

Le petit canard de Changey





Par Frédéric MEUNIER
Directeur

Editorial.....	1,2
Histoire locale.....	3,4
Aux dernières nouvelles.....	5,6,7,8,9 10,11
Carnet.....	12,13,14,15, 16, 17,18
Trucs et astuces.....	19
Cuisine.....	20
Quoi de neuf dans nos locaux.....	21, 22
Ta mémoire.....	23,24, 25,26
Temps forts.....	27,28,29
Jeux.....	30
Une histoire, une vie.....	31, 32, 33
Parole des résidents.....	34,35
Mémo de la maison de retraite.....	36,37,38,39
Le plan bleu.....	40
Les dictons.....	41
Une pensée.....	42

Edité le 14/06/2013

Une fois n'est pas coutume, je voudrais profiter de cet édito pour rendre hommage à ceux qui font la force de cet établissement, son dynamisme ainsi que sa réputation et avec qui j'ai un réel plaisir de travailler : son personnel.

Mon rôle en tant que Directeur est de leur donner des conditions de travail les meilleures possible malgré des contraintes économiques qui sont celles que vous connaissez.

Cela fait déjà quelques années que j'ai la responsabilité budgétaire de cet établissement, mon souci premier est de veiller à une qualité de prise en charge de nos résidents en offrant un personnel qualifié mais aussi et surtout en nombre suffisant et ce, malgré des budgets stagnants voire en baisse.

Il m'arrive parfois de dire que pour diriger un établissement comme le nôtre, il faut être « magicien ». Si j'emploie ce terme, c'est pour faire comprendre aux familles, aux résidents, aux personnes qui ne connaissent pas le fonctionnement des EHPAD quelles difficultés nous rencontrons.

Aujourd'hui, notre société exige toujours plus de qualité, plus de normes à respecter, plus de compte à rendre, plus de personnel. Bien souvent, les moyens sont un frein à l'atteinte de ces objectifs. L'augmentation des prix des matières premières est aussi à noter, aggravant un peu plus encore la situation. Mon devoir est de concilier qualité et résultat.

Il faut également savoir que, comme pour beaucoup, les salaires n'ont pas évolué depuis cinq ans. De plus, notre convention collective étant partiellement dénoncée, des avantages sociaux ont disparus. Alors, pas facile de motiver des équipes dans ce contexte.

Comme je le disais en préambule, la qualité d'un établissement passe par la qualité de son personnel, son savoir-faire, son savoir-être : un personnel qui se sent bien au travail est un personnel qui donnera un sens à son travail avec « bienveillance » et « bientraitance ». Nous pouvons nous féliciter d'une grande stabilité de la part de nos salariés. En effet, les statistiques le démontrent : en moyenne, depuis plus de six ans, nous ne comptons pas plus d'une démission par an. Et dans la plupart des cas, elles sont dues à des situations personnelles.

Alors, encore un grand merci à tout ceux qui m'entourent et j'espère que l'on continuera encore longtemps à travailler ensemble en fournissant le meilleur de nous-mêmes pour le bien-être de nos « anciens ».



Jean
MOUGENOT
AMP

Mesdames et messieurs les résidents, pour la dixième édition de votre journal « le petit canard de changey », sans être chauvin, je vous propose un petit tour d'horizon de notre belle région qu'est la Franche-Comté, en partie à travers son histoire, mais surtout pour découvrir ou plutôt redécouvrir tous ses petits plaisirs gastronomiques qu'elle nous offre ainsi que toutes ses spécialités qui font sa renommée.

La Franche-Comté :

Longtemps fief des ducs de Bourgogne, la Franche-Comté, à la frontière de la suisse, est une région qui ne fut rattachée complètement au royaume de France que sous Louis XIV. Au XIXème siècle, c'est en comté que les prussiens mirent à bas le Second Empire. Aujourd'hui composée de la Haute-Saône, du Territoire de Belfort, du Doubs et du Jura, la Franche-Comté est une région où il fait bon vivre, fière de ses traditions et de sa culture. Ici, proximité de la suisse oblige, l'horlogerie fut longtemps renommée et même si les superbes **horloges comtoises** se retrouvent le plus souvent dans les musées, les maîtres horlogers ont su relancer une industrie un temps moribonde. Outre l'horlogerie, la Franche-Comté est aussi la patrie des **pipes**, du **jouet** ou encore de la **lunetterie...**

Si les Francs-Comtois ont de tout temps été de remarquables artisans, la gastronomie est également renommée. En hiver, quand l'air se rafraîchit, ne manquez pas toute la saveur d'une bonne **Saucisse de Morteau**, accompagnée de rösti (galette de pomme de terre) et d'une salade de cramailots (pissenlits). Les champignons sauvages mis en conserve amoureusement parfumeront quelques-uns des meilleurs plats de notre gastronomie. Pour les amateurs, le Jura vous étonnera d'un vin jaune d'Arbois aux saveurs de cire, de noix et d'amandes que l'on confond parfois avec le vin de paille, autre curiosité jurassienne. Mais la renommée de la région passe indubitablement par les fromages, dont le plus célèbre reste le **Comté** à la pâte jaune et fruitée, mais aussi la **cancoillotte**, le **Bleu de Gex**, ou le **Mont d'Or** du Haut Doubs qui peut se consommer chaud, à la petite cuillère...

Les fromages :

- **Le Comté** : c'est le plus célèbre des fromages du massif Jurassien. Quatre à douze mois d'affinage en caves tempérées font du Comté un grand fromage onctueux et fruité, à l'arôme et au goût de noisette inimitable. C'est un fromage fabriqué artisanalement dans de petits ateliers nommés fruitières. 500 litres de lait sont nécessaires à la fabrication d'un Comté, pesant 40Kg.



- **Le Bleu de Gex** : il est issu des plus hauts pâturages de la montagne du Haut Jura, où sa fabrication, encore très artisanale, a conservé les méthodes traditionnelles. Son origine remonte au 13^{ème} siècle. Le fromage est affiné en cave fraîche pendant trois semaines durant lesquelles la moisissure donne à la pâte sa couleur particulière, ivoire et bleu tendre.



- **Le Morbier** : c'est en 1875 que naît à Morbier, village du Haut-Jura, la fabrication de ce fromage. L'originalité du Morbier réside dans la raie noire située au milieu du fromage, faite à partir de suie de bois, qui l'empêchait autrefois de s'abîmer entre la traite du matin et celle du soir. Les meules pesant entre 6 et 7 Kg, s'affinent pendant 2 mois.



- **Vacherin du Haut-Doubs ou Mont d'Or** : fabriqué uniquement du 15 août au 31 mars, dans une zone précise délimitée par la source du Doubs(Mouthe), la frontière suisse et le Haut-Doubs. A base de lait de vache, le Mont d'Or est un fromage à pâte molle, entouré d'une écorce d'épicéa et se présente dans une boîte ronde en bois, d'où son goût caractéristique, délicat et fin.



- **L'Edel de Cléron** : fromage relativement récent, il porte le nom de son village de fabrication, Cléron, situé dans la vallée de la Loue. Sa texture coulante est identique à celle de l'authentique vacherin dont il a pris modèle mais il est fait avec du lait légèrement pasteurisé. Il est produit toute l'année et se présente entouré d'une bande d'écorce aromatique et vendu dans une boîte en bois.



- **La cancoillotte** : fabriquée essentiellement dans les fermes, la cancoillotte entra dans l'ère industrielle lors de la première guerre mondiale (1914-1918), grâce à la géniale idée de Laurent RAGUIN, qui décide de la stériliser et de la conditionner dans des boîtes de fer blanc, afin d'approvisionner les soldats Francs-Comtois envoyés au front.



