



**Notre Dame de la Paix**

RÉSIDENCE DE RETRAITE MÉDICALISÉE EHPAD

*Fondée en 1923*



# Le Grand Journal

Journal Trimestriel

Septembre-Octobre-Novembre

**AUTOMNE 2024**



# SOMMAIRE

- Les ateliers du quotidien.....pages 3-4
- *La castagnade*..... pages 5-6
- La chorale..... page 7
- Le PASA..... page 8
- VsArt.....pages 9- 10
- Les anniversaires..... pages 11-12
- Les ateliers intergénérationnels .....pages 13-14
- Les sorties.....pages 15-16
- Bientôt Noël !.....page 17
- L'interview du Grand Journal.....page 18
- En projet..... page 19
- Renseignements utiles..... page 20

# Les ateliers du quotidien

Chaque jour, des activités sont planifiées pour les résidents des différents étages : ateliers créatifs, lecture, gym douce, ateliers musicaux proposés par le personnel ou bien par des intervenants extérieurs.

Les activités sont variées afin que chacun puisse trouver une ou plusieurs fois dans la semaine une activité qui correspond à ses goûts et également afin d'éviter la lassitude.



Lecture avec Patricia, bénévole de « Lire et faire lire »



Atelier créatif au Lérins



Expression corporelle à Porquerolles



# Les ateliers du quotidien

Les objectifs de l'animation en maison de retraite sont avant tout de maintenir la santé physique et psychique des résidents, de stimuler leurs capacités cognitives et motrices afin qu'ils restent au maximum acteurs de leur vie.

Ces activités favorisent les échanges entre les résidents, le personnel, les intervenants et valorisent l'image et l'estime de soi.



Récital violon, violoncelle et piano



Loto à Porquerolles



Dimanche après-midi en musique et chansons

*Castagnade :  
synonyme de  
dégustation de  
châtaignes, la  
castagnade est  
une fête liée aux  
châtaignes.*

Vendredi 8  
novembre, une  
castagnade a eu  
lieu à Notre  
Dame de la Paix  
pour les  
résidents et les  
familles.

Des résidents  
des jardins  
d'Arcadie,  
invités pour  
l'occasion, ont  
chanté le  
répertoire de  
leur chorale.

Le temps était  
doux et tout le  
monde s'est  
installé sur la  
terrasse du rez-  
de-chaussée.



# La castagnade

Alors que la chorale avait commencé sa prestation, la pluie s'est mise à tomber, une petite pluie fine mais qui nous a contraints à nous installer à l'intérieur.

Un petit contre-temps qui n'a pas empêché la reprise des chants ni la dégustation de châtaignes, accompagnée de chocolat chaud.

Un après-midi convivial et festif !



# La chorale des quat'jeudis

Les personnes qui viennent en accueil de jour et certains résidents se rencontrent le jeudi en début d'après-midi pour chanter. L'idée d'une chorale est venue d'Isabelle, Isabelle que vous connaissez tous car elle est à l'accueil. Corinne, aide-soignante de l'accueil de jour, et Fabienne ont bien aimé l'idée, en ont parlé aux résidents qui, à leur tour, l'ont appréciée. Et voilà comment est née « La chorale des quat'jeudis » !

Un objectif : apprendre deux chansons pour les fêtes de Noël, « Mon amant de Saint Jean » et « Etoile des neiges ».



Le PASA, pôle d'activités et de soins adaptés, propose des activités diverses et variées aux résidents qui en font partie du lundi au vendredi de 10H30 à 17H.

Des activités cognitives, motrices et sensorielles qui stimulent les résidents et tendent à maintenir le maximum d'autonomie sont proposées par Linda et Caroline.

Les repas pris au PASA contribuent à faire de ce lieu un lieu de vie et de convivialité.





Après la pause estivale, nous retrouvons VsArt le lundi 28 octobre avec Serge Mas, « guitare et chants ».

