

# TOUR D'HORIZON

---

LA GAZETTE TRIMESTRIELLE DE LA RÉSIDENCE

---

EHPAD SAINTE-MONIQUE



*« Ils ne savaient pas que c'était impossible, alors... ils l'ont fait ! » (Mark Twain)*

N° 28 : Printemps 2024

## 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
- Et pendant ce temps-là à l'Unité protégée...
- Hommages

## LE MOT DE LA DIRECTION

Le printemps s'est déroulé sans anicroche, avec son flot d'événements dans notre sphère préservée.

L'été s'immisce déjà et la chaleur étant l'un des principaux défis auxquels les seniors peuvent être confrontés, il sera crucial de boire régulièrement, pour éviter la déshydratation, et de vous rafraîchir afin de vous protéger des coups de chaleur. Vieillir, c'est l'avenir de chacun d'entre nous et cela suscite l'empathie.


















Nous déploierons nos meilleurs soins et ferons en sorte que vous traversiez agréablement la période estivale. Pour ce faire, nous vous proposerons un large choix d'animations, jeux et activités.

Dans notre structure, les idées foisonnent et nos résidents représentent une véritable source d'inspiration pour nos animateurs.

Bel été à toutes et à tous !

# PLANNING DES ANIMATIONS

## LES ACTIVITÉS PERMANENTES

|               | Lundi  | Mardi   | Mercredi   | Jeudi   | Vendredi   | Samedi  | Dimanche   |
|---------------|--|---|--|---|--|---|--|
| 10h à 11h     | <br><b>Salle d'animation RDC : LECTURE DU JOURNAL</b>   |   |  |   |  |   |  |
| 14h30 à 15h   | <b>PRÉPARATION DE LA SALLE D'ACTIVITÉ ET ACCUEIL DES RÉSIDENTS (Animatrices)</b>   |   |  |   |  |   |  |
| 15h à 16h     | <b>Salle d'animation</b><br><b>RDC:</b> Gymnastique<br><br><b>Salon du RDC :</b><br>Atelier informatique<br><br><b>2nd étage :</b><br>Ateliers divers (fables, chansons, ...)<br> | <b>Salle d'animation</b><br><b>RDC:</b> Épluchage<br><br><b>Salon du RDC :</b><br>Lecture et discussions<br><br><b>2nd :</b> Jeux de société<br> | <b>Salle d'animation</b><br><b>RDC:</b> Tricot et jeux divers<br><br><b>Salon du RDC :</b><br>Lecture<br><br><b>Grande salle à manger :</b> Danse avec Patrick MIALON<br> | <b>Salle d'animation</b><br><b>RDC:</b> Activité Physique Adaptée avec Lucile<br><br><b>1er:</b> Peinture ou poterie<br><br><b>Salon du RDC :</b><br>Scrabble<br> | <b>Salle d'animation</b><br><b>RDC:</b> JEUX DE MOTS<br><br><b>Salon du RDC :</b><br>Danse Thérapie avec Marion GINER<br> | <b>Salle d'animation</b><br><b>RDC:</b> Représentation cinématographique<br> | <b>Salle d'animation</b><br><b>RDC:</b> Jeux divers<br> |
| 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 a chat au centre Leclerc (Animatrice)  
**Dernier mardi du mois :** Célébration des anniversaires du mois en cours  
**Dernier jeudi du mois 10h15 :** Messe à la Chapelle  
 (dates affichées près de la porte de la chapelle)  
**Un jeudi par mois :** Ergothérapeute





*Mme BERARD Marie-Thérèse*

*Mme MAZET Renée*

*Mme MOLINA Joan*

*M. MOLINA André*

*Mme ROBERT Andrée*

*M. DUCHAMP Jean-Pierre*

*Mme GIBERT Florentine*

# Avril

## Poisson d'Avril !

Les gendarmes ardéchois ont une nouvelle fois prouvé leur talent d'animateurs en associant humour et message de prévention. Ce week-end de Pâques ils ont ainsi lancé à la radio, un véritable appel à témoins, après que des habitants aient signalé l'insolite présence dans leurs jardins d'un lapin intrusif. Ce mystérieux lapin se serait introduit clandestinement dans le jardin de particuliers afin d'y déposer des œufs en chocolat... A bon entendeur...

*La fête de Pâques, apparue au II<sup>ème</sup> siècle, célèbre la résurrection du Christ, sa victoire de la vie sur la mort qui est l'élément central de la foi chrétienne.*



## La gourmandise n'a pas d'âge !

Le 04 avril, nous planifions une rencontre intergénérationnelle pour une chasse aux œufs de Pâques organisée à l'extérieur. C'est main dans la main que nos chasseurs de tous âges partaient en quête de ces confiseries colorées dissimulées dans nos jardins, une délicieuse façon de chasser la grisaille et... les œufs en chocolat !



## Les jardins à tisane

Atelier jardins à tisane : les tisanes bios concoctées maison, on y prend goût, et celles du commerce vous semblent insipides. Les nôtres, incomparables car cultivées avec tendresse par nos résidents, sont parfumées et goûtées à souhait.