BIENVENUE A



**Sylvie
BOCQUENET**
Aide soignante



Laura PAGNY



Pauline MARTINI



Oriane BEL

A
U
X

D
E
R
N
I
È
R
E
S

N
O
U
V
E
L
L
E
S

LAURA PAGNY,

Infirmière fraîchement diplômée de l'institut de formation en soins infirmiers de Besançon. Elle intègre sa nouvelle fonction à la maison de retraite depuis Décembre 2012.

Cette jeune femme de vingt-deux ans est originaire de Besançon. Elle pratique la salsa, joue de la guitare et fait de la calligraphie.

Elle intègre également la troupe des Cournot dancer's.

PAULINE MARTINI, agent de service hôtelier,

Cette jeune femme de vingt-cinq ans est originaire de Gray. Après avoir obtenu un brevet professionnel dans la vente et un baccalauréat secrétariat elle se réoriente vers le service à la personne.

Ses loisirs sont la lecture et la marche à pied.

ORIANE BEL, ergothérapeute vacataire

Elle intègre sa fonction à la maison de retraite depuis Février 2013.

Elle travaille également sur un poste à mi-temps à la maison de retraite le Rocher ainsi qu'à la maison de retraite de Dampierre-Sur-Salon.

Cette jeune femme de vingt-quatre ans est originaire de Fayl- Billot.

A ses heures perdues, elle fait partie d'un club qui de dressage de chiens.

Elle s'entraîne avec son Bouvier Bernois.

Les emplois avenir

Les emplois d'avenir sont réservés aux jeunes de 16 à 25 ans peu ou pas qualifiés.

Ils sont destinés au secteur non marchand.

Ce sont des contrats de 36 mois donc à durée déterminée.

L'état s'engage à verser à l'employeur une aide à hauteur de 75% du Smic.

En contrepartie, l'établissement qui embauche les contrats d'avenir s'engage :

- Soit à embaucher le jeune à l'issue de la période de 36 mois,
- Soit à lui offrir une formation qualifiante (aide-soignante ou d'aide médico-psychologue).

Cinq emplois avenir ont été signés entre l'établissement les cinq jeunes filles suivantes et l'Etat :

Pauline MARTINI



Jessica CONSOLI



Julie HULIN

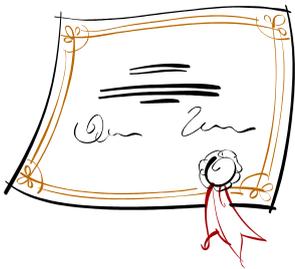


Stéphanie ROY



Nathalie MILLOT





Diplôme et formation 2013



Félicitations à **DELPHINE NARDELLA** qui a obtenu son DEJEPS : Diplôme d'Etat de la Jeunesse et des Sports et de la Cohésion Sociale. Elle a effectué celui-ci par le biais de la VAE (validation des acquis de l'expérience).

La possession de ce diplôme atteste des fonctions de coordination de projets d'actions, d'une équipe, d'un service au sein de structures agissant en faveur des publics en situation de handicap, de dépendance et d'exclusion.

Félicitations à **MARIANNE ROYER** qui vient d'obtenir son diplôme d'aide soignante à l'IFSI de Vesoul. Elle réintègre la maison de retraite à partir de Juillet.



Félicitation à **NATHALIE MILLOT**, emploi avenir qui va intégrer le lycée Condé de Besançon en Septembre prochain où elle sera formée au métier d'aide-soignante.

Félicitations !!

EVENEMENTS

Aurélie Acker et Cyrille Prieur

Sont heureux de vous annoncer leur mariage.
La cérémonie civile aura lieu

le Samedi 3 Août 2013

à la mairie d'Ancier à 16h,
et sera suivi à 16h 30 de la cérémonie
religieuse en l'église d'Ancier.

Pour la plus grande joie de leur fils Wallas !



Tous nos vœux de bonheur aux futurs mariés.



Sandra Rolle et Yannick Scholer
Se sont unis par les liens du mariage
Le Samedi 1 Juin 2013 à 11h
A la mairie de Gray.

Pour la plus grande joie de leurs enfants !



Pauline Martini et Rachid Kheireddine
Se sont unis par les liens du mariage

Le Samedi 1 juin 2013 à 11h30
à la mairie de Gray.

Tous nos voeux de bonheur aux jeunes mariés



HEUREUX EVENEMENTS

Aude Barbier et Olivier Auzas



Sont heureux de vous annoncer
La naissance de leur fille :

JEANNE

LE 23 Janvier 2013 à Besançon.
Elle pèse 2kg 290 et mesure 46cm.



Monsieur et Madame Laetitia Frotey

Sont heureux de vous annoncer :
La naissance de leur fils :

ALOÏS

Le 21 Avril 2013.

IL pèse 3kg 840 et mesure 52 cm.

Il fait le bonheur de ses deux sœurs :
Pauline et Maoline



FÉLICITATIONS

AU REVOIR



PAULINE DECOCQ, qui remplaçait Aude Barbier notre psychologue pendant son congés maternité.

Son professionnalisme et son dévouement ont été très réconfortant pour les résidents.

Nous lui souhaitons une bonne continuation pour la suite.

Pauline vous adresse le message ci-dessous :

Après avoir été à vos cotés pendant près de six mois, je vous quitte à nouveau. J'ai beaucoup apprécié de travailler avec vous, résidents, familles et membres du personnel. Nos échanges m'ont permis de découvrir encore davantage le métier de psychologue et de confirmer mon envie de poursuivre dans cette voie.

Je vous remercie pour la confiance que vous m'avez accordée. Cela m'a permis d'être présente et de vous soutenir, dans les bons comme dans les mauvais moments de la vie en maison de retraite. J'ai su communiquer par la parole, en parlant parfois plus fort ; mais aussi par le regard et par le toucher, lorsque les moyens de communication classiques ne sont plus possibles.

Nos échanges et le partage de vos souvenirs m'ont permis d'apprendre à vous connaître davantage. Notre formation de psychologue nous enseigne à rester neutre et à ne pas nous attacher aux patients ; mais ceci n'est pas toujours évident dans ce métier où l'on donne autant que l'on reçoit.

Je garderai de bons souvenirs de cette expérience passée à vos cotés. Je vous souhaite à toutes et à tous une bonne continuation, et espère que vous garderez ce dynamisme que j'ai pu apprécier pendant ces quelques mois.

Bonne chance et bonne continuation !!

BIENVENUE A :

SUR LA RÉSIDENCE DU BELVÉDERE



**Laurence
CLERGET**

Veilleuse de nuit



**Amélie
GUILLEMINOT**



René STIMAC

C
A
R
N
E
T

MADAME AMÉLIE GUILLEMINOT a vu le jour le 29 janvier de l'année 1936 dans la commune de Gray. Maman de 8 enfants, elle n'en n'est pas moins l'heureuse grand-mère de 3 petits-enfants. Amélie a toujours été très active. Arrivée parmi nous le 22 mai dernier, elle souhaite participer aux sorties organisées par la résidence. Sociable, elle apprécie les temps d'échange aussi bien avec le personnel soignant qu'avec les autres résidents. Avant de nous rejoindre, le 22 mai dernier, elle résidait à son domicile Graylois.

C'est le 6 avril 1933 qu'est née dans la NIEVRE et plus précisément à SAINT-SAULGE **MADAME RENÉE STIMAC**. Couturière de son état, elle est également la maman de 3 enfants. Renée a vu son cercle familial s'agrandir avec l'arrivée de 6 petits-enfants et une arrière petite fille. Elle est venue sur Gray pour le travail de son mari qui était employé aux Chemins de Fers. Actuellement, elle tout aussi passionnée de sodoku, de lecture et de jeux de société comme les dames et le triomino. Douée de ses mains, elle réalisait également de nombreux ouvrages au tricot. Renée a intégré ce secteur le 28 février dernier.

