

*Bulletin trimestriel réalisé avec et pour les résidents EHPAD  
N° 50 (juillet, août, septembre 2019)*



## EDITO

*Un jour un collègue de travail - âgé d'une dizaine d'années de plus - me révélait, non sans une certaine réserve, un petit secret personnel :*

*"Parfois, lorsque je me ballade dans les rues de la ville, j'ai l'impression désagréable d'avoir un petit caillou dans une chaussure."*



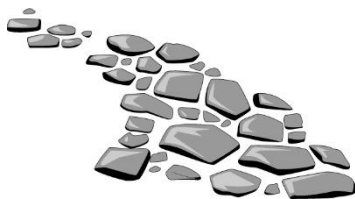
*Il faisait allusion au changement des contacts humains. Né dans les années 30 il avait grandi dans une commune où les gens ne possédaient ni voiture, ni plastiques, ni écran... famille, voisins, voyageurs étaient unis par une complicité conviviale. Confrontés aux aléas de l'existence ils pouvaient compter sur les uns et les autres : l'entraide, la chaleur humaine...*



*Ils étaient libres de ne pas "posséder" et sans le savoir ils détenaient l'essentiel.*

*Et nous maintenant, comment faire pour se sentir moins seuls, moins angoissés, moins fragiles ?*

*Il suffirait peut-être de nous débarrasser du "trop plein, du trop réglementé, du trop sécurisé". N'est-ce pas en laissant libre court à une certaine insouciance que la confiance en soi et dans les autres pourra ressurgir ? Et que le petit caillou dans une de nos chaussures nous gênera moins...*



Gérard

## MEMOIRE SOUVENIRS

### REJOUISSANCES

### ANIMATIONS DE PRINTEMPS

### Recette

### CHANSON

### Remerciements

### ADHESIONS



**Entrée de résidents****Nous ont rejoint à l'EHPAD:**

**Mesdames:** BARBAGALLO Paule, BAUDOUIN Denise, CHAFFOIS Simonne, CLOTTU Claire, DECLERCQ Jeannine, EYNARD Nicole, FAURE Louissette, GIRARD Madeleine, GIRAUD Mireille, PEZZO Aimée, PLANEL Yvonne, PONT Ginette, RAUCY Eliane, SERRE Anna, THEOLIER Lise Marie, VICEL Rosa.


**Messieurs:** GROS Raymond, RONAT Roger, ROUX Paul.

**Les départs de résidents****Nous ont quitté:**

**Mesdames :** BERTHOVIN Monique, BRETON Yvette, PRAT Jacqueline, RAUCY Eliane, VIEUX Irene

**Messieurs :** BEGOU Gabriel, CATIL Georges, DESPEISSE Albert, EYNARD Alain, GROS Raymond

**Les anniversaires**

Juillet			Août			Septembre		
FEUILTAINE	Marie	01	CHAFFOIS	Simonne	02	ASTIER	Emillienne	07
GRAS	Jacqueline	05	FUSTIER	Yves	06	AUBERT	Francoise	12
SYLVESTRE	Noemie	05	BUCHE	Jean	11	BOISSY	Andre	16
ACHARD	Rene	08	BELLIER			DIDIER	Lucile	18
REY	Germaine	09	BENISTAND	Reine	15	DOUILLERE	Nicole	18
GRECO	Domenico	10	AUBERT	Denise	16	BERANGER	Pierre	19
AMIC	Simone	10	MARQUES			GIRARD	Georges	23
SILVESTRE	Andree	11	PEREIRA	Alice	17	PASCAL	Raymonde	23
SIROS	Jacqueline	11	AUVERGNE	Jeanine	17	BOUFFIER	Marcel	25
RENOIR	Renée	11	RICHARD	Jean Pierre	18	FIALOUX	Maryse	25
GOSSELIN	Jacqueline	17	BABOISSON	Huguette	19	ROUX	Paul	25
POPLAWSKI	Denise	18	SLOBODKIN	Lucile	19	BRUN	Pierrot	26
LANG	René	20	VERSIER	Pierre	19	LIOTARD	Suzanne	26
EYMARD	Henriette	23	EYNARD	Nicole	22			
ORAND	Armand	25	CHAFFEL	Jeanny	23			
ZEROUALI	Achoura	28	PLANEL	Yvonne	23			
			LABOR	Anne Marie	24			
			MOLIST	Eliane	31			

