



Vitam

Emporium

Nous vous souhaitons un bel été.

Prochaine parution prévue pour décembre 2018.

Vitam Emporium (La Vie à Ampuis)



Date de parution : 16 juin 2018



Edito

Le Directeur, Capitaine du vaisseau, toujours mobilisé sur de très nombreux sujets voit quelquefois son temps se réduire, paradoxe s'il en est alors que ces journées de travail s'allongent au gré des contraintes administratives qui lui sont infligées ainsi qu'à son Equipe.

Contrepartie fâcheuse, bien qu'il connaisse parfaitement l'actualité des résidents dont il a le souci du bien-être et de l'accompagnement bienveillant, il risque de ne plus rencontrer les résidents pour échanger quelques mots avec eux.

Ce métier de passion ne peut se vivre dans la sérénité si la personne qui endosse le costume de capitaine ne peut partager des moments privilégiés avec les usagers.

Heureusement, les projets sont alors souvent l'occasion de remettre les personnes à leur juste place, c'est pourquoi j'ai souhaité mobiliser l'animatrice pour faire appel, une nouvelle fois à la créativité des résidents en leur proposant une activité à laquelle nous participons, dont vous verrez la réalisation en décembre.

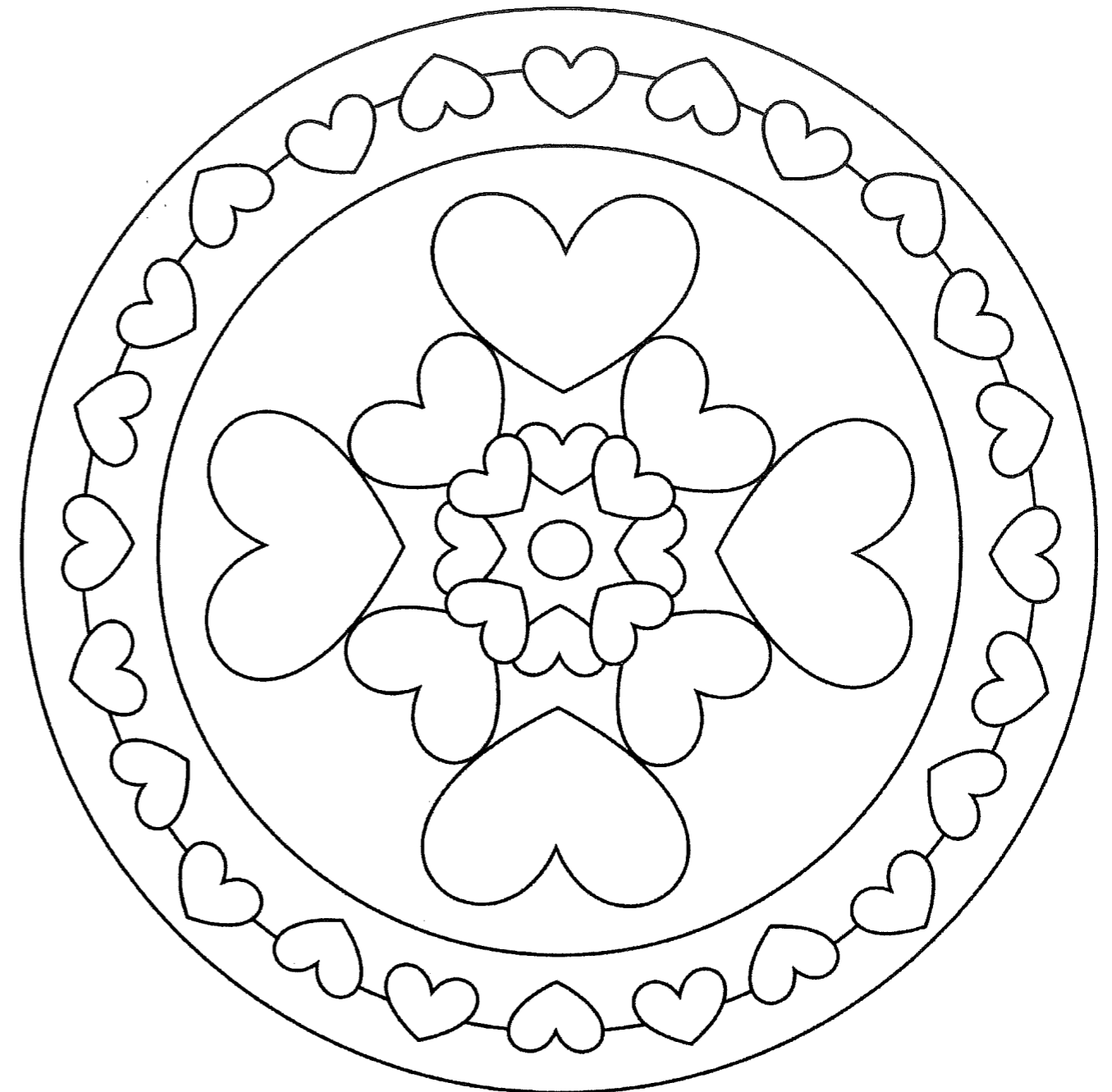
Pour bien en comprendre le cheminement il fallait faire une introduction. Elle a été portée par un petit nombre de résidents qui nous offre ce mois-ci leur témoignage.

