# Les échos du Tilleul d'Or

## N°22-2018

**Avril**

**Mai**

**Juin**

***Ce journal, chaque trimestre, n'est pas seulement un support, c'est également un moment de la vie des résidents et du personnel.***

***C'est aussi une trace pour les familles et une façon de garder en mémoire de bons souvenirs.***

***Ce journal vous est envoyé par mail, si vous ne le recevez pas, merci d'en informer l'animatrice.***

***Une bonne lecture à tous, et n'hésitez pas à donner votre avis.***

Résidence Le Tilleul d'Or

Place de l'Aire de la Croix 84110 SABLET tél : 04.90.46.90.37 fax 04.90.46.40.08
mail: ehpad.sablet@orange-business.fr site : www.letilleuldor.fr

# *Anniversaires : les natifs du mois d'avril*

La musique et la danse c'est bon pour le moral. Le duo Sylvie et Olivier ont mis le feu à la résidence autant par leurs chansons que par leur gentillesse. Ils ont su mettre l'ambiance toute l'après-midi et les résidents n'ont pas arrêté de danser et de chanter.

Un régal de voir cette gaîté.

Nous, agents, ne nous lassons pas de voir leurs sourires. Nous avons les yeux qui brillent.

Notre lingère Cathy et Anaïs A.S., même en repos, n'ont pas hésité à venir faire danser les résidents pour leur plus grand plaisir.

Mme VOLLE ne s'est pas arrêtée, elle a invité les résidents à danser.

Que d'entrain !
Que du bonheur !

Mme ORSATELLI en compagnie d'Olivier

M. VEGLIO avec Sylvie était en excellente compagnie.

Sourire ravi

# *Anniversaires : les natifs du mois de mai*

Pour animer les anniversaires du mois de mai, Jean Louis a entamé des airs bien connus, accompagné de son synthétiseur.

Et on n'échappe pas à la tradition des anniversaires, résidents et agents se font toujours un plaisir à tourbillonner au rythme de la musique

Un petit baiser après la danse,
M. Martin est ravi.

Mme Gonnessat et M. André côte à côte en grande conversation

Patrick (bénévole)
a fait tourner la tête
de Mme Volle

Mme CHIARENZA avec Nathalie

Mme NOEL avec Emilie

Et comme à chaque anniversaire, gâteau, bougies, cidre, étaient au rendez-vous.

Mme JAL en compagnie de son fils

M. NURY en compagnie de sa famille

# *Anniversaires :*
# *les natifs du mois de juin*

Comme de coutume, nous avons fêté les anniversaires des résidents nés dans le mois.

Pour l'occasion, le groupe Croque Note est venu animer l'après-midi.

Le duo de musiciens et chanteurs a su séduire, par un répertoire varié et fort apprécié des anciens.

M. Renaux semble compter les pas, pour qu'Aurore ne se trompe pas.

M. André toujours autant charmeur

Dans cette chaleureuse ambiance, un fort beau gâteau, confectionné par Bruno, a été partagé.

Sourire éclatant de Mme Bouchet en compagnie de Floriane

Moment de partage avec Mmes Pécoud et Orsatelli

Mme Hodoul et Sylvie

# EVENEMENTS DU TRIMESTRE

Cette année, nous avons décidé de privilégier les spectacles dans l'établissement, ceci afin que tous les résidents puissent en profiter.

Pour commencer, nous avons reçu le groupe Parlaren, qui a séduit les résidents avec leurs chansons et leurs nombreux sketches.

Tout l'après-midi la résidence a résonné sous l'accent chantant de la langue provençale. Il ne manquait plus que les cigales

# Inter-chorales

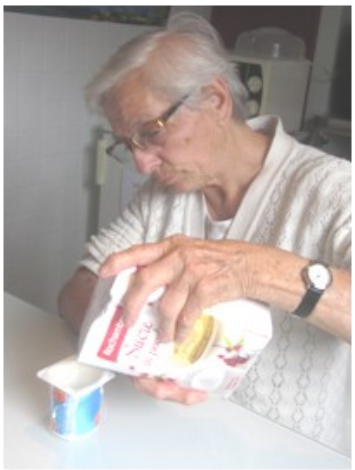
Les Inter chorales sont devenus un rendez-vous important. C'est l'occasion pour plusieurs établissements de partager un moment ensemble, une sorte de communion musicale qui réunit les amateurs des chants.

