

& SI ON SE DISAIT TOUT !

Le journal des résidents juin 2019 n°3

CARNAVAL
LES EHPAD EN FOLIE !

Résidence Léon Werth
Gourmandise, douceur et chant
Notre programme de début d'année

EHPAD Le Cèdre Bleu
Concours de déguisement

Le Village
La tradition des crêpes



SORTIE AU THÉÂTRE
10 conseils de vie des résidents



EHPAD NOTRE DAME
Au son des cuivres

SOMMAIRE

Merci à	page 3
Les Temps forts	page 4
Histoire de vie	page 5
EHPAD Notre Dame	page 6
EHPAD Le Cèdre Bleu	page 8
EHPAD/USLD Golbey	page 10
Au coeur du Village	page 12
Résidence Léon Werth	page 14

Voilà l'été

Mais avant que l'été n'arrive, petit retour sur les événements marquants dans nos EHPAD en ce début d'année. Parce que justement des événements et des animations, nos résidents.es n'en manquent pas. Nous avons à coeur de leur faire plaisir et de les divertir mais également de favoriser des moments d'échange et de rencontres. Nous avons la chance de faire un métier où prendre soin de l'autre a un vrai sens.

Et nous voulions le partager avec vous. Merci !

Directeur de publication Bachir Filali / **Rédactrices en chef** Anne-Sophie Lanoix, Rachel Gehin
Comité de rédaction Isabelle Klein, Stéphane Agreda, Cyril Beneteau, Patricia Claudel, Christelle Grandjean, Adeline Louviot, Lola Pierson / **Création et mise en page** Service Communication CHED
Crédits Photos CHED, Pixabay, CD88-JL / **Source** Lips

Deklic Graphique / **Dépôt légal** : juin 2019 / **ISSN** : 2649-180X

Centre Hospitalier E. Durkheim Epinal, 3 av. R. Schuman, 88021 Épinal
Centre Hospitalier de Remiremont, 1 rue Georges Lang, 88200 Remiremont

www.ch-emile-durkheim.fr / www.ch-remiremont.fr

Merci à

Louis, notre nouvel animateur

Louis est nouvellement arrivé dans notre équipe en tant qu'animateur d'activité physique de l'association «siel bleu».

Un rayon de soleil pour les résidents.

Dynamique, il propose de nouveaux ateliers les mardis après-midi sur les 3 sites. Le matin au Cèdre Bleu, en début d'après-midi à Notre Dame et en milieu d'après-midi à Golbey, il est partout et toujours en forme !

Souriant et de bonne humeur, il est très apprécié des résidents.es ainsi que du personnel. Il fait preuve de patience, sait encourager et motiver les participants. Il sait reconnaître les difficultés et les possibilités de chacun et ses séances sont toujours pleine de joie et de rires.

Très attendu chaque mardi par les résidents.es, la séance ne désemplit pas. La rançon du succès !

Nous souhaitons donc la bienvenue à Louis !



Les temps forts

Bal de carnaval

Les EHPAD Le Cèdre Bleu, Notre Dame, Golbey et Le Village se sont retrouvés à l'occasion de Carnaval pour un grand bal déguisé.

On ne pouvait évidemment pas passer à côté des traditionnels beignets confectionnés par chaque site. A leur arrivée, les résidents.es se sont vus proposer maquillage, accessoires et déguisements, à l'image des animateurs grimés pour l'occasion. Convivialité et bonne humeur étaient de mise. Le tout orchestré par Benoît, l'intervenant musicien bien apprécié par nos anciens qui ont pu esquisser des pas de danse.

Un temps fort qui mérite bien son appellation, tant cette animation a rencontré un franc succès.



Résidence Léon Werth en couleurs !



Le 5 mars, nous avons fêté carnaval autour d'un air d'accordéon. Les résidents ont chanté, dansé et se sont régalé de délicieux beignets de Carnaval confectionnés par l'ensemble des bénévoles et quelques résidents.