**Les grandes animations à venir pendant le 3ème trimestre 2019 à l'EHPAD**

**Pour les Fleurs**  
**Mercredi 17 Juillet**  
**..et le Fil de Soi**  
**Jeudi 18 Juillet**

**Pique nique**  
**A la base de loisirs de Marignac**



**Les sorties**  
**piscine**  
**reprennent dès**  
**le mois de juin**

Inscriptions auprès de Marie-Flora  
(animatrice),  
Jessica (P.A.P.A aux Fleurs) et  
Elodie (P.A.P.A au Fil Soi)



**Les sorties**  
**Joelette**  
**reprennent en**  
**septembre**

Inscriptions pour ces animations auprès  
de Marie-Flora, Odile, Jessica  
et Elodie. Nbr de places limitées



**Qu'est-ce qu'une « Joelette » ?**

La Joelette est un fauteuil tout terrain mono-roue qui permet la pratique de la randonnée à toute personne à mobilité réduite avec l'aide de quatre accompagnateurs.

La Joelette permet de partager un moment privilégié au cœur de la nature.



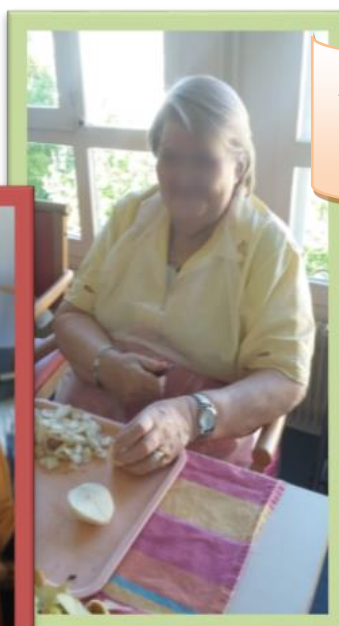
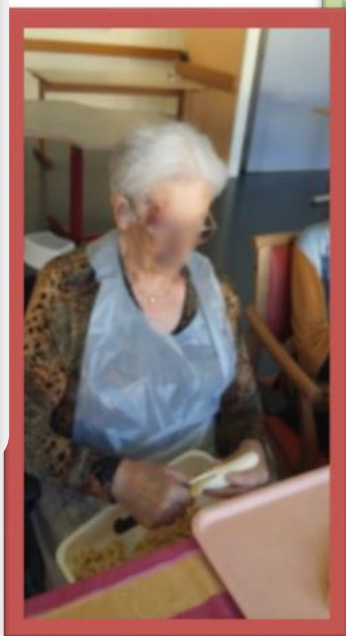
Au printemps, on jardine ....

Merci à APACH pour les  
achats effectués !

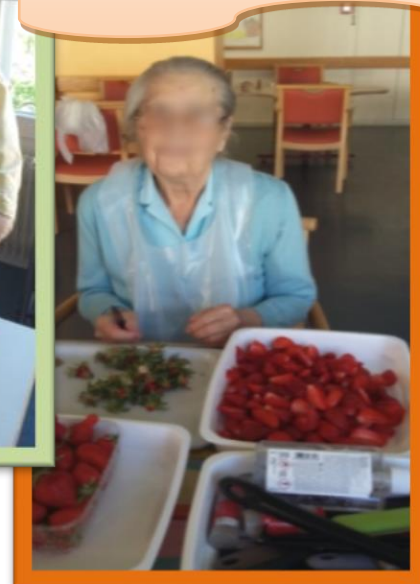


Sortie à Gamm Vert (avril 2019)

...on s'active en cuisine ...



Ateliers cuisine aux Ombelles  
mai 2019





...on fait de la compétition ...