L'association VsArt intervient chaque dernier lundi du mois avec un spectacle musical, une conférence, un moment de partage autour de l'art et de la culture.

VsArt propose des activités culturelles à des personnes, enfants et adultes, en situation de précarité, handicapées et aux personnes âgées.



Grâce à l'action de ses 1000 bénévoles sur l'ensemble du territoire, VsArt apporte chaque année joie et réconfort à plus de 60000 personnes en situation de fragilité.

En novembre, Marie-Odile au piano et Georges au violon-alto nous ont interprété des extraits de musiques de film telles *Le docteur Jivago*, *Le Parrain*, *West Side Story*, *Mon Oncle... Un agréable moment de réminiscence musicale !*



Chaque dernier mardi du mois sont fêtés en musique et chansons les anniversaires des résidents.

Un intervenant anime l'après-midi des résidents du Levant et du Lérins tandis qu'un autre est dédié à Porquerolles et Port-Cros.

En septembre, nous avons eu le plaisir de recevoir Sylvie Guillot et Yann Vallée.

En octobre, Bruno de Vuono a proposé un spectacle très interactif et ludique accompagné de son violoncelle.



Le 23 novembre,  
Sylvie Guillot était  
au premier étage.  
Elle a animé  
l'après-midi des  
résidents en  
chansons  
accompagnée de  
son accordéon.

Au salon de thé,  
Matthias, avec des  
chansons d'hier et  
d'aujourd'hui, a  
fait chanter, et  
même danser !, le  
public !

Et puis, bien sûr !,  
un goûter  
gourmand,  
gâteaux  
d'anniversaire,  
cidre et jus de  
fruit, vient parfaire  
cet après-midi  
festif !



# Les ateliers intergénérationnels

Les ateliers intergénérationnels à la médiathèque du Port Marchand menés tout au long de l'année scolaire passée ont repris le mercredi 2 octobre. Ils se poursuivront chaque mois jusqu'en juin.

Ce mercredi 2 octobre, c'est sur le thème de l'imaginaire que nous avons dessiné, découpé, collé. Avec des magazines, chacun a composé une image surréaliste, surprenante, poétique...



# Les ateliers intergénérationnels

En novembre, le mercredi 13, c'est sur le thème de l'automne et de l'arbre que petits et grands se sont exprimés.

Inspirés par l'arbre bleu de l'artiste Pierre Alechinsky, nous avons créé un arbre en peinture, coloriage, découpage et collage.

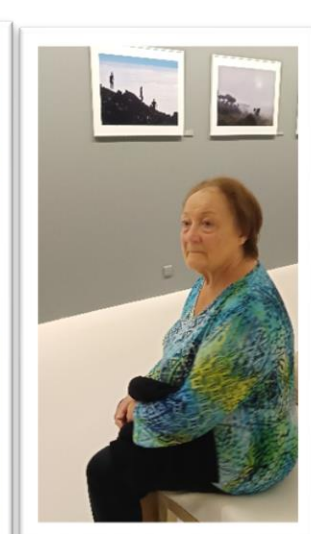
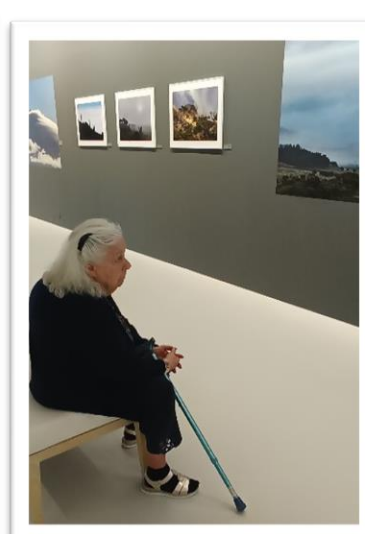
Ces rencontres sont très plaisantes : les résidents sont heureux de partager un moment avec de jeunes enfants, lesquels échantent volontiers avec les personnes âgées. Ils travaillent ensemble avec un objectif créatif commun.