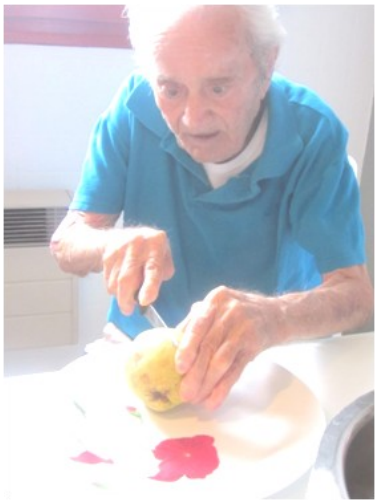
Les animatrices des différents établissements ont regroupé leur chorale respective, afin d'offrir un large répertoire de chanson.

Ce fut un vrai échange en chansons, qui a été apprécié de tous. Rendez-vous est pris pour l'année prochaine.

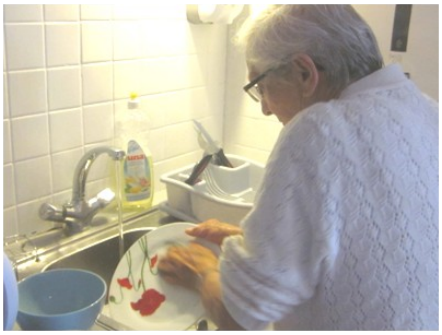
# Atelier pâtisserie

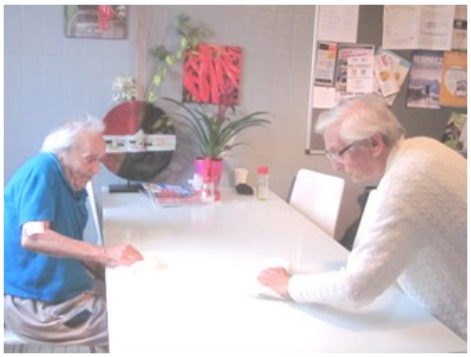
Comme à l'accoutumée, l'atelier pâtisserie pour les résidents ayant des troubles de l'attention a été un franc succès.





Nous avons préparé un gâteau poire/chocolat qui a été dégusté lors de la sortie au cirque.



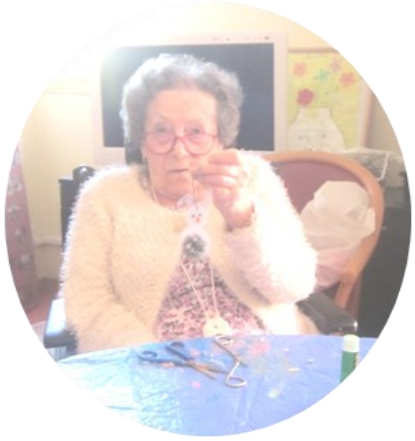


# Atelier créatif

Laurie (stagiaire) a proposé aux résidents de confectionner des animaux en pompons.

Après les explications, tous se sont mis à l'ouvrage et le résultat a été très satisfaisant.

Chacun montre avec fierté sa création.



# Les Activités du PASA

**(Pôle d'Activité de Soins Adapté)**

Du sérieux

Les résidents vous présentent en photographie les ateliers proposés.