*Olympiades de mai au Fil de Soi avec les enfants du centre aéré*



*Après-midi bowling au Fil de Soi  
(mai 2019)*



**En mai fait ce qui te plaît ... et pourquoi pas une randonnée en Joelette avec *La Buen'Aventure* ...**



*Bord de Drôme (mai 2019)*



*Les remparts (mai 2019)*





Porte Saint Marcel



Jardins du Perrier



Prêts à partir à l'accueil du FDS (juin 2019)

Merci aux bénévoles nous ayant  
rejoins sur cette sortie !



Avec le soutien financier d'APACH

... et on se repose enfin en écoutant un peu de musique !



Après-midi musicale avec Mr Greco et ses  
amis musiciens (Printemps 2019)

Après-midi musicale offerte par les artistes  
Mathis et Julien aux Fleurs (mai 2019)



« Parlez un peu plus fort, mes oreilles ne vont plus fort. Approchons-nous. Je suis des Berthonnets, c'est à Saint-Martin-en-Vercors. Il y a les Bec et les Collavet. Il y en a un peu partout, aussi à Rencurel... Vous devez connaître mon père, parce que lui, il va partout et on le connaît. Il s'appelle Collavet Anthelme.

Attention, c'est un original, hein ! Il ne faut pas le contredire, hein ! Quand il dit quelque chose, c'est bien dit. Dans le fond, il est très aimable. Mais pour le travail, il fallait y aller !

*Comme enfant, viviez-vous dans une ferme ? Dans une grande famille ?*



Nous étions onze. Pour aller à l'école, nous avions un paquet à emporter à St-Martin, des vivres, des livres. Notre instituteur s'appelait Monsieur Guy Gonnet, ce nom ne vous dit rien ? Pourtant, c'était un bon instituteur. Cela me fait plaisir de me souvenir de cet homme. Dommage que vous ne l'ayez pas connu. Il nous a appris qu'il fallait d'abord travailler. Là, il nous a dit : « le travail, c'est la santé ». Chacun avait ses compétences et il nous aidait à les développer. Quel bon instituteur ! Mais il ne fallait pas lui faire de crasses. Autrement, nous étions punis pour longtemps. C'était bien normal. Si je le revoyais, je serais aux anges. Il a été gentil pour tout le monde.

Si un jour vous venez chez nous, vous ne me verriez pas venir avec des talons, hein ! C'est la montagne ! Les prés sont tous en pente. Il y en a qui aiment cela, d'autres s'en foutent mais pour travailler, on aime que ce soit un peu plat, c'est plus facile.



*Comme enfant, avez-vous travaillé à la ferme ?*

Moi, je n'ai fait que de travailler. Avant l'école je travaillais, après l'école je travaillais. Quand je ne suis plus allée à l'école, allez, au boulot. Mon père était bûcheron et nous embauchait souvent, même

pendant l'école. Il se levait très tôt et nous faisait lever aussi très tôt. Puis il fallait aller au boulot, au boulot, au boulot. Il fallait se lever à 6 heures, hein !



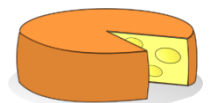
Il ne nous a pas appris à rester couchés ! En fait, c'est une bonne chose. Quand il est l'heure de se lever, on se lève. Mon père était très nerveux. Cela créait une ambiance particulière. Tôt le matin, il coupait le bois avec mes frères pour le débarder ensuite. Le bois, c'était sa passion. Excusez-moi, mais tout ce que je vous raconte, cela ne vous intéresse sans doute pas ?

*Si, si, cela nous intéresse !*

Il ne fallait pas dire : « J'ai mal aux pieds... », il fallait filer. D'ailleurs il ne l'entendait pas. Il était dur avec les autres mais aussi avec lui-même. Sa famille était de Rencurel. Ils n'arrêtaient jamais de travailler. Parfois, cela l'agaçait quand même, le pire c'était de ne pas pouvoir roupéter.