## LES ANNIVERSAIRES D'AVRIL



Le 30 avril, nous fêtons les natifs de ce mois primesautier avec un projecteur particulier qui mettait Monsieur Émile Robert en lumière à l'occasion de ses 100 ans !

Comme l'évoque ce proverbe russe : pour devenir centenaire, il faut commencer jeune !

Entouré par nos résidents, il soufflait ses 100 bougies et nous levions nos verres aux natifs d'avril devant un fabuleux gâteau au chocolat !

*Après avoir lancé le printemps, ce signe de Feu met une pierre de plus à l'édifice du zodiaque. Il symbolise le renouveau spectaculaire de la nature et l'envie d'explorer.*

Joyeux anniversaire  
et belle exploration !





## Mai

### L'essence du bonheur :

La cueillette du muguet remonterait à l'Antiquité. Dans la Rome antique, on célébrait déjà la saison de la floraison autour de la fin du mois d'avril et du début du mois de mai. Nous, nous vous en offrons un brin odorant le premier de ce joli mois de mai.



### Entre gourmands, on se comprend !

Le 02 mai, nous organisons une nouvelle rencontre avec les enfants de la crèche adjacente. Cette fois, les mains et les petits nez enfarinés, les enfants et nos aînés élaboraient de concert un délicieux gâteau pour un bon goûter partagé.



## L'Ardéchoise

L'Ardéchoise constitue la plus grande course cyclo touristique d'Europe ! Pour le défi, pour les paysages, pour partager une expérience hors du commun... Ce sont plus de 15 000 cyclistes qui se retrouvent sur la ligne de départ à Saint-Félicien. Ce petit village de 1 200 habitants voit à cette occasion sa population multipliée par 10 ! Pendant une semaine, le jaune et le violet, les couleurs de l'Ardéchoise envahissent de nombreux villages de l'Ardèche. Le jaune pour le genêt qui couvre les pentes de nos montagnes, et le violet pour les myrtilles que l'on appelle ici les "airelles".



## UN PEU DE POÉSIE



### Le Chat et le soleil

*Le chat ouvrit les yeux*

*Le soleil y entra.*

*Le chat ferma les yeux*

*Le soleil y resta.*

*Voilà pourquoi le soir,*

*Quand le chat se réveille,*

*J'aperçois dans le noir*

*Deux morceaux de soleil.*

(Maurice Carême)





## LES ANNIVERSAIRES DE MAI



Pendant longtemps, l'accordéon a été mis de côté et considéré comme un peu ringard. De nos jours, cet instrument à vent revient sur le devant de la scène et s'intègre dans de nombreux événements et concerts. Il existe plusieurs types d'accordéons : chromatique à boutons, diatonique à clavier, ou bandonéon. La caractéristique principale de cet instrument est sa capacité à créer une mélodie harmonieuse et également rythmée. Notre accordéoniste M. Lacroix le sait bien : c'est un expert au talent certain pour l'animation de temps forts collectifs dans notre établissement. Il sait comment "mettre le feu" à la piste.

Et c'est ainsi que le 28 mai, jour de célébration des anniversaires :





Juin

« A table hier et aujourd'hui »

Si nous nous penchions sur nos assiettes afin d'y déguster nos souvenirs ?

Dépêchées par les Archives Départementales de l'Ardèche, deux animatrices nous ont proposé un voyage culinaire dans le temps, brossant un tableau des pratiques de tables, des règles alimentaires, des usages conviviaux à travers les différentes époques. De la culture « de survie » grâce aux pommes de terre et aux emblématiques châtaignes, à l'orientation qualitative de nos produits actuels, ce fut un régal (ardéchois évidemment !)



## Bingo !

Le 03 juin, nous proposons aux lycéens de la Pastorale du lycée Jules Froment un loto intergénérationnel. Le plaisir de jouer n'étant pas l'apanage des plus jeunes, nous partageons un moment chaleureux et des plus amusant.



Le 06 juin, nous envisagions une partie de boules à l'ombre de nos paillottes... La pétanque, c'est tout un univers avec son vocabulaire, ses accessoires et ses compétitions. Ce jeu de boules centenaire est devenu branché car de plus en plus populaire auprès des jeunes, qu'il séduit par son authenticité. Mais, à Sainte Monique, nos aînés demeurent imbattables !

## « Que diriez-vous d'un bon petit resto ? »

Le 13 juin nous partions en direction de Vals-les-Bains et nous attablions sur la terrasse ombragée du restaurant « La Clémentine ». Le repas s'y avérait délicieux et la vue sur la Volane parachevait cette charmante virée.

Nos résidents se déclaraient ravis et prêts à s'adonner au plaisir d'une bonne petite sieste digestive.



Actuellement célébrée dans une centaine de pays, la fête de la musique s'est complètement internationalisée : en moins de trente ans, elle est reprise dans 110 pays sur les cinq continents, dès 1985 en Europe et les deux hémisphères, avec plus de 340 villes participantes dans le monde. C'est pourquoi, afin de participer à cette fiesta internationale, nous mettons en place un grand quizz musical en rires et chansons !