Ce jour là, nous avons invité des résidents de l'USLD et leur animatrice, Hélène, qui ont répondu présents pour ce moment festif !

Histoire de vie

Madame Marie Odile Lacreuse



Née à Saint Dié-des-Vosges le 7 septembre 1944 où elle a grandi, Marie Odile Lacreuse a suivi un brillant parcours scolaire la conduisant à l'école d'infirmières de Nancy.

À la suite de son examen, elle décide de prendre le chemin de l'éducation nationale pour devenir infirmière scolaire. C'est auprès des adolescents du lycée hôtelier de Gérardmer qu'elle débute sa carrière.

Cinq années plus tard, elle regagne Saint Dié pour travailler au lycée Jules Ferry. Elle revient également chez elle pour prendre soin de ses parents malades.

C'est après leur mort qu'elle rencontre son époux, Marcel, contre-maître pré-retraité de l'industrie du textile. « Ses yeux m'ont tout de suite plu, il avait un bon regard », dit-elle avec le sourire. Après leur mariage, le couple continue à vivre dans la maison familiale à Saint Dié.

Mais ce bonheur ne dure que 12 années, au cours desquelles elle soignera son époux jusqu'à sa disparition. « Hélas ! » s'exclame Marie Odile, « Nous étions si heureux, mais je me raisonne en me disant que c'est mieux que rien ».

Passionnée de broderie au point de croix et de crochet, Marie Odile se plaît à créer tout un monde de petits objets aux couleurs gaies. Résidente depuis 2018 à Notre Dame, cette artiste fait naître de son crochet un univers d'animaux fantastique, pieuvres, lapins, chats, ours, poules mais aussi œufs, égayants le décor de Pâques installé sur le buffet de l'accueil de la résidence, ainsi qu'une variété de fleurs.



Ce joyeux petit monde, Marie Odile ne le crée pas pour elle mais au profit des services hospitaliers de pédiatrie et de gériatrie, ainsi que pour les établissements d'accueil d'enfants. Une manière pour elle de faire perdurer son dévouement pour les patients.es.

Toujours en recherche de nouveaux modèles, Marie Odile n'a pas fini de surprendre son entourage et de faire la joie des petits et des grands. Un grand bravo à elle !

EHPAD Notre Dame

Fusion de cuivres

En ce 14 février, l'orchestre « Nouba » composé de 5 musiciens militaires du 1er régiment de tirailleurs d'infanterie d'Épinal a fait battre le cœur de nos résidents, au son des saxophones, des trompettes, des cymbales et des trombones.

Interprétant un répertoire de chansons aussi variées que « Les quatre saisons » de Vivaldi, « Comme d'habitude » de Claude François, ou encore « Michelle » des Beatles etc., l'orchestre a impulsé une chaude ambiance festive dans la résidence. Séduits par ce rythme festif, les résidents ont accompagné les musiciens en chantant et frappant des mains.

Ce magnifique concert s'est terminé sous des applaudissements et le partage d'un goûter, servi d'un gâteau confectionné par les résidents au cours de l'atelier culinaire du matin. Lors de ce moment d'échange, les résidents ont admiré les tenues militaires et les instruments de musique des musiciens militaires. Ces derniers leur ont alors raconté l'histoire de cet orchestre créé à la fin du XIX^e siècle.



Musique

La Nouba

Le saviez-vous ? Une des caractéristiques de la Nouba est sa tenue orientale qui rappelle l'uniforme des anciens tirailleurs algériens de 1840. Elle se compose d'un saroual, bleu ou blanc selon les saisons, porté avec une large ceinture de laine rouge. La veste courte et bleue à parements jaunes est portée sur un gilet sans manches appelé le « sédria ». Sur la tête, les tirailleurs arborent le « chèche », une bande de tissu blanc enroulée ou la « chéchia » en feutre rouge avec un pompon à franges bleu.



la Nouba du 1er régiment de tirailleurs d'Épinal en tenue traditionnelle lors de la prise d'armes au Palais du gouverneur militaire de Strasbourg, le 31 janvier 2013.

