

Bulletin trimestriel réalisé avec et pour les résidents EHPAD

N° 48 (janvier, février, mars 2019)



EDITO

*Après un automne agréable et ensoleillé, nous voilà en plein
hiver. Des nuages tristement bas, la bise nous donne des
frissons, le soleil nous fait mal aux yeux.*

La vie semble se ralentir, il est déjà l'heure d'aller dormir...

*Qu'importe ! Pendant les longues nuits, nos rêves nous
ramènent aux beaux jours de notre enfance nous libérant
ainsi de nos soucis et de nos peines.*

De beaux souvenirs qui remplissent notre cœur d'espoir ...

La vie commence chaque jour.

Gérard



*L'équipe du Fil d'Ariane vous souhaite une excellente
année 2019*

VOEUX



MEMOIRE

SOUVENIRS

REJOUISSANCES

ANIMATIONS DE FIN D'ANNEE

REMERCIEMENTS

Recette

ADHESIONS!



Entrée de résidentsNous ont rejoint à l'EHPAD:

Mesdames: AMIC Simone, ANSART Marie Louise, ASTIER Emillienne, AUGER Suzanne, AUVERGNE Jeanine, BARNIER Denise, BARNIER Denise, BUIS Heliane, GORY Renee, GRAS Jacqueline, GRAS Jacqueline, GRIMAUD Suzanne, GUERRA Paulette, SIROS Jacqueline, SYLVESTRE Simone, TADJA Hocine et ZEROUALI Achoura

Messieurs: BEGOU Gabriel, BOUFFIER Marcel, CATIL Georges, CZAJKA Stephan, GIRARD Georges, GROSLONG Jacques, LANG Julien, ORAND Allain et REY Simon

Les départs de résidentsNous ont quitté:

Mesdames: ANSART Marie Louise, BERMOND Monique, BOUFFIER Evelyne, BREYTON Cecile, CAYOL Solange, CHEMEL Colette, DERZELLE Jacqueline, FARGETTAS Nicole et LEBRUN Madeleine

Messieurs : BAUDOIN Dit Lavallee Christian, BERARD Henri, CAVAGNA Maurice, GREMILLET Pierre, SALMON Jean et VERCASSON Louis

Les anniversaires**Janvier**

BELLONE	Jean	2
CARDOT	Jeannine	8
CLAVEL	Therese	14
FRANCON		
COTTINY	Suzanne	15
BRETON	Yvette	15
GUERRA	Paulette	21
DESPEISSE	Albert	31
MANCIP	Colette	31

Février

AUGER	Suzanne	5
DESVERNES	Roberte	5
CZAJKA	Stephan	7
BLED	Bernadette	7
DEVOS	Maria	10
FIGOLI	Felix	10
VIGLIARON	Louise	15
PARCHET	Elise	18
STEINER	Hedwige	20
LAGIER	Marcelle	21
ATHENOL	Yvette	23
BRES	Roger	27
GARABIOL	Marguerite	28
GEREST	Nicole	28

Mars

TADJA	Hocine	7
MORIN	Marie	9
ISOARD	Marthe	11
ARCHAMBAULT	Elisabeth	14
GODUEL	Andree	14
BARBE	Yves	17
BEGOU	Gabriel	18
IZOARD	Lucile	21
ZAEPFEL	Yvette	21
GORY	Renee	23
THOME	Vivette	26
PORCHERON	Simonne	31



Au Fil de Soi
Samedi 19 Janvier à 15h
au 1er étage

Démonstration de danse Country
Avec Maguy et ses ami(e)s



Aux Ombelles
Samedi 19 janvier
A 16h15

Danse Country



Au Fil de Soi
Mercredi 23 Janvier de 14h
à 16h en salle d'animation

Olympiades inter
générationnelles
Avec le centre aéré



Ombelles/Bleuets
Jeudi 31 Janvier
après-midi

Itinérance en chambre
Avec Anita



Au Fil de Soi
Jeudi 21 Février
A 15h

Chorale Chantequint



Au Fil de Soi
jeudi 14 mars
à 15h

Chiffonnees Du Vocal



Aux Fleurs
Jeudi 25 Avril à 15h
Salle Jeanne d'Arc

Chorale Chantequint



Prochains menus des ateliers cuisine/repas
communs aux Fleurs et au Fil de Soi:
Janvier : raclette



On s'active....