J'ai eu plaisir à partager un moment d'intimité pour recueillir leurs paroles, témoignage sans fard de ce moment où leur vie a basculé dans une autre dimension, celle de leur naissance au collectif – leur entrée en institution.

Merci à vous Mesdames pour la confiance que vous m'avez témoignée, pour la justesse et la sensibilité de vos déclarations.

Vous avez réussi à me faire oublier quelques instants un quotidien parfois lourd et me rappeler le sens premier de ma mission, ce qui m'a fait choisir ce métier d'engagement, gratifiant mais difficile.

J'espère que vous aurez plaisir à lire ce 1^{er} journal de l'année, à le partager avec vos familles et vous souhaite à tous un bel été.

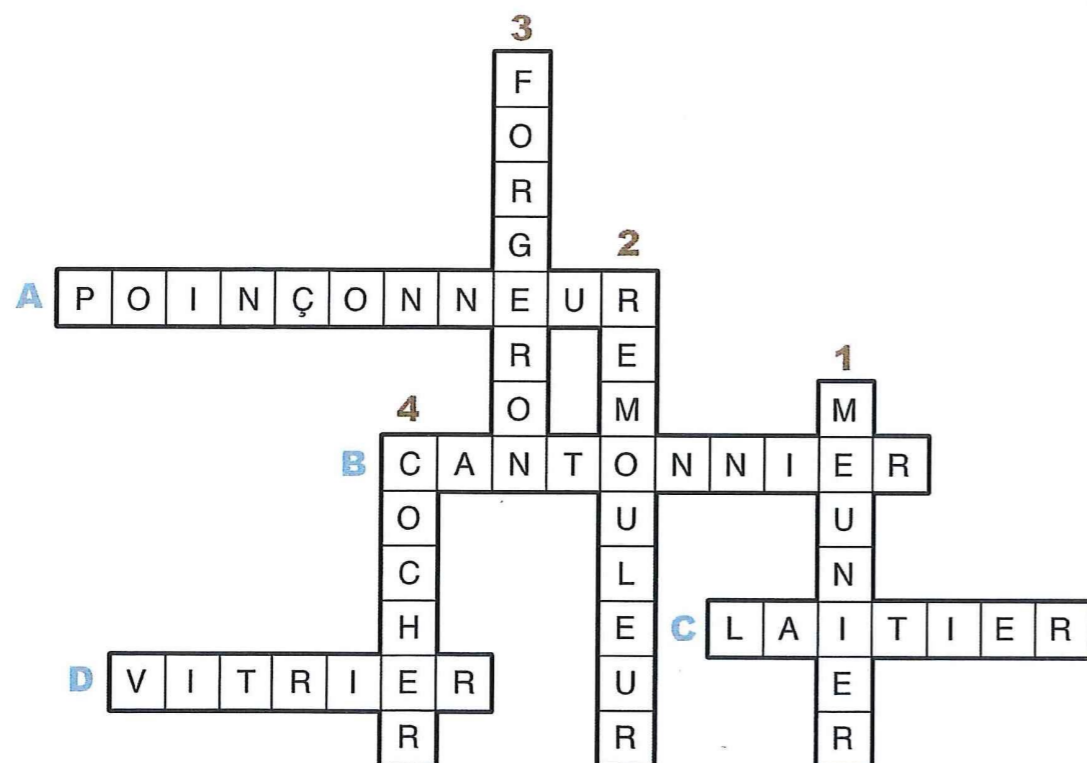
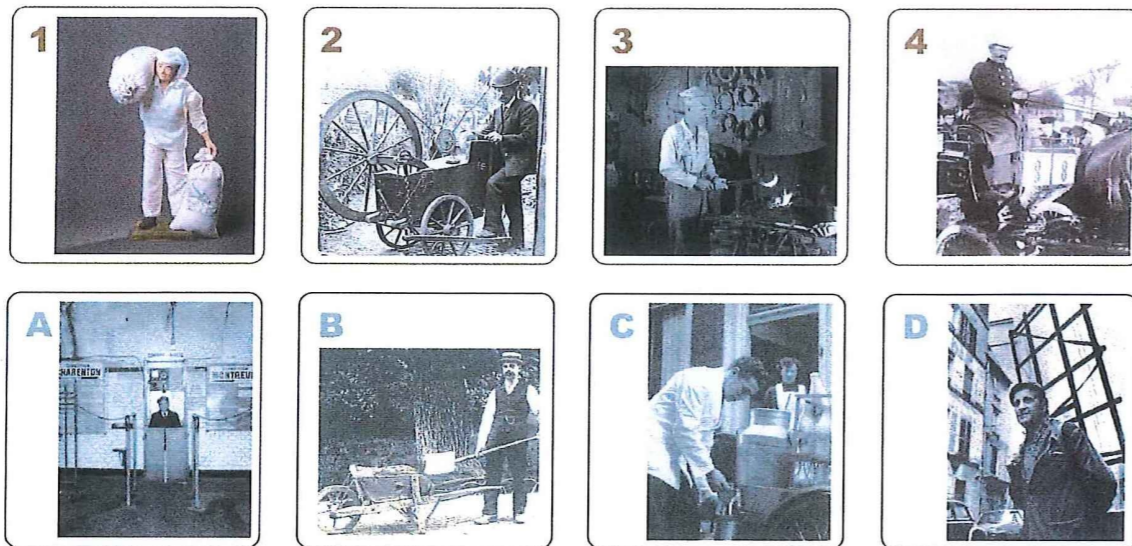


Christine VALAT, Directrice

Moment détente

Domi-mots

Métiers anciens.



Editorial p. 2

Sommaire p. 3

Album photo *Retour en images* p. 4 à 5

Evasion *Destination « La Savoie »* p. 6

Expression de nos grands mères *Phrases Cultes !* p. 7

Réveiller notre mémoire ! *Un écrivain* p.8 à 9

Questions réponses *Mais pourquoi ? Pourquoi ?* p. 10

Parole à « *La Pédicure* » p. 11 à 12

Nos écrivains *Leur plume a parlé* p. 13 à 17

Astuces *Grand-mère.com* p. 18

Actualités *Notre pays* p. 19 à 20

Jeux *Moment détente* p. 21 à 24

Solutions *Moment détente* p. 25 à 26

Mandala p. 27

Comité de rédaction composé de : Christine VALAT
 Virginie GERIN
 Elisabeth RAMARD
 Magali BASTIN



ALBUM PHOTO

Retour en images

Quand la nature s'éveille à Remy François



L'atelier mémoire



SOLUTIONS

Moment détente

Qui est-ce?