©Ministère de la Défense

Calendrier - Les événements à venir

Juin

- Rencontre inter-établissements
- Animations par les élèves de l'école Notre Dame
- Fête de la musique
- «Écriture de chansons» avec l'artiste Jack Simard
- Sortie en ferme auberge à Uzemain

Juillet

- Prestation musicale avec les élèves du conservatoire Gautier d'Épinal (sous réserve)
- Sortie au port d'Épinal
- Après midi musical avec « Comme sous la douche »
- Repas autour d'un barbecue
- Thé dansant.
- Promenade au jardin du cours à Épinal
- Après midi cinéma

Août

- Sortie goûter au parc du château.
- Visite du vieil Épinal.
- Repas autour d'un barbecue
- Thé dansant.
- Visite de l'ancienne bibliothèque à la BMI d'Épinal

Septembre

On ne sait pas encore parce que peut-être que l'on va rester en vacances encore un peu !

EHPAD Le Cèdre Bleu

Repas Carnavalesque

Le Cèdre Bleu a organisé le mardi 5 mars son premier repas à thème, où la fête de Carnaval a été mise à l'honneur.

L'ensemble du personnel s'était costumé depuis le matin. Ont donc déambulé dans les couloirs, lutins, chinoise, pétomane, fée, reine du disco, baba cool, égyptienne, indienne, sultane, etc.

A midi, les élèves du lycée nous ont rejoint pour partager ensemble un bon repas. Pendant notre repos (oujours bien mérité), ils nous avaient préparé des beignets et décoré le salon pour un grand défilé avec en tête notre « Lulu Licorne ». Récompensées par un jury d'experts, composé d'un membre du personnel, d'un bénévole et d'un représentant des familles, «fifi fluo» et l'«aviatrice» ont remporté le 1er prix ex aequo du plus beau déguisement.

Un grand merci à tous les acteurs pour l'organisation et leur participation à cette joyeuse et colorée journée.



Calendrier - Les événements à venir

Juin

- Rencontre inter generation avec l'EHPAD des Cuvieres et le C.S.A.L.
- Repas à thème «En mai, fais ce qu'il te plait»
- Concert de piano par des bénévoles
- Pique-nique inter établissement à Épinal
- Sortie gastronomique à Rehaupal
- Fête de la musique : sorties, concerts, tour de chant, etc.
- Spectacle du club de gym de Thaon
- Repas anniversaires
- Ateliers pâtisseries
- Sortie à la ferme auberge d'Uzemain

Pourquoi se déguise-t-on à Carnaval ?

Certains historiens expliquent que le Carnaval existait déjà en Mésopotamie ou en Egypte il y a 3000 ans, où l'on célébrait l'égalité exceptionnelle entre les esclaves et les maîtres pour une journée.

A l'origine, Carnaval est une fête païenne que l'Eglise a voulu interdire par la suite. Sans y parvenir, elle l'a transformé en fête marquant le début du Carême, c'est-à-dire une période où l'on ne mangeait pas de viande pendant 40 jours, entre le mois de février, Mardi Gras, et Pâques. Carnaval vient de *carne levare*, qui signifie en effet « enlever la viande ».

Les premiers déguisements datent du XIII^e siècle avec la transgression, à travers notamment la transformation des hommes en femmes par exemple.

L'idée étant de pouvoir bouleverser la hiérarchie sociale avec la liberté de ne pas être reconnu.