Le jeudi 17 octobre, nous sommes allés à la Villa Tamaris Pacha visiter l'exposition photographique « Les Açores, un jardin sur l'Atlantique » de Micheline Pelletier.

Nous avons bénéficié d'une visite guidée qui nous a permis d'appréhender facilement le travail et la démarche de cette photographe.

Ces 9 îles qui composent les Açores sont étonnamment différentes les unes des autres : plantations de thé, champs de fumeroles, forêts alpines, plages, diversité est très bien restituée par les photographies exposées.



# Les sorties



Notre Dame de la Paix  
RESIDENCE DE RETRAITE SENIORS - 517 31000  
Fondée en 1923

Une petite promenade sur le port de Toulon est toujours une perspective agréable pour les résidents.

Lieu de souvenirs pour les uns, de découverte pour les autres, le port est un endroit emblématique de Toulon.

Marcher le long du quai puis s'installer en terrasse pour profiter d'un repos bien mérité en buvant un verre ou dégustant une glace, une crêpe ou toute autre gourmandise est un moment plaisant.





# Bientôt Noël !

Dès le milieu du mois de novembre, Notre Dame de la Paix revêt ses habits de fête !

Chaque année, Corinne, notre maîtresse de maison, cherche à innover, à créer la surprise et, surtout, à conférer au lieu un caractère chaleureux et festif.

Cette année, le rouge domine dans le hall d'accueil et le salon de thé : guirlandes, boules, décorations diverses et même sapins sont de cette couleur chaude et fortement associée aux fêtes de fin d'année.

Les étages de la résidence ne sont pas délaissés : chacun arbore une couleur particulière et un sapin dans sa salle à manger.



« Je m'appelle Anouchka Foucault. Je suis psychologue depuis maintenant 10 ans. J'ai exercé dans divers secteurs : éducation nationale, centre de rééducation nutritionnelle et enfin en ehpad depuis bientôt 6 ans. J'aime partager le quotidien des personnes âgées dépendantes, apprendre à les connaître, partager leur histoire de vie et leur maladie. Mon travail est basé sur l'observation et l'écoute des mots et maux. Je fais également le lien avec les équipes afin de leur apporter au besoin un éclairage et une meilleure compréhension des personnalités et pathologies de nos résidents. Ensemble, nous avons tous à cœur de leur faire bénéficier d'un accompagnement bienveillant et empathique. »



## Questionnaire (abrégé) de Proust :

- Mes auteurs favoris : **Paulo Coelho, Saint-Exupéry**
- Mon oiseau préféré: **Le Paille-en-queue (oiseau indigène de l'île de la Réunion où j'ai grandi)**
- Une citation : « **La mémoire des mots se perd, pas celle des émotions** » (Amin Maalouf)



- Des ateliers résidents/familles auront lieu les 12 et 19 décembre et pourront être reconduits si l'essai est concluant ;



- Les spectacles de Noël auront lieu les 18 et 19/12 : le 18 au salon de thé pour les résidents des 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> étages et le 19 en salle à manger du 1<sup>er</sup> étage pour les résidents de Porquerolles et Port-Cros ;



- Un projet photo avec un photographe toulonnais ;



- Toujours en cours : le partenariat pour l'année scolaire 2025 avec la médiathèque du Port Marchand pour des ateliers artistiques intergénérationnels.

**Les personnes qui souhaiteraient accompagner les résidents durant les sorties sont les bienvenues ainsi que celles qui aimeraient animer un atelier !**

**Merci de contacter Fabienne**

*La coiffeuse Aurélie est présente dans l'établissement le jeudi.*

*La relaxologue, Dolorès (massages bien-être) est présente 1 fois par mois à partir de 14h.*

*La pédicure, Dalila, est présente tous les mardis à partir de 15h.*



## PHOTOGRAPHIES

*Les photographies qui illustrent ce journal sont disponibles sur demande auprès de Fabienne, animatrice.*