SUR LA RÉSIDENCE DU PARC



MONSIEUR RENÉ BRELET a vu le jour le 3 mai 1923 à ESSOYES un petit bourg situé au sein du vignoble de Champagne qui a accueilli notamment Pierre-Auguste RENOIR. René a travaillé comme cadre chez PEUGEOT mais aussi comme mécanicien en aviation. Il a vécu à MONTBELIARD et à PARIS. Ce n'est

qu'à l'heure de la retraite qu'il est venu s'installer dans notre belle cité franc-comtoise. Père de 2 enfants, il appréciait le bricolage, le jardinage et la lecture du journal. Appréciant les échanges et les moments de contacts avec les autres, René enchante le personnel soignant et les autres résidents depuis le 9 avril dernier.

MADAME HENRIETTE CAILLIES est née le 15 août 1916 dans la petite commune de OYRIERES. Maman de 2 enfants, elle est une grand-mère comblée par 4 petits-enfants. Henriette qui résidait sur Gray avant de nous rejoindre a travaillé comme serveuse dans la restauration et femme de ménage dans des hôtels. Toujours alerte, elle qui a traversé les 2 conflits mondiaux apprécie toujours autant la télévision pour ses informations et le journal télévisé. Elle est férue également de mots croisés. Henriette est parmi nous depuis le 22 avril 2013.



C'est non loin de notre établissement exactement à VELLOREILLE-LES-CHOYE qu'est né **MONSIEUR JEAN GOYOT** le 31 mars 1933. C'est tout naturellement qu'il a repris l'exploitation agricole familiale. Volontaire et doté d'un caractère de battant, Jean participe activement aux soins malgré ses problèmes de santé. Père de 2 filles, il est aussi un grand-père comblé par 5 petits-enfants. Très bricoleur et appréciant les activités de jardinage, il a rejoint notre équipe soignante le 24 janvier 2013. Actuellement, fidèle à ses racines, il lit toujours des magazines sur le monde agricole et participe de temps en temps au traditionnel loto du Vendredi.

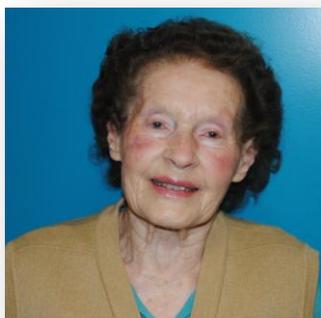
C'est en Bourgogne dans le département de SAONE ET LOIRE dans la cité de MESSEY SUR GROSNE qu'est né **MONSIEUR MARC PIERRE**. Marc travaillait dans l'entretien des bus. Aimant le contact il nous accueille toujours avec le sourire et a toujours un mot gentil ou une phrase pour nous faire rire. Son grand sujet de préoccupation étant la météo du jour. Marc appréciait le jardinage, le bricolage, la pêche et aussi la cueillette des champignons. Il réside sur le secteur du parc avec son épouse Marie-Thérèse depuis le 13 décembre 2012.



MADAME MARIE-THÉRÈSE PIERRE est née le 21 janvier 1931 dans le même village que son cher et tendre époux. Mère au foyer, elle a élevé ses 4 filles et ses 2 garçons. Depuis son arrivée, elle enchante le personnel soignant par sa gentillesse et sa douceur. Marie-Thérèse participe activement aux ateliers proposés. Sa grande passion : une merveilleuse chanson de Berthe Silva qui commence ainsi : "C'était un gamin, un gosse de Paris ..."

MONSIEUR JEAN-PAUL POULNOT est natif du petit village de ROCHE ET RAUCOURT. Il a vu le jour le 19 novembre 1926. Cuisinier de son état, Jean-Paul régalaient par ses plats sa petite famille composée de 4 enfants. Famille qui s'est bien agrandie avec les naissances de 9 petits-enfants et de 5 arrière-petits-enfants. Jean-Paul a également mis son savoir professionnel au service de l'entreprise PEUGEOT à VESOUL. Il aime à l'heure actuelle regarder des films à la télévision et apprécie participer quotidiennement à la revue de Presse. Jean-Paul a quitté son village natal le 22 novembre 2012 pour nous rejoindre.





C'est à CHOYE qu'est née le 18 avril 1924 **MADAME PAULETTE SAILLARD**. Son enfance, elle l'a partagé avec ses 11 frères et sœurs. Veuve depuis l'âge de 42 ans, elle est restée célibataire et a consacré sa vie professionnelle à son poste d'agent polyvalent dans un IMP (Institut Médico Pédagogique). Coquette et généreuse, elle vivait à son domicile avant de nous rejoindre le 21 janvier dernier. Chaque après-midi, elle s'adonne à sa passion qu'est la marche à pied. Paulette apprécie également la télévision.

SUR LA RÉSIDENCE DE LA VERRIÈRE

MONSIEUR JEAN PONTOIRE a vu le jour le 17 juillet 1929 dans la cité de LOCHES en Touraine dans une fratrie de 4 enfants. Jean, qui résidait à Gray a travaillé comme ajusteur mécanicien au sein de la société John Deere pendant 30 ans. Père d'un fils qui vit en Guadeloupe, il est l'heureux grand-père d'un petit-fils. Cet amateur d'art appréciait le bricolage, le jardinage et la lecture. Il est parmi nous depuis le 20 décembre 2012.



La Direction, l'ensemble du personnel de Cournot Changey et les résidents leur souhaitent la bienvenue et de bons moments parmi nous

UNE PENSÉE POUR :



SUR LA RÉSIDENCE DU BELVÉDERE



MADAME JULIETTE CHALLAND avait vu le jour en COTE-D'OR, très exactement le 30 avril 1928 à SAINT-SEINE-SUR-VINGEANNE. Elle avait suivi son mari René "notre adjudant préféré du Belvé" tout au long de sa carrière militaire. Mais, elle n'avait jamais pour autant délaissé ses passions à savoir le tricot, la couture et le jardinage. Juliette participait avec assiduité aux différents ateliers proposés par notre maison de retraite ainsi qu'aux séances de gym. Croyante, notre "Juju" a rejoint son créateur le 15 février dernier.

C'est à Wasquehal, dans le nord, que **MADAME DENISE CUSSE** avait vu le jour le 8 octobre 1921. Elle exerçait le métier de tricoteuse dans le textile. En 1946, elle épousa Jean-Pierre CUSSE qui travaillait alors chez Mac Cormik (machine agricole). De cette union sont nés deux filles et un garçon. Le couple vient s'installer à Arc les Gray en 1968 où Jean-Pierre prend ses nouvelles fonctions chez John Deer. Denise a créé avec madame Lanquetin, le club du troisième âge d'Arc les Gray dont elle a été la présidente durant 17 années, ce qui lui a permis de mieux supporter le déracinement d'avec son nord natal. La famille s'est agrandie avec la venue de quatre petits enfants et cinq arrière petits enfants. Denise a eu la douleur de perdre son époux en 1993. Parmi nous depuis le 26 mai 2008, elle s'en est allée le rejoindre le 7 mai 2013.



SUR LA RÉSIDENCE DU PARC

MONSIEUR ANDRÉ BOURGEOIS était né le 06 octobre 1920 à GRAY-LA-VILLE dans une fratrie de 9 enfants. Il avait notamment travaillé au service entretien et comme soudeur au sein de la société FOUINETEAU. André fut également chauffeur-livreur dans une épicerie. Grand-père et arrière grand-père comblé, il appréciait le jardinage et les promenades. Féru d'émissions sportives, ce passionné de pétanque a placé le 13^{ème} point le 02 avril 2013.



C'est dans la commune de JOUY LE CHATEL située en SEINE ET MARNE qu'avait vu le jour **MADAME JEANINE HENRION**. Cette dernière a résidé à ARC LES GRAY avant de nous rejoindre avec son mari Jean. Mère de 4 enfants, elle avait su conjuguer sa vie de famille et son emploi d'ouvrière dans une entreprise locale. Jeanine participait activement aux animations. Ce fut avec fierté qu'elle avait remporté avec les membres de son équipe la 1^{ère} édition du tournoi des maisons de retraite du bassin Graylois.