Petit jeu ! Reliez la bonne traduction du mot Carnaval

- | | | |
|-------------|--------------------------|-------------------------------------|
| en anglais | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> karnevalet |
| en espagnol | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> carnival |
| en danois | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> carnavalul |
| en allemand | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Karneval |
| en roumain | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> carnavales |

Réponses :
anglais = carnival
espagnol = carnavales
danois = karnevalet
allemand = der Karneval
roumain = carnavalul

Juillet

- Barbecue dans le jardin

Août

- Concert de Marie Pascale
- Repas anniversaire
- Atelier cuisine
- Sortie au parc du château et au port (selon météo)

Septembre

- Lecture de conte par les blouses roses
- Olympiades au CHI
- Sortie en bateau mouche à Gérardmer
- Concert de Mr Chopat
- Pique nique inter établissement à Chatel
- Repas anniversaires

EHPAD/USLD Golbey

Sortie au Théâtre

Sur l'invitation de l'EHPAD Saint-André de Xertigny, les résidents.es des EHPAD de Golbey, du Cèdre Bleu et de Notre Dame ainsi que la Résidence Léon Werth se sont rendus à la salle polyvalente de Hadol pour assister à une pièce de théâtre.

Cette pièce intitulée «10 idées pour ici et après» évoque avec humour le coaching et le développement personnel à travers 10 conseils de vie mêlant la vidéo, le théâtre et le chant.

C'est la compagnie de théâtre «Les Jolies Mômes» qui a initié les élèves du Bac Professionnel «Service à la Personne» de la maison familiale rurale de Hadol et les résidents.es de l'EHPAD Saint-André de Xertigny et de l'EHPAD Sentiers d'Automne de Bains les Bains, à la pratique artistique via des ateliers de chant, de théâtre et de danse.

L'objectif était de construire une pièce de théâtre intergénérationnelle mêlant les élèves et les résidents.es.



Parmi nos résidents.es, nous comptons des amateurs de théâtre qui ont été ravis par cette sortie culturelle. Bravo aux organisateurs et aux artistes en herbe pour cette belle représentation.

Calendrier

du jardinier

Semis

Récolte

Avril	aneth, artichaut, aubergine, asperge, basilic, betterave, brocoli, camomille, carotte, céleri, cerfeuil, chou d'hiver, chou de bruxelles, chou-fleur, ciboulette, concombre, coriandre, courge, courgette, cresson, estragon, fenouil, fève, fraise non-remontante, haricot vert, laitue batavia, maïs, mélisse, melon, menthe verte, navet, oignon, oseille, persil, petit pois, piment, poireau, poivron, pomme de terre, radis, romarin, roquette, sauge, thym, tomate	asperge, carotte, épinard, estragon, menthe verte, radis, romarin, sauge
Mai	artichaut, asperge, basilic, betterave, brocoli, carotte, céleri, cerfeuil, chou d'hiver, chou de bruxelles, chou-fleur, ciboulette, concombre, coriandre, courge, courgette, cresson, estragon, fenouil, haricot vert, laitue batavia, maïs, mélisse, melon, menthe verte, navet, oignon, oseille, petit pois, piment, poireau, pois chiche, radis, romarin, roquette, sauge, tomate	artichaut, asperge, basilic, camomille, carotte, cerfeuil, estragon, fève, navet, oignon, petit pois, radis, romarin, roquette, sauge
Juin	betterave, brocoli, carotte, cerfeuil, chou d'hiver, chou-fleur, concombre, coriandre, courgette, cresson, estragon, haricot vert, laitue batavia, maïs, mélisse, melon, menthe verte, navet, oseille, petit pois, poireau, pois chiche, pomme de terre, radis, roquette, scarole, tomate	artichaut, asperge, basilic, camomille, carotte, cassis, cerfeuil, coriandre, cresson, estragon, fève, fraise, framboise, groseille, haricot vert, laitue batavia, mélisse, navet, oignon, persil, petit pois, poivron, radis, romarin, roquette, sauge, thym

Calendrier - Les événements à venir

Juin

- Repas inter sites à Epinal
- Goûter des anciens de Golbey
- Rencontre avec les enfants du centre Louise Michel
- Fête de la musique
- Repas anniversaires
- Sortie en ferme auberge à Uzemain