...pour préparer...



...Noël!



Noël au Fil de Soi





Noël aux Fleurs



« Mon mari était Jean Chauvin. C'est lui, avec André Audra, qui a créé l'association ODG⁽¹⁾. J'ai toujours une propriété à Combe Mâle que je loue en été à un berger. Il y a une bergerie avec un poêle, une petite cuisinière à gaz. Avec mon mari, nous montions chaque année tout le matériel. Aujourd'hui, nous sommes au mois de juin. Le berger va bientôt y arriver. D'ailleurs, il participe à la transhumance de Die qui a lieu tous les ans fin juin. C'est beau, là-bas, sur le plateau du Vercors, mon Vercors !



Avez-vous toujours habité à Die ?

Non, pas du tout. Mon père était fonctionnaire et il roulait un peu partout. A l'époque, les femmes n'allaient pas à l'hôpital pour accoucher. Elles accouchaient à la maison, souvent chez leurs parents. Ma maman a accouché chez sa maman qui habitait en Seine-et-Marne. Je ne suis pas allée à l'école là-bas parce que mes parents changeaient souvent de lieu ; ainsi, nous sommes arrivés à Valence.

Avez-vous de bons souvenirs de Valence ?

Oui, Valence était une jolie ville avec beaucoup de verdure. On pouvait se promener sur les berges le long du Rhône, là où se trouve maintenant l'autoroute.

Vous souvenez-vous des jeux que vous faisiez avec vos copines à la récréation ?

Oui, à la marelle, à la corde, j'aimais bien sauter et jouer à la balançoire. J'ai toujours bien aimé faire du sport. Avec mon mari, nous faisons aussi bien en hiver qu'en été des promenades en montagne, avec le sac



à dos et le casse-croûte. J'ai toujours mes chaussures de marche ! Maintenant, je suis à la maison de retraite. Ma maison me manque cruellement. J'aime tellement être libre et indépendante ! C'est vrai, le personnel est très

gentil et je reçois la visite de la dame qui faisait le ménage chez moi. C'est ce qui me tient debout. Je me sentais en sécurité chez moi, mais l'infirmière qui venait me voir a insisté pour que je rentre à la maison de retraite. Etant seule à la maison, lorsque je tombais, je ne pouvais pas me relever...

Revenons au temps de l'école.

Je suis restée à l'école jusqu'à mes 17 ans. Comme matières, je préférais le français, la composition française, la dictée et aussi la géographie, l'histoire de France avec nos rois et nos reines. Maintenant, je ne peux plus lire à cause de la DMLA. Cela me manque beaucoup ; vous savez, « la vue, c'est la vie ! ». C'est depuis 2 ans, l'ophtalmologue m'a dit : « Je ne peux plus rien faire pour vous ! ». Je ne vois même pas assez pour m'occuper de mes cheveux devant le miroir !

Oui, c'est tellement important la vue !

Oui, parlant de chevelure, les femmes maintenant ne se coiffent plus. Elles sont toutes mal coiffées, ne l'avez-vous pas remarqué ? Alors que nous, nous étions coquettes, nous étions des



femmes soignées. On allait chez le coiffeur pour se faire une mise en plis. Mais c'est fini, maintenant ! Il y a aussi la mode qui change... Maintenant, toutes les femmes sont en pantalon. Ce n'est pas une toilette, cela ! Avant, les femmes portaient des robes, elles étaient bien plus coquettes et élégantes. Un tailleur pour le printemps, une robe blanche pour l'été. C'était une autre époque. La vie, elle passe par époques, mes parents vivaient dans leur époque, pour moi c'était déjà une autre époque et maintenant, c'est encore différent. Dans le temps, il y avait toutes ces grandes maisons de haute couture ; maintenant, la plupart ont disparu.

Portiez-vous aussi des chapeaux ?

Ah oui, nous avions notre boîte à chapeaux. En été, nous portions des capelines de couleur assorties à la robe : rose,



jaune, blanche. Nous étions très soignées ! L'autre jour, j'ai vu une jeune dame habillée d'un pantalon qui lui venait jusqu'aux genoux. Enfin, ce n'est pas un « pantalong », cela, mais un « pantacourt » ! *(rire)*

Qu'est-ce qui vous intéressait comme loisirs ?