Cette passionnée de fleurs repose depuis le 22 mars de cette année aux côtés de son époux et de leur fille disparue.

C'est le 5 août 1926 qu'était née **MADAME MARIE-THÉRÈSE JACQUEMARD** à MONTUREUX ET PRANTIGNY. Agricultrice, elle était l'heureuse maman de 5 enfants et une grand-mère comblée par 5 petits-enfants et 2 arrières. Marie-Thérèse appréciait la bonne cuisine et le tricot. Femme de la terre et fière de ses racines, elle a rejoint les verts pâturages qu'elle appréciait tant le 12 janvier dernier.





MADAME MARCELLE MARQUET avait vu le jour le 11 Juillet 1914 à LANGRES en HAUTE-MARNE. Entrée à l'établissement le 5 septembre 2008, elle nous racontait, avec passion, son parcours professionnel et principalement ses 17 années passées au service des autres dans les hôpitaux algériens. Mère de 5 enfants, Marcelle nous a quitté le 28 décembre 2012.

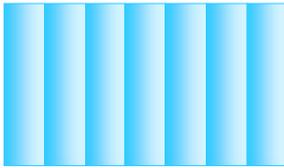
SUR LA RÉSIDENCE DE LA VERRIÈRE

MONSIEUR ANDRÉ BOULET avait vu le jour le 22 octobre 1914 dans la commune de SAINT-AQUILIN. Ses parents travaillaient pour une riche famille non loin de la frontière Suisse. Alors que son père s'occupait des espaces verts de la propriété, sa mère cuisinait et avait la charge des enfants de la famille. Issu d'une fratrie de 3 enfants, André avait d'abord travaillé à la SNCF (réfection des rails) avant de se lancer dans la musique. Arrivé en Haute-Saône André avait monté son propre groupe et animait les bals des samedis soirs et dimanches. Parmi nous depuis le 06 mai 2009, André a joué pour son dernier bal le 11 décembre 2012.



MADAME MICHELINE LOYER était née le 19 juillet 1927 à ARC-LES-GRAY. Elle avait travaillé à la POSTE, "aux télégrammes" comme elle aimait à nous le raconter. Très cultivée, elle aimait particulièrement les animaux et comptait à son domicile outre ses tortues, sa chatte prénommée Capucine. Maman d'une fille, Micheline qui était toujours coquette aimait le contact avec le personnel soignant. Elle s'est occupée tendrement, pendant de nombreuses années de sa sœur Lucette, elle aussi résidente du secteur. Micheline qui était parmi nous depuis le 11 avril 2012 nous a malheureusement quitté le 10 mai dernier.

A leurs familles et à leurs proches, La Direction ainsi que tout le personnel de Cournot-Changey adressent leurs plus sincères condoléances.



**Jocelyne
LESTAGE**
Agent de service

T
R
U
C
S

E
T

A
S
T
U
C
E
S

ALCOOL A BRULER

Fait briller l'argenterie
Empêche le cuir de déteindre
Elimine les tâches d'herbe.



ALCOOL A 90°

Elimine les tâches de chocolat, de fruits, stylo -bille
Nettoie les pierres précieuses

LE MARC DE CAFE

Enrichit le sol
Nourrit les plantations
Dégraisse, désodorise l'évier
Eloigne les fourmis et pucerons

PETITS CONSEILS POUR L'ETE



BEAUTE

Quand on a la peau blanche, il faut préparer sa peau avant exposition, il suffit tout simplement de faire une cure de levure de bière pendant 2 mois avant les beaux jours.

FORME

Préparer une boisson énergisante naturelle :



Il faut 1 orange, 1 kiwi, 1 tomate, 1 pamplemousse, 1 carotte, 1 pincée de gingembre : épluchez ces fruits et mixer les ensemble, c'est délicieux et cela redonne du tonus !

PASTILLA LAIT-FRAISE OU BELLE-MÈRE GLOBE-CROQUEUSE

Préparation : 35 min / Cuisson : 5 min



**François
BELLET-BRISSAUD**
Cuisinier

C
U
L
I
N
A
I
R
E

POUR 4 PERSONNES :

- 5 feuilles de brick
- 60g de beurre fondu
- sucre glace
- 500g de fraises
- 50g de pistaches émondées
crues nature.

POUR LA CRÈME :

- 1 œuf
- 50g de sucre
- 1CàS de maïzena
- 40cl de lait
- 1CàS d'eau de fleur
d'oranger.



Fouettez l'œuf et le sucre. Incorporez la maïzena. Versez petit à petit le lait, sans cesser de fouetter. Transvasez dans la casserole et faites épaissir sur feu doux. Ajoutez l'eau de fleur d'oranger. Préchauffez le four à 200°C. Dans les feuilles de brick, découpez 28 disques de 9 ou 10 cm de diamètre. Beurrez-les et saupoudrez-les de sucre glace. Oter l'excédent de sucre. Placez-les sur la plaque du four recouverte de papier-cuisson et enfournez-les jusqu'à coloration. Rincez les fraises, équeutez-les et coupez-les en morceaux. Hachez les pistaches. Pour le montage (au dernier moment), empilez 2 feuilles de brick, nappez de crème, disposez les fraises, parsemez de pistaches. Renouvelez l'opération encore deux fois. Terminez par un brick, parsemé de pistaches.

Voici donc un petit dessert simple et savoureux qui ravira les papilles de votre belle-mère. A bon entendeur.....et bonne dégustation.



**Christine
DAGDOUG**
Aide Soignante

Q
U
O
I

D
E

N
E
U
F

?

AGRANDISSEMENT DE LA LINGERIE

Le domaine de notre lingère, Sylvie Bergeret, s'est agrandi de quelques m², et ce, pour faire face au flux croissant de linge. Le mur du local poubelles qui jouxtait la lingerie a été abattu libérant ainsi un espace qui, quoique modeste, ravit néanmoins notre Sylvie qui se sent nettement plus à l'aise dans ses pénates.



TERRAIN DE PÉTANQUE

Les vœux de certains de nos résidents vont bientôt être exaucés ; en effet, un terrain de pétanque va être créé, augmentant ainsi le nombre d'activités récréatives offertes à tous. Il sera situé sur la pelouse entre l'aile du Belvédère et de la Verrière. Gageons que le soleil n'attend que cette réalisation pour nous rendre visite !

SYSTÈME D'APPEL MALADE

Notre établissement avait prévu depuis quelques temps déjà de remplacer l'ancien système d'appel malade défaillant à plus d'un titre. Aujourd'hui, c'est chose faite. Chaque chambre se voit ainsi dotée d'un nouveau système d'appel désormais sûr et performant. Plus question de sonnettes défectueuses et d'attentes interminables pour nos résidents qui demandent de l'aide. De plus, le système anti fugue a également été changé. Pour les résidents les plus autonomes, des médaillons d'appel peuvent leur être attribués. En cas de chute, celui-ci peut déclencher le médaillon qu'il porte autour du cou.

INAUGURATION DE LA VERRIÈRE



Vous savez déjà que la Verrière avait changé de décor. Bien que les travaux se soient déroulés sur un temps plus long que prévu, force est de reconnaître que le résultat en valait la peine.

L'inauguration de ce secteur flambant neuf a eu lieu le mercredi 20 février 2013 en

présence de Monsieur Bernard Debief, Président du Conseil d'Administration, de Monsieur Frédéric Meunier, Directeur de notre établissement, des résidents du secteur entourés de leur famille et des Agents de l'entretien qui avaient effectué les travaux.

La Verrière est désormais plus chaleureuse et plus lumineuse, les deux autres secteurs du Parc et du Belvédère se verraient bien également changer d'apparence. A bon entendeur, salut !