- 1) Johnny Hallyday 2) Barbara 3) Nana Mouskouri 4) Juliette Gréco
5) Luis Mariano 6) Salvatore Adamo 7) Dalida 8) Sylvie Vartan

Jeux des associations

- 1) Amande 2) Poireau 3) Cerise 4) Radis 5) Poire 6) Orange 7) Artichaut 8) Chou
9) Pêche 10) Haricots 11) Pois chiche 12) Pomme 13) Melon 14) Épinards
15) Tomate 16) Citron 17) Coing 18) Oignons

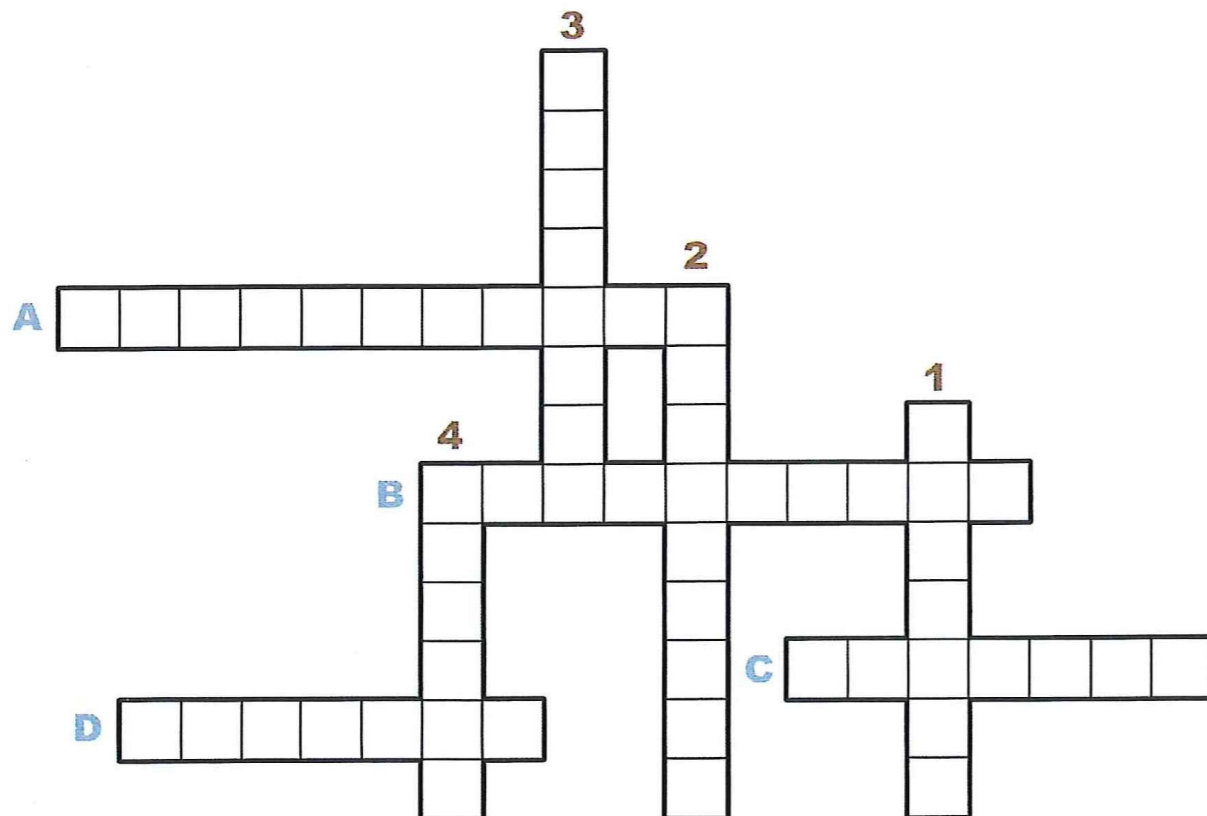
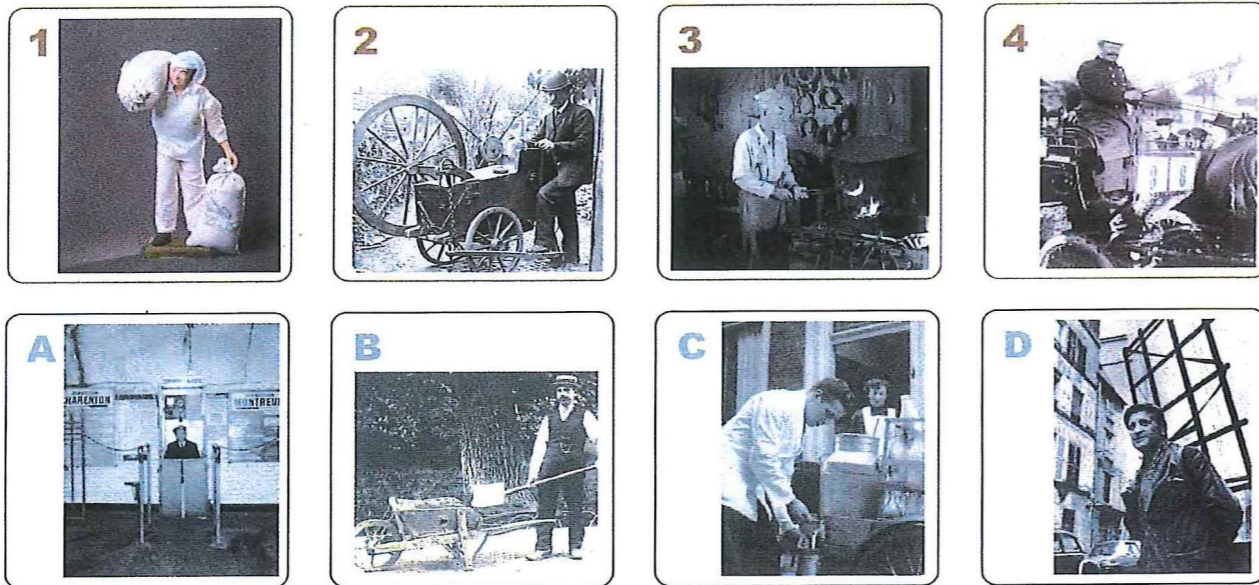
Fable à trous