La montagne ! Avec mon mari, un vrai montagnard, nous partions chaque dimanche en montagne et entre autres à Combe Mâle. Comme je vous l'ai dit, nous étions membres



des Ours du Glandasse. Je faisais partie aussi d'une chorale. A la messe, dans notre belle cathédrale, je chantais des chants

religieux. La cathédrale date du 17^{ème} siècle, précisément de l'an 1670. J'aimais aussi cuisiner, mon mari étant un vrai gourmand. Je préparais différents plats, ma spécialité étant la choucroute, les ravioles au four ; oh ! Que c'était bon ! Et aussi l'agneau du Diois, un bon gigot bien cuit. Et puis j'invitais des amis qui nous réinvitaient. Je reconnais que j'ai eu une belle vie avec cet homme. Je suis croyante et je remercie Dieu de m'avoir envoyé cet homme, le compagnon de ma vie.

Comment vous êtes-vous rencontrés ?

On nous a fait connaître. Il avait un ami dont la femme m'a dit un jour : « Tu sais, je connais un garçon qui serait bien pour toi ». Je me suis dit, pourquoi pas ? Alors, elle nous a invités à déjeuner ensemble. Je lui ai plu et il m'a plu aussi. Ainsi nous sommes restés ensemble. Quelque temps après, il m'a demandée en mariage. J'ai réfléchi et j'en ai parlé à mes parents. Nous étions heureux tous



les deux. Voilà, c'était le début de notre histoire. J'en garde beaucoup de bons et beaux souvenirs.

Avec les Ours du Glandasse, partiez-vous skier ?

Ah oui, sur le Plateau, que je suis bête de ne pas l'avoir dit. Nous préparions nous-mêmes les pistes de ski. Il n'y avait ni dameuse ni chasse-neige. Nous nous mettions les uns à

côté des autres et nous descendions en tapant bien la neige avec les skis. C'est surtout lorsqu'on a eu les premières voitures que l'on sortait aussi l'hiver en montagne.

Avec des amies, je faisais aussi du vélo, comme beaucoup de femmes dans le temps ; et à cette époque, les dames ne faisaient pas beaucoup de sports, parce qu'elles n'étaient pas motorisées. Plus tard, nous allions l'été à la mer où nous avons acheté un petit appartement. C'était à Cannes. Quand mon mari a été à la retraite, l'hiver nous partions trois mois à Cannes, de décembre à fin février. A part ce séjour annuel à la mer, nous faisons des voyages à l'étranger : à New-York, une croisière en méditerranée sur le paquebot France visitant l'Italie, Florence, Naples. Mon mari parlait italien qu'il avait appris au lycée. Il aimait bien aller en Italie. Ainsi, on partait quelques jours à Rome ou à Venise. L'Italie a plusieurs villes d'art. Puis les italiens chantent, dansent et sont musiciens. C'est un joyeux peuple et on y mange bien. Etant fan de l'Italie, mon mari avait acheté une Alfa Romeo, la reine des voitures italiennes.

Nous habitons au Plot et pour que je puisse faire mes courses en ville, il m'avait acheté une Deux Chevaux. Ma « deuche », c'était



bien pratique et elle n'est jamais tombée en panne ! *(rire)* Elle était de couleur beige. Si je devais faire des courses, je sortais

ma « deuche » ; j'étais invitée, j'y allais avec ma « deuche »... Voilà mes souvenirs, les souvenirs de ma vie de femme.

Durant ces années, avez-vous vu la vie changer à Die ?

Oui. Die est une jolie petite ville. Je ne m'y suis jamais ennuyée. Je m'y suis toujours bien plu. Je m'y suis fait beaucoup d'amies. A Noël et à la fin de l'année, je chantais avec la chorale dans la cathédrale. C'était un groupe très convivial. Au cours de ma retraite, j'ai quitté le Plot pour m'installer dans ma maison, à St-Pierre, dont le rez-de-chaussée est occupé par un kiné, Thierry Poudrel. J'ai fait aussi

une donation à un petit cousin qui entretient ma maison. Il sait tout faire, même la maçonnerie, et il m'apporte des légumes et des fruits de son potager.