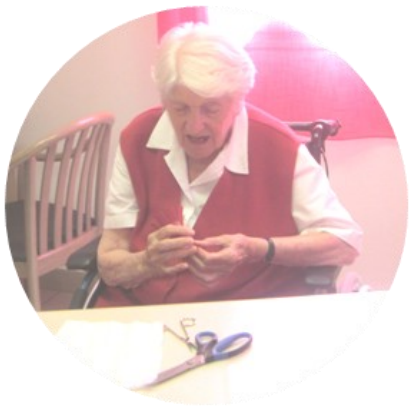
De la précision

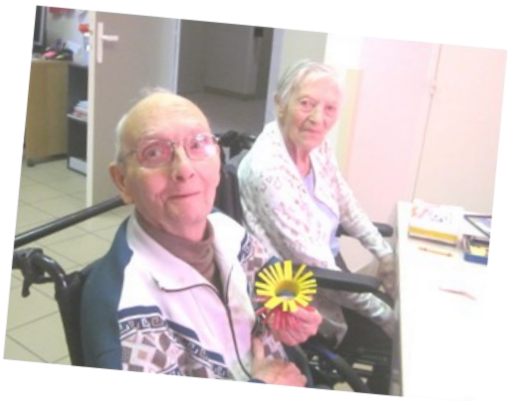
De l'application

Elles sont belles ces chenilles !!

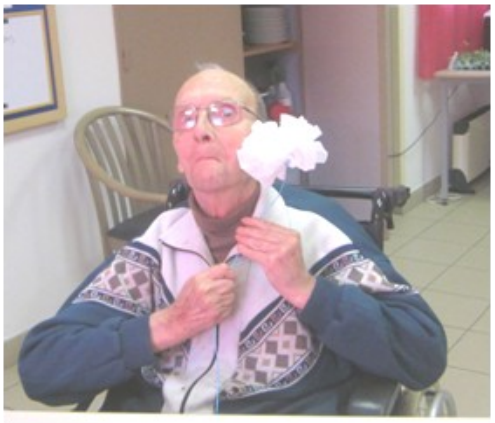
De la satisfaction

# Fabrication de fleurs en papier





*"Grâce à ces ateliers nous partageons un agréable moment. Le temps passe plus vite et nous pouvons échanger nos opinions et parler de mille choses en petit comité".*



*"Seul homme dans le groupe, moi aussi je sais faire des fleurs, la preuve! C'est moi qui l'ai faite".*

# Super tableau sur le printemps

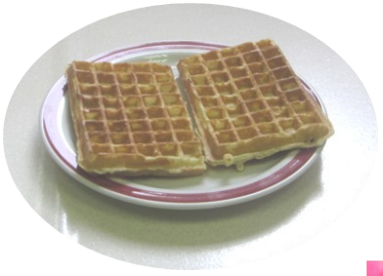
A quand le vernissage ?

# Fabrication en pâte-à-sel de petits paniers de fruits

Bravo les artistes

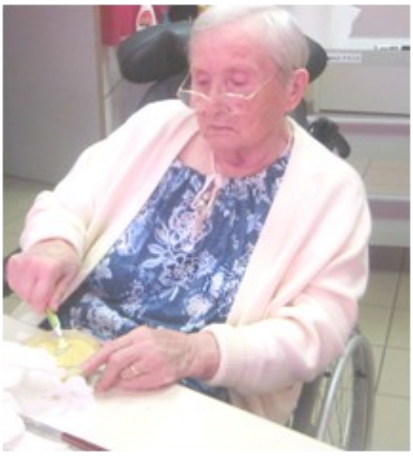
# Atelier gaufres

Ça a l'air bon, mais nous, on attend, M. Renaud !



## Gâteau à la banane

Eh oui, Dominique, il faut faire vite autrement il n'y plus de banane pour le gâteau.



Mme Magnan adore les bananes, aussitôt épluchées et aussitôt mangées.

### *Voici la recette*

*2 cuillères à soupe de farine*

*1 cuillère à café de sucre*

*1/2 banane (si vous ne les mangez pas avant)*

*1 carré de beurre*

*1 œuf*

*1 peu de levure et de cacao*

# Echange intergénérationnel

## *Le "Pote-Agé"*

A l'occasion de notre rencontre mensuelle avec les P'tits Malins, nous avions peint des pots et semé des capucines.
Souvenirs que les enfants ont rapportés à la crèche pour voir pousser les fleurs.

Ce petit présent sera offert lors de la fête des mamans.

Le mystère des petites graines.

Encore un bel atelier qui a marqué les petits et les grands.

Tout au long de l'année, les enfants de la crèche les P'tits Malins sont venus à la rencontre de quelques résidents.

Pour la dernière session et fêter l'été, nous avons fait des méduses avec les mains.

***De quoi rester médusé !!!***

L'atelier s'est terminé par une gourmandise faite par les petits et leurs animatrices.