*Faisiez-vous des jeux avec d'autres enfants ? Avec vos frères, vos sœurs ? Aviez-vous du temps pour jouer ?*

Nous étions nombreux à la maison. Ce n'était pas pareil, hein ! Même lorsque nous étions petits, il fallait travailler : arracher les carottes, les betteraves, les salades, les boutons gras. Mais savez-vous ce que c'est ? Ce sont les pissenlits. Il y avait toujours quelque chose à faire. Quand nous nous levions le matin, nous n'avions rien à dire. Nous allions aux champs pour piocher, planter, le travail aux champs ne s'arrêtait jamais ; après, il fallait arracher. Nous étions contents quand maman préparait la raclette, c'était enfin un moment de détente lorsque nous nous trouvions tous à table.



En réalité, nous n'avions pas le temps pour jouer. Le travail pressait toujours. Le foin, il fallait vite le rentrer avant qu'il ne pleuve. Vous savez, les conditions sur le plateau étaient



dures pour les agriculteurs : tout dépendait du temps et on avait besoin de bons bras.

*Jusqu'à quelle classe êtes-vous allée à l'école ?*

Mes frères étaient plutôt intelligents, ils pouvaient aller n'importe où à l'école. Il y en a un – il s'appelle Polo – il était très fort, aussi bien avec ses mains qu'avec sa tête. Moi, comme la plupart, je ne pouvais aller à l'école que la moitié du trimestre à cause du travail dans les champs. J'y suis allée jusqu'à mes 12 ans. Je ne faisais pas partie des fortes têtes mais j'aimais bien y aller. On apprenait les langues, le calcul mental. A la récréation, dans la cour, on jouait à la marelle. Avec nos gros souliers, cela marchait bien, nous étions très bonnes. On se promenait aussi, la ballade en groupe, c'était agréable. Les maitresses étaient quand même sévères. Si le devoir n'était pas bien



fait, il fallait tout refaire. Et à la maison, il n'y avait personne pour nous aider. Mais dans l'ensemble, c'était agréable à l'école, nous avions tous un bon caractère ! (rire) Nous faisions tout ce que « nos chefs » nous demandaient. C'était ça ou la punition. Ma grande sœur Eva prenait la place de ma mère et elle me commandait tout le temps. Cela m'agaçait beaucoup. Je préférais être avec mes frères plus jeunes. Ils ne me disaient pas : « Fais ceci, fais cela ». (rire)

*Et après l'école, qu'avez-vous fait ?*

D'abord le travail et puis je me suis mariée. Mais j'ai perdu mon mari assez jeune... J'ai un frère, Raymond, qui est mariste, c'est le nom qu'on donne au curé. Comme il est gentil ! Un autre frère fait le débardage. Il aime beaucoup le travail dans

les bois. Il est comme mon père, il n'y a que le bois qui compte. Mon père était très habile : il arrivait à descendre les arbres sans les abimer. Il était très apprécié mais il ne fallait pas le contredire. Il faisait comme bon lui semblait. Ma maman restait à la maison, elle n'aimait pas le travail dur dans les bois. Elle avait assez d'occupations avec son



ménage : faire à manger, passer la serpillière... Toujours des corvées à recommencer mais nous l'aidions le mieux que nous pouvions.

Moi, j'ai des enfants : Paul, Marcel – c'est celui qui travaille dans les bois, Joseph travaille aussi le bois. Comme je vous l'ai dit, j'ai perdu mon mari, Adrien dit Driou, il y a longtemps. Dans la vie, il y a trop de souffrances. Nous étions heureux et puis je perds mon mari, ma moitié comme on dit... Après, la vie n'était plus pareille. Les enfants cachent un peu ce qui leur manque, cela m'a aidé un peu à combler le vide. Heureusement, ils vont tous bien. Entretemps, j'ai continué à travailler aux champs. Quand les beaux jours arrivaient, pas question de prendre des vacances, il fallait rentrer le blé et le foin. Vous savez ce que mon père nous disait quand il nous faisait encore travailler ? « Le travail c'est la santé » ! Et mes frères répondaient : « Ne rien faire, c'est la conserver ». (rire) Ils avaient du culot de lui répondre ! Comme enfant, j'avais bon caractère. Je disais toujours la vérité et je n'accusais jamais quelqu'un d'autre. Lorsque nous sommes nombreux à la maison, c'est déjà assez compliqué. Ici, où je suis maintenant, c'est pareil. Pour être bien, il faut suivre les règles et ne pas en vouloir aux autres. Je suis en bonne compagnie et j'en suis reconnaissante !