Juillet

- Sortie à Bouzey
- Sortie au parc du château
- Atelier cuisine
- Atelier pâtisserie et dégustation
- Conférence sur les malgaches
- Repas d'été
- Repas anniversaires

Août

- Sortie au port
- Atelier cuisine
- Repas anniversaires

Septembre

- Rencontre inter-sites à Chatel
- Atelier pâtisserie et dégustation
- Rencontre avec les enfants du centre Louise Michel
- Atelier cuisine
- Repas anniversaires

Au coeur du Village

Fête de la Chandeleur

En ce jeudi 14 mars, une bonne odeur envahit le village : cette odeur est celle de la chandeleur.

Les résidents.es ont fait sauter les crêpes et c'est en famille et entre amis que l'on a partagé cette gourmandise, accompagnée d'un petit verre de cidre bien frais.

Le ventre et le coeur comblés, on s'est promis de faire perdurer la tradition l'année prochaine.



Le saviez-vous ? L'origine de la fête de la Chandeleur est latine et païenne, *festa dandelarum* c'est-à-dire la «fête des chandelles». La tradition veut que l'on cuisine des crêpes à cette période de l'année pour symboliser la fin de l'hiver et donc l'allongement des journées.

Pour s'assurer d'avoir de bonnes récoltes à venir, il faut faire sauter la 1ère crêpe de la main droite en tenant un Louis d'Or dans la main gauche.

Les dictons sur la Chandeleur

- «Rosée à la Chandeleur, Hiver à sa dernière heure.»
- « A la Chandeleur, l'Hiver s'apaise ou prend vigueur.»
- « A la Chandeleur, le jour croît de 2 heures.»

Souvenirs d'enfance

Les cloches du village

« Ha le doux son des cloches qui a rythmé mon enfance... Dès le matin, j'entendais dans un demi sommeil l'angélus de 7 heures qui déjà me rappelait que le matin était là ; tout au long de la journée, nous tendions l'oreille quand résonnait au loin le clocher. **Dong Dong Dong Dong**, 4 heures et deux autres différents. **Ding ding**, déjà 4h1/2, vite il fallait rentrer pour le goûter.

Parfois on entendait le lourd son du glas et les parents disaient, « ha il y a un mort, ce doit être le voisin qui allait bien mal hier, le curé y était » et les jours de fête, tout carillonnait gaiement. C'était souvent le signe pour nous les enfants, de repas de famille et de bons moments partagés.

Et dire que beaucoup maintenant viennent s'installer dans les petits villages et militent pour que cesse le bruit des cloches. C'est comme s'ils voulaient tuer l'âme même des campagnes. »



Résidence Léon Werth de janvier à mai



Samedi 19 janvier : Loto des familles

Une centaine de participants, les résidents, leurs familles, le personnel et leurs enfants, s'est rassemblée pour le loto des familles. Nous remercions, les organisateurs, notamment les bénévoles et les commerçant pour le don des lots.



Mardi 5 février : Chandeleur

La chandeleur a sonné avec au menu : crêpes salées et crêpes sucrées ! Petite pensée à toutes les personnes matinales, qui ont confectionné plus de 500 crêpes, dans un PASA bien réchauffé, notamment les bénévoles, Delphine et Muriel, notre ASH au rez-de-chaussée. Sans Mumu, un repas ne serait pas un vrai repas, car il n'y a que Mumu qui sait où tout est rangé dans la résidence.



Lors de ces grands repas à thème, nous remercions le responsable des cuisines, M. Petot et ses agents, pour leur dynamisme afin que les résidents aient entière satisfaction.



Vendredi 22 et Samedi 23 mars : Carnaval vénitien

La ville de Remiremont a accueilli le carnaval vénitien et ce sont 65 résidents qui ont pu admirer les déambulations des costumés dans les rues, sous un magnifique rayon de soleil.

Et pour les amateurs des sorties nocturnes, nous nous sommes retrouvés le soir autour d'un repas convivial, puis devant l'Abbatiale, pour la parade des lanternes.