CONNEXION WI-FI



Une connexion wi-fi a été récemment installée au sein de toute notre maison de retraite. Nos infirmières, dont tous les soins effectués sont transmis sur PC, verront leur tâche facilitée grâce à cette nouvelle technologie. Elles pourront ainsi répondre aux exigences règlementaires. Par la suite, un ordinateur sera mis à disposition de nos résidents et de leur famille dans un lieu qui sera défini ultérieurement.

LA MALADIE D'ALZHEIMER ET LA DÉMENCE SÉNILE DE TYPE ALZHEIMER

COMMENT AIDER LES PESONNES AU QUOTIDIEN



Marie-Christine
BOUTHÉON
AMP

T
A

M
É
M
O
I
R
E

Insistons sur une notion souvent méconnue, dont il faut s'imprégner encore et encore, car elle est fondamentale : **la personne comprend toujours les signaux émis par votre corps.**

- Même si la personne ne comprend pas les mots que vous lui dites, elle sent toujours la façon dont vous le dites : vos expressions du visage, vos attitudes, vos gestes sont décodés et font de vous un ami à accepter ou un ennemi à fuir ou agresser.
- **La chaleur humaine est le postulat de base de la thérapeutique.** Elle commence par le sourire, la main qui se tend et se prend puis se pose sur l'épaule... et conditionne la réussite de toute action.
- **Lorsque la personne pose des questions répétitives,** cela ne sert à rien de lui dire : « Je te l'ai déjà dit » ou « Ne pose pas des questions idiotes » ou « Arrête de poser toujours la même question ». Dévier les questions en orientant son attention ailleurs ou en lui renvoyant la question : « Et vous, qu'en pensez-vous ? ».
- **Attention : elle se rend compte si on lui ment ou si on la trompe.**
- **Ne pas poser des questions dont on sait qu'elles sont inutiles** « Tu n'as tout de même pas oublié le prénom des petits enfants ? ». Oui, elle les a oubliés et en est honteuse. Par contre elle les reconnaît.

- **Dialogue simple** : «Bonjour Monsieur P. Je suis ... Au fait, quel jour sommes-nous ?... Eh oui, déjà samedi. Comment trouvez-vous le temps ». Un contact verbal est établi avec cette personne.

- **Ne pas insister sur l'erreur** : les réponses données ne sont pas toujours exactes.

Principe essentiel à respecter : ne pas insister sur l'erreur. Faillir à ce principe signifie ne pas reconnaître les efforts que fournit la personne. La personne à qui on demande de nommer la journée et qui répond mardi au lieu de samedi se trompe certes. Mais elle a compris le sens de la question et s'est efforcée d'y répondre. Exemple : En quelle saison sommes nous ? En été (alors que nous sommes en hiver) ne pas répondre nous sommes en hiver pas en été, mais répondre vous aussi vous avez hâte d'être en été, malheureusement nous sommes encore en hiver, regardez les arbres n'ont pas de feuilles. Les deux réponses sont exactes, mais la première ne tient pas compte de l'effort fourni et renvoie en pleine figure l'erreur. La seconde tente de ménager le malade en lui faisant voir que d'une part, il a hâte d'être en été, mais que d'autre part la réalité est tout autre.

- **Utilisation du «passé»** comme temps de conjugaison des verbes pour inciter la personne à se rendre compte qu'il s'agit d'un souvenir du passé et non de la réalité actuelle. Exemple : « Il est midi c'est l'heure du dîner Madame P. Il faut que j'aie préparé le repas des petits. Comme cela, c'est vous qui faisiez la popote pour vos enfants. Oui, je vais être en retard. Je vois que vous êtes fiable. Quand vos enfants étaient encore à la maison ils devaient aimer que le repas soit prêt à l'heure ». L'utilisation du passé est une façon non menaçante d'orienter la personne. On reconnaît ses souvenirs comme des souvenirs et non comme des événements du présent.

- **La validation** : sans acquiescer aux propos erronés (en utilisant le passé) on accepte le passé et la personne là où elle est.

Exemple : au moment où la personne démente parle de sa mère (décédée il y a 30 ans) ne pas la confronter à la réalité de la mort, qu'elle ne peut plus supporter au stade de sa maladie. Valider ses propos et en chercher la signification en axant sur les sentiments : « Vous l'aimiez beaucoup ? Comment était votre mère ? » Questions pertinentes parlant du vécu, valorisantes. L'erreur à ne pas commettre lui dire : « Votre mère est morte il y a 30 ans déjà ». Déclenchement assuré d'une réaction catastrophique.

- **Lorsque la personne utilise un objet par erreur**, lui donner l'objet qui correspond à son objectif et reprendre ensuite l'autre, d'un air calme, normal, sans exclamation. Crier quand elle fait une erreur, l'agresser en paroles ou gestes, peut la rendre malheureuse, honteuse, vexée... et l'enfoncer dans sa démence.

Quand elle souffre d'une maladie d'Alzheimer, la personne marche pendant des heures et des heures, sans but. Elle s'assied deux minutes puis se lève pour marcher à nouveau, elle fait mine de s'asseoir mais aussitôt repart pour marcher...

L'empêcher de marcher et la contraindre à s'asseoir puis l'attacher entraîne agitation et colère. Il y a danger si les déambulations sont si fréquentes qu'elles comportent des risques d'épuisement, de phlyctènes aux pieds, etc. Il faut comprendre que la personne active durant sa vie, cherche à demeurer occupée et à accomplir des tâches.

Certaines nuits la personne malade n'arrive pas à dormir : elle est capable de marcher, de travailler et de ranger (ou même de sortir) pendant la nuit. Il faut la laisser faire en écartant les dangers. Après s'être fatiguée et sous l'effet d'un calmant prescrit, elle laissera tout pour aller dormir. Le lendemain, fatiguée, elle dormira toute la journée. "Elle prend le jour pour la nuit"...

L'angoisse demeure tout au long de la maladie et cause beaucoup d'agitation, de nervosité et éventuellement d'agressivité chez les malades.

- **La personne malade boit notre angoisse comme un buvard l'encre.**
Très sensible, elle sent si nous sommes nous-mêmes angoissés et elle le devient.
- **Éviter de raisonner la personne en s'obstinant.**
- **Essayer de comprendre les émotions exprimées maladroitement.**
- **Livrer notre degré réel de compréhension** : ne pas prétendre comprendre la personne si ce n'est pas le cas : lui dire simplement ce qu'il en est.
- **Attente de la réponse** : accorder un délai suffisant à la personne pour qu'elle puisse répondre.
- **Éviter de mettre de la pression**, de l'interrompre ou de la bousculer lorsqu'elle parle, cela ne ferait qu'augmenter son désarroi.
- **Maintien de la parole donnée** : tenir nos promesses en dépit des troubles de mémoire de la personne. Il s'agit d'un être humain qui peut, tout comme nous, être blessé même s'il ne peut le communiquer.

- **Parler d'un ton calme avec des gestes appropriés** : le ton sur lequel nous nous adressons à la personne détermine l'interaction que nous voulons établir. Une voix calme et des gestes empreints de douceur favorisent une réponse calme de la part du malade. A l'opposé, un ton élevé et des gestes brusques seront mal pris par le malade et risquent de provoquer de sa part crainte et méfiance, rendant la collaboration difficile.
- **Utiliser le nom de la personne et se nommer**
- **Livrer un seul message à la fois**
- **Utiliser des mots simples et des phrases courtes**
- **Utiliser les rituels sociaux** : les salutations, les poignées de main, les sourires sont des gestes appris, très éloquents et faciles à comprendre.
- **La famille face à la personne démente** éprouve une série de sentiments qui sont autant de souffrances : « la famille est la victime cachée de la démence. »
 - le chagrin devant l'altération physique du parent qui est devenu méconnaissable pour ceux qui l'ont connu et aimé différent
 - l'insécurité devant le comportement à avoir face au dément qui agresse
- **Intégrer la nature involutive de la pathologie et son irréversibilité.**
- **Tenter de se centrer sur les capacités restantes** et sur les intérêts présents «ici et maintenant» : musique, photos, jeux simples, manipulation d'objets, toucher.
- **Souligner aux membres de la famille qu'il n'existe aucune solution miracle**
- **Savoir encore et encore... et apprendre au fil des jours** : Que votre malade est anxieux lorsqu'arrive le crépuscule car il a un sentiment d'insécurité. En fin d'après-midi, il déambule ou parfois dit : « Où est ma mère » ou « Je veux rentrer à la maison », c'est « **l'effet crépusculaire** »
- Toute démence est un cas particulier. Chacun débute la maladie avec un vécu différent. La maladie a une évolution différente.