Le rendez vous est pris pour le mois d'octobre avec de nouveaux enfants.

# CIRQUE GRUSS

Le Réseau des animateurs des EHPAD avait cette année le souhait d'organiser une sortie commune. Nous avons arrêté notre choix au cirque Gruss.

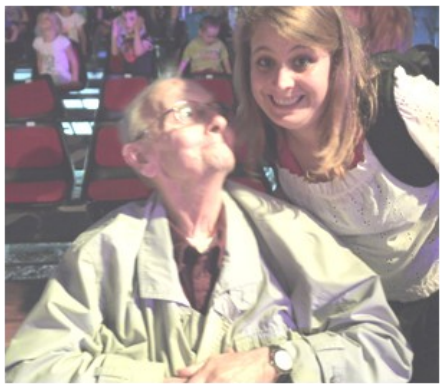
Pas moins de 140 personnes (résidents et accompagnateurs) ont pu savourer cette journée ensoleillée.

Pour commencer , nous avons assisté au spectacle équestre.
De magnifiques chevaux de toutes races se présentaient ainsi que des prestations de voltige et de dressage qui ont émerveillé les résidents.

Le plus petit cheval au monde

Après ce remarquable, et pour certains, émouvant moment nous avons assisté au numéro des clowns où humour et convivialité étaient au rendez-vous.

Pour le repas, nous nous sommes installés sous le préau afin de boire l'apéritif tous ensemble et discuter de cette belle matinée avant de passer à table.



13h45 direction le spectacle sous le chapiteau où représentations équestres, voltigeurs, jongleurs, contorsionnistes, clowns ont assuré le spectacle.

Nous n'avons pas eu le droit de prendre des photos pendant le spectacle

# LA FETE DE LA MUSIQUE

La fête de la musique marque le début de l'été, la  bonne humeur et l'ambiance festive des chaudes journées.

Nous avons reçu COCO pour animer cette fête avec son karaoké, les résidents et les agents ont pu participer chanter et pour certains danser.

Que d'émotion pour Mme CHIARENZA, elle a chanté sur les airs de Dalida une de ses chanteuses préférées.

M. ANDRE en profite.
Un baise main appuyé
à notre ergothérapeute

Bravo les
danseurs

Même M. GRILLI
à poussé la
chansonnette

Un GRAND MERCI à ANAÎS d'être
restée partager ce bon moment, et
aux agents présents.

Une belle après-midi où tout le monde
a pu jouer du micro.

# Spectacle de danse

Une tradition pour les enfants de l'école de danse Sablet Rytmes de venir présenter leur spectacle de fin d'année scolaire

Sous la conduite de SYLVIE, ils ont enchainé leurs numéros.

Les résidents, souvent émus, ont applaudi la prestation des enfants

# Le plan canicule

Le plan national canicule a été mis en place en 2004, après l'épisode de canicule de 2003. Révisé chaque année, il est opérationnel du 1er juin au 31 août sauf si des conditions météorologiques particulières justifient sa prolongation.
Il comporte **4 niveaux** :

***le « niveau 1 -** veille saisonnière » est activé chaque année du 1er juin au 31 août ;

* **le « niveau 2 -** avertissement chaleur » répond au passage en jaune de la carte de vigilance météorologique. Si la situation le justifie, il permet la mise en oeuvre de mesures graduées et la préparation à une montée en charge des mesures de gestion par les Agences Régionales de Santé (ARS) ;

* **le « niveau 3 -** alerte canicule » répond au passage en orange sur la carte de vigilance météorologique. Il est déclenché par les préfets de département. Dans les Ehpad, un plan bleu doit être mis en place ;

* **le « niveau 4 -** mobilisation maximale » répond au passage en rouge sur la carte de vigilance météorologique.
Il est déclenché au niveau national par le Premier ministre sur avis du ministre chargé de la santé et du ministre chargé de l'intérieur, en cas de canicule intense et étendue sur une large partie du territoire associée à des phénomènes dépassant le champ sanitaire.

