est arrivé  
On va bien se régaler*

*La blanquette est arrosée  
De vin blanc, de serpolet  
Miam miam c'est bon à déguster*



*Quand le souper est terminé  
Les voilà tous affolés  
Pour prendre l'ascenseur*

*Ils sont tous très pressés  
Pousses-toi c'est moi le premier  
Je vais vite me coucher*

*C'est l'heure des petits cachets  
Un pour dormir, un pour rêver  
Devant le poste de télé*

*C'est le bilan d'une journée  
Que je viens de vous chanter  
Gros bisous et amitiés »*

*(Sur la mélodie de « La montagne » de Jean Ferrat)*



Les cuisines  
avaient, pour  
l'occasion,  
confectionné un  
gâteau aux ananas  
caramélisés : du  
bonheur à la  
cuillère !

## LA FÊTE DES PÈRES



**« A la bonne vôtre, Messieurs ! »**

Le 19 juin, c'était au tour des pères d'être mis à l'honneur, des papas qui, quant à eux sont célébrés depuis le moyen âge.

## LES ANNIVERSAIRES DE JUIN

Que la fête commence !

C'est en « grande pompe » que se déroulaient les anniversaires de Juin. Nos résidents chantaient, riaient et applaudissaient face au remarquable fraisier !



## LA PAROLE EST AUX RÉSIDENTS

**Mme Chemin :**

*« Lorsque j'étais enfant, je passais mes vacances chez ma grand-tante sur le plateau ardéchois pour des raisons de sécurité car durant les années de guerre, la vallée du Rhône était bombardée, et le rationnement en nourriture impacté. Chez elle, je me baladais et j'attrapais des grenouilles dans la mare...*

*Je donnais ensuite ces batraciens aux vaches qui paissaient dans le pré :*

*elles les ingurgitaient pour les régurgiter plus tard dans l'étable !*

*Et ma pauvre tantine, stupéfaite, se demandait d'où pouvaient bien provenir toutes ces grenouilles dans son étable... »*

**Mme Royer :**

*« Quand j'étais enfant, je partais à cheval avec mon frère, galoper dans la montagne. »*

**Mme Pommier :**

*« Lorsque l'été arrivait, on m'envoyait chez mon oncle dans le Vaucluse.*

*Il m'emmenait sur sa moto à la découverte de sa région : les kilomètres défilaient et les vacances pouvaient commencer. »*

**Mme Jude :**

*« Je passais l'intégralité de mes vacances d'été à Namur, en Belgique, chez mes grands-parents. J'avais beau être l'unique enfant, je ne m'ennuyais jamais car ils possédaient de nombreux animaux ! »*

**Mme Jalade :**

*« Je passais de longs séjours chez ma grand-mère qui avait deux chèvres et je partais les garder avec elle. Nous goûtions dans le pré sur une couverture. »*

**M. Sabatier :**

*« Je me souviens d'une colonie de vacances, proche de l'Italie, lors de laquelle je me révélais être le plus jeune. Nous nous étions rendus à pied jusqu'à la frontière et mes petites jambes étaient exténuées. Pour me remettre en piste, on me donnait des morceaux de sucre imbibés de rhum. »*

## ET PENDANT CE TEMPS, À L'UNITÉ PROTÉGÉE...

Le mois d'**AVRIL** est bien là et le soleil aussi !  
Nos résidents n'hésitent pas à mettre le nez  
dehors et les mains dans la terre pour les  
premières plantations.



Quel bonheur de pouvoir prendre son petit  
déjeuner en terrasse lorsqu'en plus des rayons du  
soleil, les températures se sont belles et bien  
installées !



Au mois de **MAI**, les clochettes printanières sont arrivées jusqu'à l'Unité Protégée !



Nous avons, également, eu la visite d'Anaïs et sa chienne Maya pour la médiation animale auprès de nos résidents, encore une fois un grand bonheur pour eux !



Le mois de **JUIN** et ses températures estivales permettent aux résidents d'admirer le fruit de leur travail et ils ont eu la main verte ! Les fleurs colorent désormais la jolie terrasse des Balcons de Lazuel !



Un peu de musique en extérieur pour certains et de la pétanque pour d'autres... L'été arrivent à grands pas !



Le *vendredi 10 juin*, les Balcons de Lazuel organisait leur tout premier repas partagé résidents/familles.

L'occasion pour nos résidents et leurs proches de se réunir autour de délicieux mets préparés par nos chefs cuisiniers.



Une soirée sous le signe de la convivialité et de la bonne ambiance, en présence de nos chefs cuisiniers, de l'équipe de l'Unité Protégée, de la psychologue, de l'Infirmière coordinatrice, du médecin coordonnateur et du Directeur.



## HOMMAGES

M. ARLAUD Claude



Retrouvez-nous sur Facebook et Instagram



facebook



Instagram

@sainte.monique.ehpad

Et sur notre site internet



RÉSIDENCE SAINTE MONIQUE

— Notre engagement dépasse nos 5 hectares de verdure —

[www.residencesaintemonique.fr](http://www.residencesaintemonique.fr)