**« Le dément est un riche d'esprit qui est devenu pauvre,
tandis que l'idiot a toujours été pauvre »**

Esquirol (1772/1840)

LA FÊTE DE NOËL



**Delphine
NARDELLA**
Animatrice
Coordinatrice

T
E
M
P
S

F
O
R
T
S

La traditionnelle fête de Noël a remportée un franc succès auprès du public présent ce **samedi 15 Décembre**. Pour l'heure, les animations ne manquaient pas :



Adeline, chanteuse Bisontine est venue interpréter un répertoire rétro-musette. Les Cournot Dancer's ont également pris place en proposant au public un moment placé sous le signe de la bonne humeur et du rire. Cabaret, Claude François et Chantal Goya étaient au rendez-vous pour le bonheur de tous !!! En attendant l'arrivée du père Noël, le service restauration a régalé les convives avec un excellent gouter.

LE TOURNOI DES MAISONS DE RETRAITE

Félicitations aux résidents pour leur participation à la 6^{ème} édition du tournoi des maisons de retraite. Après beaucoup d'efforts et de détermination, ils terminent 2^{ème} avec 303 points. Ils sont arrivés 1^{er} aux activités mémoire avec 171 points.

Je leur adresse encore toutes mes félicitations et les remercie pour leur participation active à cette compétition !!!!



Le classement :

- 1^{er} L'Hotel Dieu avec 306 points
- 2^{ème} Cournot Changey avec 303 points
- 3^{ème} Pesmes avec 296 points
- 4^{ème} Dampierre avec 286 points
- 5^{ème} Le Rocher avec 250 points
- 6^{ème} les Capucins avec 238 points
- 7^{ème} Champlitte avec 219 points



LES OBJECTIFS 2013 POUR LE SERVICE ANIMATION

- Continuer d'organiser des repas à thème tous les mois en ne se limitant pas au repas du midi mais en proposant une animation et un goûter en lien avec le thème du jour.



- Développer les rencontres intergénérationnelles en impliquant les enfants du personnel. L'idée est d'inviter les enfants du personnel à venir participer aux anniversaires qui se déroulent une fois par mois le mercredi. Les enfants offrent un dessin aux résidents fêtant leur anniversaire. Les dessins sont réalisés sur place pendant l'animation musicale.



- Mettre en place le premier marché de Noël de la structure fin Novembre, afin de vendre les objets confectionnés par les résidents tout au long de l'année et ainsi valoriser le travail de chacun.



- Impliquer les bénévoles à la vie de l'institution de la façon suivante :
 - * en organisant des après midis jeux de société et cartes tous les 15 jours avec les résidents.
 - *en travaillant en partenariat avec eux pour la préparation du marché de Noël lors des ateliers manuels.



Je tiens à remercier l'ensemble des bénévoles pour leur participation active au sein de l'EHPAD et invite toute personne qui souhaite rejoindre le réseau de bénévoles à venir me rencontrer.

RETOUR EN IMAGES !!!



Fête de Noël



Le Printemps des Poètes



Repas et après midi à thème



Tournoi des maisons de retraite



Spectacle salle des congrès



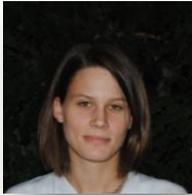
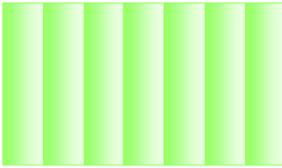
Jardinage



104 ans Mme Chrétien



Les rencontres inter établissements



Julie HULIN
Elève AMP



D'UN MOT A L'AUTRE :

En regroupant et en mélangeant les lettres de chaque mot donné avec la lettre qui le suit, vous devez trouver un second mot composé, selon le cas, de quatre, cinq, six ou sept lettres. Aucun mot au pluriel n'est admis ni aucun verbe conjugué.

Mots de 4 lettres

UNE + F =

DUO + X =

ROI + U =

Mots de 6 lettres

DEVIN + A =

ROTIE + N =

PARMI + I =

Mots de 5 lettres

OVNI + B =

MOME + G =

MAIN + L =

Mots de 7 lettres

RAMAGE + I =

SECRET + O =

TAQUIN + L =

MOTS A MOT :

En regroupant et en mélangeant les lettres des deux mots de quatre lettres proposés, composez un troisième mot de huit lettres.

ACRA + CAPE =

ETAU + TOLE =

SENE + DONC =

LETTRES MELANGEES :

J'utilise cet objet pour me protéger du soleil :

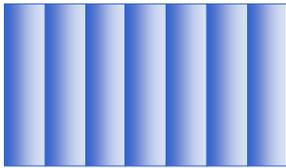
LOARPSA =

J'utilise cet objet pour me protéger de la pluie :

ERAAUIPLP =

Ces personnes sont des sauveurs : PSEMPORI =

« CE LONG CHEMIN DE LA VIE »



Patricia HOCHET
Technicien
Administratif

U
N
E

H
I
S
T
O
I
R
E

U
N
E

V
I
E

Bientôt mon arrivée, cela fait 9 mois que j'attends bien au chaud.

C'est le grand jour, je vois enfin le visage de mes parents, jusqu'ici ce n'était que de douces voix.

On me prend dans les bras, on me dorlote, les mois avancent, les printemps passent et me voilà, un enfant qui découvre la vie, la joie de commencer à apprendre à lire et à écrire.

L'adolescence est au rendez-vous, avec encore plus de questions, de découverte sur la vie et plein d'insouciance.

Enfin la majorité, depuis le temps que je l'attends, pour pouvoir faire ce qui m'a été interdit « tu verras quand tu seras grand, là tu feras ce que tu veux ! ».

Et oui je vais faire ce que je veux.....ah ! Enfin de compte la majorité, ce n'est pas si simple, c'est du sérieux, quand on veut quelques choses, on doit travailler pour l'avoir !!!! Je n'aurais pas cru que c'était aussi dur.

Les années passent, les divers petits boulots, les galères, les joies, les peines, sont là « enfin de compte ce n'était pas si mal chez les parents..... ».

Le grand jour est arrivé, mon cœur bat la chamade, des joies immenses me font vibrer, rêver

C'est fait, je sais que c'est la personne que je veux à mes côtés « Toi, qui va partager ma vie ! » avec les joies, et toujours les peines, les contraintes de la vie à deux.

Ça y est !! Je n'aurais pas cru qu'un deuxième si grand bonheur arriverait et me toucherait au plus profond de moi-même, mon sang.....mon amour à créer, l'amour de notre vie « notre adorable bébé ». Nous sommes à notre tour parents.

Là, je commence à comprendre mes parents pour lesquels à certains moments je les ai trouvés..... !!le nombre de fois que j'ai pu pousser un souffle..... « Donner la vie n'est pas que joie, mais savoir donner tout l'amour que l'on peut, donner une bonne éducation, les responsabilités, la peur de décevoir ».