# Mon métier, c'est… Ergothérapeute

***J'ai rejoins l'établissement en décembre 2010. Je travaille le lundi et le jeudi toute la journée.***

***Je vais vous présenter mon métier , qui est peu connu du public.***

L'ergothérapie est une profession paramédicale. Elle associe la rééducation et la réadaptation fonctionnelle.

Le diplôme est obtenu après 1 année de prépa et 3 ans d'école. On peut travailler dans beaucoup de domaines : en centre de rééducation, en psychiatrie, auprès d'enfants polyhandicapés ou comme ici auprès des personnes âgées.

Au Tilleul d'Or, j'axe principalement mon travail sur le maintien des capacités physiques et cognitives de la personne.
Il est important pour moi de conserver l'autonomie aussi minime soit-elle de manière à ce qu'une personne âgée puisse garder une certaine estime d'elle-même.
Je peux évaluer les résidents dans les activités de la vie quotidienne et travailler avec les soignants pour optimiser les prises en charge même si cela devient de plus en plus difficile au vu du vieillissement de la population.

Je joue un rôle également dans le positionnement et l'installation des personnes en essayant de donner à chacun l'aide technique dont il a besoin, le bon coussin anti-escarre ou le positionnement au lit ou au fauteuil, le matériel adéquat.

Mais, je milite pour le ***"faire seul"*** et encourage tout déplacement qui peut se faire debout avec ou sans aide. Le maintien de la verticalisation et de la marche est important pour la santé du résident. J'anime un atelier de stimulation cognitive où je propose des exercices faisant appel aux différents types de mémoire (visuelle, auditive, procédurale etc.).

Cela permet de travailler la flexibilité mentale et de mettre en place des stratégies pour compenser les situations qui les handicapent

*"Stimulation de la mémoire immédiate avec plusieurs objets posés sur la table que les résidents doivent retenir en utilisant pour certains leur mémoire visuelle et pour d'autres leur mémoire auditive (quand j'énonce les objets à voie haute) et tactile".*

*"Exercice de manipulation et d'observation faisant appel à la perception des grandeurs et des formes avec jeux d'encastrements par exemple".*

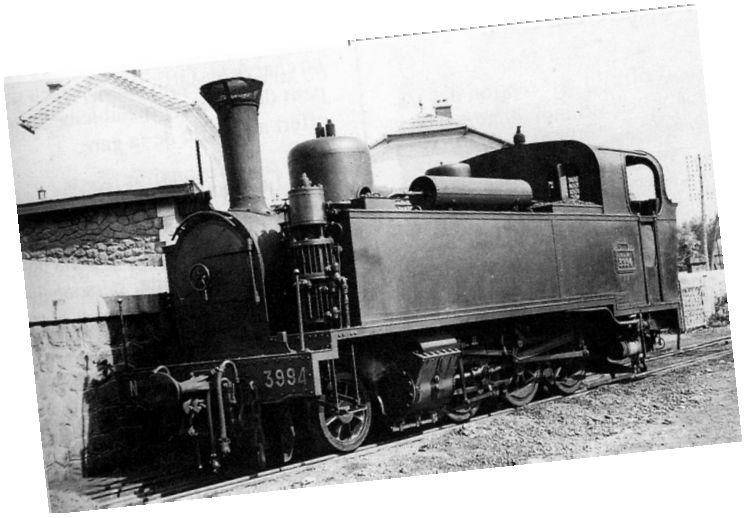
*"Travail de la mémoire à long terme avec des exercices se sémantique, de champ lexical, de mémoire épisodique etc..".*

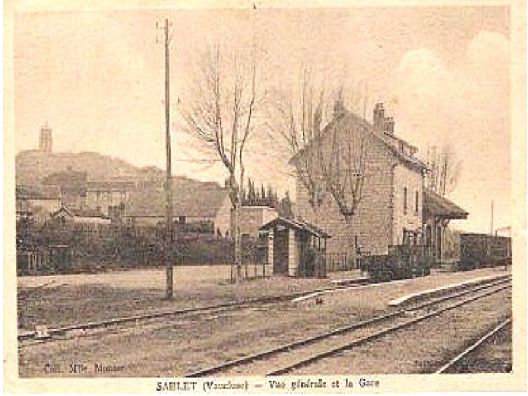
# ZOOM SUR SABLET

Nous allons continuer notre balade dans Sablet, et prendre le petit train qui allait d'Orange à Buis via Vaison.