Pour Noël, il nous a offert une grande bûche en chocolat.



Cela me fait penser à ma maison. C'était mon petit paradis. Il y a de beaux meubles en bois de noyer, un grand buffet. Tous ces meubles ont été fabriqués dans l'usine Audra au début des années 50. Peu après, l'usine a fermé. Savez-vous qu'à l'époque, il y travaillait jusqu'à trois cents personnes ? Avant, à Die, il y avait plusieurs usines importantes comme la « filerie » de Baral qui fabriquait des tissus. Les femmes y travaillaient. Maintenant, il ne reste que la Cave de la Clairette de Die. Avec

l'hôpital, la coopérative est le plus important employeur de Die ; facilement cent personnes y travaillent. Je me souviens aussi de l'usine « Bons Aliments » qui produisait des aliments pour les bêtes. Près du Pont de la Griotte, il y avait une scierie pour le bois.

Voilà mes souvenirs. La vie avec mon mari a été la plus belle époque de ma vie. Je suis croyante et reconnaissante envers Dieu qui m'a envoyé cette personne merveilleuse. J'ai eu une vie sans grandes histoires, mais je reconnais qu'elle a été belle.

Souvenirs recueillis par Gérard assisté par Marie-Flora le 14 juin 2018

(1) L'association des Ours de Glandasse, basée à Die (Drôme), existe depuis septembre 1927. Elle propose toute l'année diverses activités de nature et sportives.

La recette des gaufres de Carole :

Ingrédients :

3 tasses de farine
2 tasses de yaourt
1 tasse d'huile
1 paquet de levure
2 paquets de sucre vanillé
2 tasses de sucre
6 œufs



Séparer les jaunes des blancs d'œufs. Dans un saladier mélanger tous les ingrédients avec les jaunes d'œufs. Monter les blancs en neige et les incorporer délicatement à la fin à la préparation.

Cuire le tout dans un gaufrier légèrement beurré.

Bonne préparation et bon appétit 😊.

Carole





Remerciements

Merci à **APACH** pour les sachets de chocolats individuels offerts aux résidents des EHPAD.

Merci à la **Savonnerie de Die** pour les savons offerts aux résidents.

Merci à **La Drome Provençale** pour les tisanes et huiles à l'Arnica offerts pour les résidents

et à la **pharmacie d'Hérin** pour les trousse/boites de beauté garnies d'échantillons.

Merci à **Amanda** –soignante aux Bleuets- pour ces belles décorations festives

Au nom des résidents et des équipes, Odile et Marie-Flora remercient les **bénévoles** pour leur présence, leur gentillesse, leur sourire, leurs idées, leurs ateliers, leur soutien financier et l'accompagnement des résidents aux Fleurs et au Fil de Soi tout au long de l'année.

Merci aux **élèves de CM1/CM2 de l'école Notre-**

Dame pour les cartes de Noel magnifiquement dessinées pour les résidents.



Pensez à nous signaler votre nom, adresse postale et adresse électronique afin que nous puissions vous informer des animations à venir, vous envoyer le Fil d'Ariane et surtout rester en contact!

BULLETIN D'ADHESION A L'ASSOCIATION APACH

Contact : Mme **ACHARD Marie-Louise** Tél : 06 76 25 90 15
95 impasse Roses trémières 26150 DIE – mail : maloudi0835@orange.fr

Nom :

Prénom :

Adresse :

Mail :

Tél :

Famille de Mme ou M :

résident(e) au **FIL DE SOI, OMBELLES, BLEUETS** (rayer)

Adhésion: 10€ ou autre :

Merci

Toutes nos animations à Die sont gratuites pour les résidents. Nos ressources proviennent exclusivement des subventions, adhésions et dons

Collecte, coordination et rédaction des témoignages : les personnes résidentes des EHPAD, les bénévoles d'APACH, Malou Achard, Pierre Viard, Christine Simon, Daniela Concina, Roger Moore.

Recueil des mémoires: Gérard et Ginette Pype **Coordination** : Christine Blache **Animatrice**: Marie-Flora Rey