*La quarantaine approche, on retrace une partie de notre jeunesse « mais je ne suis pas vieux ! » c'est le plus belle âge.....Et, toi qui est toujours à mes côtés, qui a su supporter mes mauvaises humeurs et naturellement mes joies.....
« On a déjà fait un bon bout de chemin ensemble. » « Tu as vu comme les enfants ont grandi..... », les années défilent et défilent.....*

Je deviens à mon tour grands-parents « nous sommes des papy et mamy ma douce !!! » « Je me rappelle tant ces doux moments passés avec mes papy et mamy, ils étaient gâteux avec moi, je veux dire par là, encore plus émerveillé que d'avoir été parents eux-mêmes. Quand on est grand parent, on ne fait pas la même chose qu'avec nos propres enfants, on les gâte encore plus.

Mes souvenirs avec mes grands-parents à me raconter pendant des heures leur histoire de vie, être fasciné par tous ce qu'ils m'apprennent !!!.....Ces soirées passées au pied du feu, qui crépite, qui nous réchauffe, blottis sur leurs genoux, c'était merveilleux.

Tu te rends compte, toutes ces années passés à travailler en attendant, que la retraite arrive !!!!

Hé, bien la voilà, l'heure à sonner, c'est le départ, plus de contrainte tous les jours...je vais pouvoir me lever à l'heure que je veux, pour découvrir les rayons de soleil à toutes heures.....pouvoir m'adonner à toutes mes passions, mes loisirs, que j'avais mis parfois en parenthèse.

Je me couche.....le jour se lève.....la nuit tombe.....et cela est un éternel recommencement. Je découvre une chose que je n'avais encore ressenti « ces veilles douleurs arrivent !!! Je me sens un petit peu vieux !!! Tout ce que j'ai pu apprendre, je vais pouvoir à mon tour apprendre aux nouvelles générations.

Ah, ce matin cela devient de plus en plus dur, je rechigne à me lever, les tâches ménagères et autres deviennent contraignantes...je me sens diminué ! Moi qui pouvais me débrouiller seul, aujourd'hui je me sens impuissant face à toutes ces douleurs, et devenant dépendant des autres.....ce n'est pas facile à accepter.

Ma princesse, ma chérie, toi la femme de ma vie, qui a pris sont long train de la vie, toujours à mes côtés, je te vois avec les mêmes yeux qu'au premier jour !!!!!!! Tu t'en souviens ???

Je me sens impuissant face à toi, je ne veux pas que la route s'arrête à tes côtés, mais cela devient tellement douloureux, je m'en veux de ne pouvoir assumer ce que je t'avais promis, être toujours là pour toi. Mais cela

deviens.....j'ai peur, mais pour ta santé, je ne suis plus apte à pouvoir t'aider dans les tâches quotidiennes.

C'est avec une culpabilité, qu'après mainte « NON et NON » je décide avec une grande souffrance, de devoir me séparer de toi, afin que tu puisses avoir les soins, les aides qu'il se doit. Je n'ai plus la force.....

Jour après jour, je te rends visite, chaque fois que je te quitte, je me sens coupable de n'avoir su, de n'avoir pu être là pour toi.

Je sais que tu es entre de bonnes mains, et puis tu es tellement bien entourée, aussi bien avec de vieilles connaissances avec qui tu partages tes souvenirs autour d'une table, autour d'une activité. Ah, tu es si bien entourée, par ces personnes qui ne te connaissent même pas, et qui pour toi font tout ce que je ne peux plus te donner. Ils sont là, avec respect, à prendre soins de toi.

Je vais et je viens, tu ne parles plus, qu'est ce que j'ai fait, tu ne me reconnais plus, qu'elle est cette maladie qui t'enlève à moi et auquel je m'en veux, imaginant n'avoir pas su faire ce qu'il fallait pour toi.

Malgré tes sauts d'humeurs, ton agressivité, tes moments où je te sens si loin, ils sont toujours là auprès de toi, avec respect et bien-traitance.....écoutant ta détresse, voyant ton désarroi.

Je ne sais plus quand, je viens te voir, si tu comprends, si tu ressens. Ils me disent que tu m'entends, mais le son de ta voix est si loin, tu es repliée sur toi-même, enfermé dans cette coquille, qui nous rend impuissant.

Mais l'amour et le respect de tout homme est toujours là, savoir faire passer les mots, les émotions, par divers activités sensoriels ou autres, te permets de rester là,

Je me sens indigne de toi, j'ai la voix qui tremble, de n'avoir pu continuer à m'occuper de toi, mais ça y est j'ai compris, Je n'ai pas tout ce qu'il faut entre mes mains, les connaissances, les gestes adaptés à ta situation.

Un jour viendra, où moi aussi je devrais venir demander de l'aide, dire à mon tour, je ne peux plus, je dois accepter de dépendre des autres, ce n'est pas une honte. Chaque jour, chaque heure que la vie m'a donné et auquel moi-même j'ai pu donner aux autres. Ah, mon tour, je dois admettre que j'ai besoin d'aide.

C'est grâce à la passion et l'amour des gens, que l'on avance dans la vie, chaque homme, chaque femme doit mériter le droit de profiter de ses derniers printemps dignement et de pas avoir peur de dire à l'aide.....de devoir rentrer en maison de retraite. Retraite ne veut pas dire retrait de la vie, mais accepter que l'on prenne soin de nous, comme tout homme en a le droit.

ET LE BON TEMPS DANS TOUT ÇA !



Aude BARBIER
Psychologue

P
A
R
O
L
E

D
E
S

R
É
S
I
D
E
N
T
S

N'en déplaise au printemps tout humide, nos souvenirs de vacances peuvent s'épanouir à la chaleur de nos petits cercles de discussions. A deux, en famille ou entre amis, l'évocation de tous ces bons moments de vacances n'en finit pas de nous ravir. Egrainons ensemble quelques uns de vos bons moments ...

Monsieur R :

« Du fait de mon travail j'avais un mois d'affilé. On pouvait choisir celui qui nous arrangeait. Avec mon épouse, on choisissait un mois avec du soleil et on se baladait, on allait à la pêche, faisait du bricolage, du jardin, on allait chez des copains ... des choses simples. »



Madame M :

« On allait à la pêche pour prendre des brèmes, des perches. On emmenait les enfants et le casse-croute. Et moi j'en profitais sur un pliant pour faire du tricot et du raccommodage. On passait de bonnes journées ! Plus tard les enfants sont allés au patronage et en colonie de vacances pendant juillet ou en août pour être avec d'autres enfants. »

Monsieur J :

« J'ai été cultivateur pendant vingt ans alors ces années là, il n'y avait pas vraiment de vacances. Et puis quand plus tard j'ai changé de métier pour devenir cuisinier, j'ai continué à travailler pendant mes congés parce que j'avais toujours eu cette habitude. Je suis parti faire la cuisine pour des colonies de vacances et je suis allé comme ça au quatre coin de la France. »

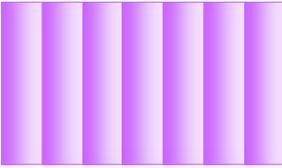
**Monsieur A :**

« Les premiers congés c'étaient un vide. On était désarçonné. Un vide pour deux raisons : d'abord parce qu'il n'y avait rien à faire et ensuite parce que c'était très inhabituel ; et puis finalement, ne rien faire ça s'apprend très vite ! Avec des copains, on s'était arrangés pour faire un itinéraire en vélo. C'était avant que je me marie. Je n'avais pas de vélo. Il y avait celui de mon père mais il s'en servait pour aller au travail. Il me l'a cédé quand même et bien entendu, j'ai eu un accident qui l'a à moitié démoli... »

Madame B :

« Pendant les congés, mon mari aimait aller à la pêche, il ramenait beaucoup de poissons. J'invitais alors toute ma famille pour un séjour à la maison. Nous étions jusqu'à dix ou douze personnes, il y avait beaucoup de joie de vivre et d'ambiance. Nous mangions tous les jours les poissons pêchés du jour, des carpes à la friture..., c'était poisson à tous les repas et de la bonne humeur assurée ! »





Patricia HOCHET
Technicien
Administratif

M
É
M
O

D
E

L
A

M
A
I
S
O
N

D
E

R
E
T
R
A
I
T
E

Coordonnées de la Maison de Retraite :

11 Rue de la vieille tuilerie
70100 GRAY

Tél : 03.84.64.56.00

Fax : 03.84.64.56.00

Mail : cournot.changey@wanadoo.fr

Site internet : www.cournot-changey.com



Réservation de repas

Réservation : Seulement auprès du secrétariat (8h00 à 16H30).