Il y a 150 ans et plus, se déplacer, n'était pas chose aisée. C'est la raison pour laquelle le village faisait son possible pour se suffire à lui-même : jardins particuliers, production d'huile d'olive pour les matières grasses, troupeaux pour la viande. Mais de plus en plus, il devenait nécessaire d'élargir le cercle des contacts : besoin d'écouler les excédents agricoles, les produits industriels tel que la soie, de se procurer des objets manufacturés, et surtout, de se rendre à Orange alors chef-lieu d'arrondissement pour les demandes administratives. Les agriculteurs possédaient chevaux et charrettes ou carrioles, les bourgeois avaient des calèches, mais nombreux étaient les journaliers et ouvriers, trop pauvres pour entretenir voiture et animal. Ce fut donc un vrai progrès lorsque fut instauré la ligne de diligence de Carpentras à Vaison : le premier transport commun.

Le petit train à voie unique allait d'Orange à Buis-les-Baronnies via Vaison. Bien que sa création été décidée par une loi du 10 août 1901, progrès et polémiques en ont retardé l'exécution. Les bâtiments, construits en pierre de Séguret, résistèrent au temps, et il est à noter que jamais les plus violentes crues de l'Ouvèze n'emportèrent les passerelles. Grand jour que le 10 mai 1907. Le premier convoi postal traversa Sablet devant la population rassemblée et curieuse. Ce tortillard, fumant et crachant la vapeur à pleins pistons, allait en trois heures d'Orange à Buis. Vitesse de pointe : 50 km/h, mais 17 seulement en côte. Il tractait deux wagons de seconde classe, aux dures banquettes de bois.






Mais le wagon de première classe avait droit aux banquettes rembourrées et aux dossiers recouverts de dentelle.

Tous, étaient ornés du sigle P.L.M. Mené par deux mécaniciens noircis par les poussières du combustible, qu'ils enfournaient par pelletées dans une gueule gigantesque, il transportait, outre le courrier, charbon, engrais, greffes, sucre, papier, et autres marchandises agricoles. Tel était le petit train.

La gare de Sablet avait une certaine importance. Il était possible à deux trains de s'y croiser. Un château d'eau permettait aux convois de se ravitailler avant d'aborder la zone montagneuse. Sérieuse alerte en 1916 et 1917 : l'armée veut récupérer rails et matériel pour le front. Sauvé in extremis, il montra encore utilité. Il contribue à l'expansion du commerce local comme du marché de Vaison où, le mardi, se rendaient jeunes et moins jeunes.

Dans le seul mois de novembre 1940, il transporta 3500 réfugiés, la plupart des alsaciens, que l'on évacuait de la zone des armées.

Mais la S.N.C.F., supprimant des lignes déficitaires, en cessa l'exploitation en 1952. Les joyeux jeunes gens qui masqués et grimés, chantant des chansons grivoises au grand dam du chef de gare, le prenaient d'assaut les jours de carnaval, durent lui dire adieu. Triste soir que celui de son dernier passage. Ce petit train asthmatique, à l'odeur de cambouis et de charbon, a inspiré des poètes locaux et son souvenir éveille la nostalgie chez ceux qui l'ont utilisé. Il n'en reste plus que la trace, un chemin qui court la campagne et que, parfois, emprunte un automobiliste.

***Source***

***Les Compagnons des Barrys 1993***

# Les nouvelles résidentes du trimestre

Et un et deux et trois générations dans l'établissement. Mme ERAU Lucette (mère de Cathy notre lingère et grand-mère d'Anaïs notre aide soignante) a rejoint l'établissement le 17 avril.