*Souvenirs recueillis par Gérard assisté par Marie-Flora en avril 2018  
Validés par Mme Bellier le 13 août 2018*



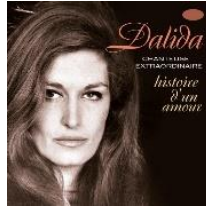




## « Histoire d'un amour » de Dalida

Mon histoire  
C'est l'histoire d'un amour  
Ma complainte  
C'est la plainte de deux cœurs  
Un roman comme tant d'autres  
Qui pourrait être le vôtre  
Gens d'ici ou bien d'ailleurs  
C'est la flamme  
Qui enflamme sans brûler  
C'est le rêve  
Que l'on rêve sans dormir  
Un grand arbre qui se dresse  
Plein de forces et de tendresse  
Vers le jour qui va venir

*C'est l'histoire d'un amour éternel et banal  
Qui apporte chaque jour tout le bien tout le mal  
Avec la roue l'on s'enlace  
Celle où l'on se dit adieu  
Avec les soirées d'angoisse  
Et les matins merveilleux*



Mon histoire  
C'est l'histoire qu'on connaît  
Ceux qui s'aiment  
Jouent la même, je le sais  
Mais naïve ou bien profonde  
C'est la seule chanson du monde  
Qui ne finira jamais

*C'est l'histoire d'un amour  
Qui apporte chaque jour tout le bien tout le mal  
Avec la roue l'on s'enlace  
Celle où l'on se dit adieu  
Avec les soirées d'angoisse  
Et les matins merveilleux*

Mon histoire  
C'est l'histoire qu'on connaît  
Ceux qui s'aiment  
Jouent la même, je le sais  
Mais naïve ou bien profonde  
C'est la seule chanson du monde  
Qui ne finira jamais  
C'est l'histoire d'un amour



Merci à la famille de Mr Greco pour toutes les confitures maison offertes pour les résidents

Crêpes-party du Fil de Soi (mai 2019)



Le Festival de Cannes .... revu et corrigé par Odile !



La Palme d'Or à Odile pour ses vitrines à l'accueil du Fil de Soi !



Recette du cake au chocolat de Sandra

**Nombre de personnes 6**

**Ingrédients :** 150 g de chocolat pâtissier ; 3 œufs ; 100 g de sucre en poudre ; 60 g de farine ; 1 cuillère à café de levure ; 80 g de beurre ; 50 g de poudre d'amande

Etape 1

Faire fondre le chocolat (en morceaux) au bain-marie avec 5 cuillères à soupe d'eau (ou le faire au micro-ondes).

Etape 2

Dans un saladier, battre les œufs avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajouter la farine, la levure, le beurre fondu, la poudre d'amandes, et le chocolat. Mélanger.

Etape 3

Verser la préparation jusqu'à mi-hauteur d'un moule à cake beurré.

Etape 4

Mettre à cuire dans un four préchauffé à 180°C (thermostat 6) pendant 30 à 35 min

Etape 5

Attendre 5 min avant de démouler. Laisser refroidir



BON APPETIT !

*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 : 12€ ou don : .....€

**Merci**

**Collecte, coordination et rédaction des textes et images :** les personnes résidentes des EHPAD, les bénévoles d'APACH :  
Malou Achard, Daniela Concina, Roger Moore.

**Recueil des souvenirs :** Gérard et Ginette Pype **Coordination :** Marie-Flora Rey & Christine Blache

Toutes nos animations sont gratuites pour les résidents. Nos ressources proviennent exclusivement des subventions, adhésions et dons. Votre don ouvre droit à une réduction d'impôt égale à 66% du montant du don