Mardi 30 avril : Après-midi bien-être

Une trentaine d'élèves de 3^e année de l'IFSI ont proposé aux résidents.es un après-midi bien-être avec différentes activités : atelier culinaire, activité manuelle, atelier bien être, jeux et activité sensorielle. Ces étudiants arrivent en fin de cursus scolaire et c'est avec plaisir que nous avons pu accueillir cette promotion dynamique, qui était déjà venue nous aider lors de notre marche gourmande du Mois Bleu.



Nous leur souhaitons un bel avenir professionnel.



Mardi 21 mai : Chorale de Saint Amé

La chorale de Saint Amé est venue nous rendre visite en chansons, où tous ont chanté en cœur, dans la joie et la bonne humeur. Des résidents connaissant eux aussi des chants, ont offert un chant aux choristes « Étoile des neiges », accompagnés de leur musicothérapeute, Guérin. Durant ce moment, les résidents se sont laissés bercer et ont pu fredonner, toute la fin de soirée, des petites mélodies.



EVÉNEMENTS À VENIR

Des repas barbecue sont prévus pour tous les résidents à partir du mois de juin jusqu'en septembre, c'est donc le moment de sortir les chapeaux de paille et les lunettes de soleil !

Le **22 juin**, nous accueillerons une fanfare harmonie où nous pourrons reconnaître des pas redoublés et des morceaux connus.

Le **3 juillet**, nous inaugurerons une fresque réalisée en UVP, par des résidents et des enfants du Centre Social du Rhumont.

Le **21 septembre**, la résidence se plongera dans le monde médiéval, en partageant un repas autour d'un cochon de lait, des combats de chevaliers etc. Au rendez vous, une belle journée médiévale !

Afin de rendre la résidence encore plus dynamique et joyeuse, nous nous ouvrons davantage sur l'extérieur, en accueillant toute génération. Différentes activités se réalisent avec les petits de la MAM de Remiremont, les enfants du périscolaire de la Grange Puton, des repas thérapeutiques avec l'EHPAD de Golbey, etc. ! Quel plaisir de partager des moments de convivialité avec des personnes rayonnantes, et de laisser de si beaux souvenirs, dans la tête de tous nos résidents.

La recette

LE PAIN D'ÉPICE

Dès l'Antiquité on retrouve des traces du pain d'épice. A l'époque, il était plutôt question de pain au miel ou de gâteau au miel.

Le pain d'épice tel que nous le connaissons aujourd'hui vient de Chine et est fait à partir de farine de froment, de miel et quelquefois relevé de plantes aromatiques



©Frédérique Voisin-Demery

Le pain d'épice voyage. Au Moyen-Âge, les croisés en rapportèrent la recette ainsi que les épices. Il se répand dans le Saint Empire romain germanique où il est alors nommé Lebkuchen, pain d'épice en allemand.

C'est seulement au XVe siècle que le pain d'épice est cité en Alsace.

L'emblème officiel est composé d'un ours, connu pour adorer le miel, et d'un bretzel, symbole de la région alsacienne.

Source LIPS

Ingrédients :

- 250 g de farine
- 250 g de miel
- 50 g de beurre
- 1 cuillère à c. de bicarbonate
- 2 cuillères à c. d'épices pour pain d'épices
- 1 verre de lait
- 1 sachet de levure chimique
- 120 g de cassonade

Préparation : 20 min

Cuisson : 45 min

Puissance du four : 160°C (Th 4)

La recette

- Préchauffer votre four à 160°.
- Faire fondre beurre et miel dans une petite casserole à feu doux.
- Dans le grand cul de poule, mélanger la farine, la levure, le sucre roux, les épices et le bicarbonate.
- Ajouter le mélange (miel, beurre) aux poudres et incorporer peu à peu le lait.
- Mélanger pour obtenir une préparation lisse.
- Verser dans le moule et enfourner 45 minutes à 160°.
- Démouler et dégustez !