## LA PAROLE EST AUX RÉSIDENTS

Nous avons demandé à nos résidents de fouiller dans leur mémoire afin de nous relater des souvenirs liés à leurs tenues vestimentaires d'autrefois.



Mme BRUNELLI :

*« Je me souviens avoir couru chez la mercière dès que j'ai touché mon premier salaire afin de m'offrir un chapeau bordeaux que je n'ai finalement que peu porté. Je lui ai rapidement préféré un béret que j'adorais ! »*

Mme BRUCHON :

*« Mon père, protestant et sévère, vérifiait toujours la décence de nos tenues avant que nous partions : nos chaussures devaient être bien lacées, nos mains gantées et nos têtes chapeautées. »*



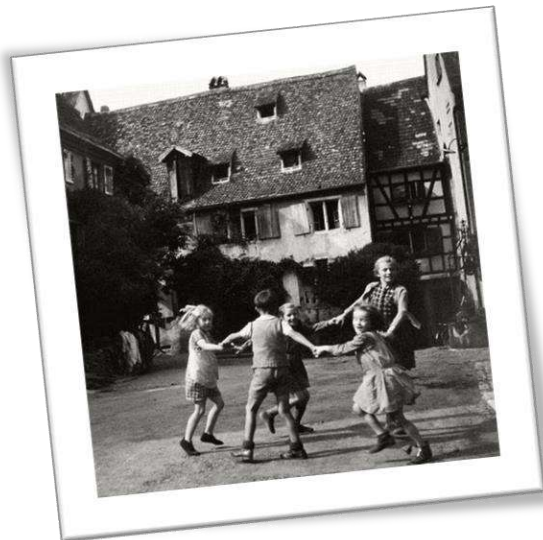
Mme BACCELLI :

*« Nous, les filles, avons en permanence les genoux à l'air car nous portions des robes toute l'année. Les miens étaient rouges de froid durant l'hiver, alors que les garçons arboraient des pantalon golf aux jambes bien couvrantes. »*

Mme Robert :

*« Nous devons mettre un chapeau avant de partir au collège, que j'enlevais sitôt passé le coin de la rue...*

*Plus tard, à l'École Normale d'institutrices, nous n'avons le droit au port du pantalon que pour partir chez nous lorsqu'il y avait de la neige ! »*



Mme PASQUIET :

*« Je me souviens m'être demandé enfant, pourquoi, à la messe, les hommes enlevaient leurs chapeaux alors que les femmes le conservaient sur leurs têtes... »*

Mme PINEDE :

*« Mon chapeau qui était évidemment obligatoire pour me rendre à la messe, « demeurait en pension » chez ma sœur qui habitait près de l'église, ce qui était bien arrangeant... »*

Mme LIAUTIER :

*« C'est après le Certificat d'Études, vers l'âge de 13 ou 14 ans que l'on achetait un chapeau aux jeunes filles, pour se rendre à l'extérieur. »*

Ces dames nous confièrent ensuite ce délicieux détail : les rubans colorés qui flottaient autour des chapeaux féminins s'appelaient des « *Suivez-moi, jeune homme !* »



## Les anniversaires de juin



Le 25 juin, nous fêtons les anniversaires !

Monique TOURREL venait nous proposer son sourire et ses chansons que nos résidents reprenaient en chœur. Les cuisines s'étaient affairées pour nous servir un bavarois praliné, chocolat délicatement parfumé à la fleur d'oranger. Malgré des portions fort généreuses, les assiettes se tendaient dans l'attente d'une part supplémentaire. Les bulles et les yeux pétillaient !



Et pendant ce temps-là à l'Unité protégée...

A l'unité protégée, la dame de saison a revêtu sa robe tricolore pour soutenir la délégation française des Jeux Olympiques de Paris 2024 qui commenceront très bientôt.



La gourmandise occupant une place de choix dans le cœur de nos résidents des "Balcons de Lazuel", les ateliers jardinage et cuisine y sont très plébiscités.



Le printemps venu saluer l'apparition des premières courgettes du jardin nous exhortait à nous mettre aux fourneaux... Le résultat fut au-delà de nos espérances, et bientôt un délicieux flan de courgettes aux petits lardons et gruyère faisait l'unanimité parmi nos résidents : un véritable succès qui nous incitera à nous enhardir et à réitérer cette belle expérience culinaire « du jardin à l'assiette ».



Des sorties « courses » sont également organisées ponctuellement pour refaire le plein de matériel pour de futures activités créatives !



## HOMMAGES



Mme BERNIER Colette

Mme CHAMPEL Yvette

Mme COLLOMB Renée

M. CONSTANT Bernard

M. RIFFAUD Georges

M. ROUSSEL Claude

M. SIN RONIA Max

Mme VOLLE Suzanne

Restons connectés !

Retrouvez-nous sur Facebook et Instagram

[@sainte.monique.ehpad](#)



facebook



Instagram

Et sur notre site Internet

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



RÉSIDENCE SAINTE MONIQUE

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

Votre avis compte pour nous,  
n'hésitez pas à le partager sur