## *Qui mieux que ses enfants pour la présenter !!*

*" Mme GREGOIRE Lucette Celina est née le 12/12/1942 à Gould. Elle a rencontré mon père Yvan Erau sur le marché à Apt . Mon père était employé dans un bazar. Il rencontre maman et c'est le coup de foudre et je peux vous dire que son service de mariage ne lui a pas coûté trop cher, car les samedis de marché à Apt, maman repartait avec les cartons que préparait mon père plein de vaisselle.*

*Ils se sont fréquentés 8 mois, puis il a dit à maman "Le trajet de Courthezon-Goult est trop long", à ce moment-là ils ont parlé mariage. Il a demandé sa main à mon grand-père, celui-ci a dit oui, mais pour l'anecdote, mon grand-père a signé l'accord de mariage car maman avait 20 ans donc elle n'était pas majeure.*

*Aucun problème, le mariage a eu lieu à Goult, le 29/06/1963.*

*Mon père dans la foulée est rentré comme agent SNCF et a fait toute sa carrière dedans, en écoutant les trains.*

*Voilà pourquoi, Richard Anthony, l'idole des yéyé avec "Et j'entends siffler le train" était leur chanson préféré. A la maison les 45 tours sur la chaîne hifi tournaient en boucle.*

*Elle a eu deux enfants, mon frère et moi. Mon frère Christian marié à Florence a 2 filles. Moi, mariée avec J. Claude avons une fille Anaïs : elle est en couple avec Julien et ils ont un petit garçon de 3 ans. Comme passion, ma mère aime les fleurs, le jardinage, la cueillette de champignons et surtout les promenades.*

*En quelques mots ma mère est une personne attachante avec un caractère souple et facile à vivre" .*

***CATHY***

Mme PECOUD Eliane née le 07.02.2038 à Riez La Romaine dans le 04, est revenue parmi nous le 4 mai, elle avait déjà résidé dans l'établissement fin 2015.

Après quelques mois, se sentant beaucoup mieux elle était retournée chez elle à Vacqueras.

Nous l'accueillons à nouveau avec plaisir.

# Elles nous ont quittés

Mme CHARAVIN nous a quitté le 17 avril à l'âge de 93 ans. Elle adorait jouer au loto et se rendait une fois par mois au club du 3ème âge où elle retrouvait des connaissances de son village de Rasteau.

Nous avons une pensée particulière pour ses deux filles qui venaient régulièrement lui rendre visite.

***Une pensée, pour ses deux familles qui ont perdu un proche.***

Notre danseuse a rejoint les étoiles, Mme CHARBONNIER a tiré sa révérence le 24 juin, elle avait 94 ans.

Nous nous souviendrons de son sourire qui illuminait son visage lors des après-midi musicaux, elle était toujours la première sur la piste de danse.

Peut-être qu'un cavalier l'attend la haut ?

# Il nous a quittés

CARAMEL, nous a quittés le 23 juin. Il était avec nous depuis le 15 mai 2017. Résidents et agents l'avaient adopté. Il n'a pas eu un début de vie facile, mais nous espérons que pendant un an il a été heureux parmi nous.

*Tu vas nous manquer*

***Samedi 1 septembre***

La 8ème Fête du Tilleul d'Or aura lieu cette année dans la maison de retraite.

***Dimanche 16 septembre***

7ème vide grenier de l'Association les Petits Bonheurs.

(si vous avez un peu de temps à nous consacrer pour tenir le stand de l'association, vous pouvez vous inscrire auprès d'Aurore).

# *Paroles de vieux (imaginaires)*

*V*ous ne savez pas ce que c'est d'être très vieux…

*E*t tant mieux car ce n'est pas une sinécure.

*V*ous nous croyez tristes : ce n'est que le poids du temps qui tire vers le sol notre peau et nos muscles….

*V*ous croyez nos yeux vides : mais non, la lumière est juste à l'intérieur et une demi-obscurité nous sied bien…

*N*otre corps se vide d'énergie et nous la retenons comme un souffle…

*N*ous nous plaignons : oui, mais vous le faites encore davantage pour nous…

*E*t puis, parfois, nous aimons nous plaindre…

*N*ous avons aussi le droit d'être de grands enfants…

*N*ous disons que nous voulons mourir : ce n'est pas vrai… nous aimerions avoir plus d'aise…

*E*t puis nous aimons aussi vous inquiéter…

*U*n dernier mot : nous savons bien que vous avez bon fond et nous souhaiterions que vous cessiez de vous tracasser à notre sujet plus que de raison…

**Jacques HEURTIER**
**Président et Directeur de l'ANFG**