Délai : (72 heures à l'avance et dans la limite des places disponibles de la salle réservée à cet effet).

Le règlement : à remettre au secrétariat (ou dans la boîte au lettres)



Commissions « Menu »

Quand : Le 1^{er} mardi de chaque mois à 10h00 (sauf juillet et août)

Avec qui ? : Le Chef cuisinier vous convie (résidents et familles) à cette réunion.

Pourquoi ? : Dans un souci d'amélioration de service (suggestions et réclamations sont les bienvenues)

Le Référent soignant

Chaque résident a un référent soignant qui sera la personne ressource et interlocuteur privilégié. Il veillera à accompagner au mieux le résident durant son séjour en institution et à répondre à vos questions.

A l'entrée de chaque secteur se trouve un document avec la photo du référent soignant en rapport avec le résident.

Conseil de la Vie Sociale « CVS »

Le CVS est composé d'au moins : deux représentants des personnes accueillies, d'un représentant des familles, d'un représentant du personnel et d'un représentant de l'organisme gestionnaire.

Nombre de réunions : 3(en février, en juin et en octobre)

Nom du Président : Monsieur Roger GILLES

Nom du Vice-président : Madame Monique BINETRUY

La liste de tous les membres se trouve sur le panneau d'information (vers le secteur de la verrière)



La boîte à idée

Pour vos suggestions, remarques ou réclamations, une boîte à idée se trouve dans le hall d'entrée à côté de l'aquarium.



Anniversaires 2013

sont fêtés 1 fois par mois

Quand ? : Le 1^{er} mercredi du mois (sauf si férié, dans ce cas le jeudi). Nous fêtons les anniversaires du mois précédent.

Pour qui ? : Tous les résidents

Qui peut venir ? : Tous les résidents et toutes les familles



**Voici les personnes ressources de notre Etablissement,
n'hésitez pas à faire appel à eux**

Le Directeur : Frédéric MEUNIER est à votre disposition du lundi
au vendredi

Le Technicien Administratif : Patricia HOCHET
Du lundi au vendredi de 8h00 à 16h30

Le Médecin Coordonnateur : Alain BAILLY
Mardi, mercredi et vendredi

Le Médecin Coordonnateur Adjoint : Jean-Marie DEMOLY
Lundi, mardi, jeudi, samedi

Le Cadre de Santé : Nathalie MILLOT
Du lundi au vendredi de 8h00 à 16h30

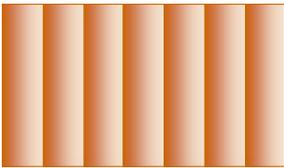
La Psychologue : Aude BARBIER
Le mardi et le jeudi

L'Animatrice Coordinatrice : Delphine NARDELLA
Du lundi au jeudi de 8h30 à 17h45

Le Responsable Entretien : Jean-Claude MONGEY
Du lundi au vendredi (abs mercredi apm) de 8h00 à 17h00

La Gouvernante : Margareth BOUTON
Lundi, mardi, jeudi et 1 vendredi sur 2 de 8h30 à 16h30

La Lingère : Sylvie BERGERET
Du lundi au vendredi jusqu'à 15h30



Patricia HOCHET
Technicien
Administratif

L
E

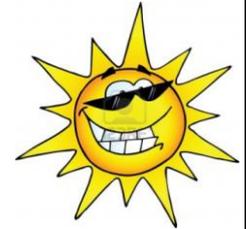
P
L
A
N

B
L
E
U

Comme l'année dernière, le Plan Bleu mis en place depuis la canicule de 2003 est reconduit pour cette année et prendra effet à compter du 1^{er} juin 2013.

Il est destiné à améliorer la protection des personnes âgées dont la santé pourrait pâtir gravement en cas de chaleurs estivales prononcées.

Le gouvernement a donné, à la mise en œuvre de ce plan, un large caractère de publicité soulignant ainsi l'importance que revêtait pour lui sa bonne exécution.



Dans ce cadre et conformément aux directives qui nous ont été données, l'EHPAD COURNOT-CHANGEY a arrêté un certain nombre de consignes et de recommandations destinées à améliorer le bien-être et la sécurité des résidents.

Il sera tout particulièrement nécessaire de maintenir fermés portes et volets exposés au soleil, de boire fréquemment ou inciter votre parent à boire, de lui faire porter un chapeau de soleil, de limiter le plus possible l'exposition au soleil.

L'établissement, soucieux de la qualité et du bien être des résidents, a mis en place différentes mesures techniques de prévention et d'organisation qui nous incombent, nous vous rappelons les réalisations déjà effectuées par l'établissement :

- Installation d'un groupe électrogène pour pallier les éventuelles défaillances électriques.
- Installation d'un store de protection sur la baie vitrée du Belvédère.
- Installation des résidents dans la salle climatisée (pouvant devenir lieu de refuge en cas d'urgence)
- Rafraichisseurs d'air dans chaque unité.

LES DICTONS PAR MOIS

**NE REMET PAS AU
LENDEMAIN CE
QUE TU PEUX
FAIRE LE
JOUR MEME**



Jean-François
ALTENHOVEN

L
E
S

D
I
C
T
O
N
S

Définition : Le dicton est une sentence exprimant une vérité d'expérience sous une forme imagée, généralement d'origine populaire, et passée en proverbe rythmé dans une région donnée.

Janvier d'eau chiche, fait le paysan riche.

Février, le plus court des mois, est de tous le pire à la fois.

De mars la verdure, mauvaise augure.

Avril venteux rend le laboureur joyeux.

La rosée du mois de **mai** rend le laboureur bien gai.

De juin le vent du soir, est pour le grain bon espoir.

Juillet c'est le mois des moissons, on met la faux au sillon.

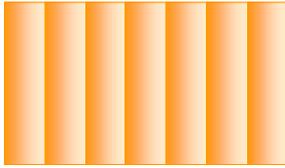
Août mûrit, septembre vendange, en ces deux mois tout bien s'arrange.

En septembre sois prudent, achète bois et vêtements.

En octobre qui ne fume rien, ne récolte rien.

Novembre mois mort, vêtis-toi plus fort.

Décembre de froid trop chiche, ne fait pas le paysan riche.



U
N
E

P
E
N
S
É
E

J'ÉTAIS SEUL... ET TU M'AS VISITÉ

Je t'attends, toi qui habites près de la maison de retraite.

As-tu songé à la longueur d'une journée,
Assis derrière la fenêtre à attendre ?

Es-tu si sûre que la vieillesse ne soit pas belle à contempler ?

Mes mains te diront tout le labeur d'une vie,
qui a aujourd'hui pour fruit le monde dont tu jouis ;
mes yeux te renverront la flamme de mon cœur
qui a encore tant d'amitié à partager.

Mon visage sculpté, buriné par la vie t'exprimera
toute l'expérience que je suis prêt à te partager.
Si tu habites à côté de mon nouveau « chez moi »,
viens, n'aie pas peur, quitte tes a priori,
pousse la porte de la maison de retraite, je t'invite.

Et lorsque ton tour viendra de quitter ce monde
pour me rejoindre dans l'au-delà,
je t'ouvrirai grand mes bras et je te dirai alors :

« J'étais seul, isolé, et tu m'as visité ! »

A bientôt... A bientôt... A bientôt... A bientôt... A bientôt... A bientôt...



TOUTE L'EQUIPE VOUS DONNE



RENDEZ-VOUS

EN HIVER