- 1) Dépourvue 2) Morceau 3) Mouche 4) Voisine 5) Grain
6) Foi 7) Prêteuse 8) Chaud 9) Voisine 10) Déplaise 11) Dansez

Moment détente

Domi-mots

Métiers anciens.



Retour en images



La fête de l'été



La fête de Noël

Destination « La Savoie » !

Vacances de Monsieur BOUCHEKOUIA



« Je m'appelle **Belkacem BOUCHEKOUIA**.
Je suis un jeune retraité de 63 ans, et mon plus grand plaisir est de voyager.

Pour les vacances de fin d'année, j'ai décidé de passer une semaine à Saint Gervais en Haute Savoie.

Pendant mon séjour, j'ai eu la chance de faire des randonnées en raquettes, de la luge et de faire des excursions en chien de traîneau. Le soir, je retrouvais les copains dans une ambiance conviviale et la joie de raconter mes journées autour d'un bon repas.

Mon plus beau souvenir est le 31 décembre, j'ai dansé toute la nuit et la fête a duré jusqu'au petit matin.

Je suis reparti le cœur rempli de souvenirs jusqu'à la prochaine fois...

Vivement cet été pour une nouvelle destination! »



Moment détente

Fable à trous –Jean de La Fontaine

Remplacez les mots suivants à leur place dans cette fable :

Chaud—Dépense—Voisine—Prêteuse—Dansez—Mouche—Nuit

Morceau—Foi—Dépourvue—Grain



La cigale ayant chanté
Tout l'été,
Se trouva fort (1)
Quand la bise fut venue.
Pas un seul petit (2)
De (3) ou de vermisseau.
Elle alla crier famine
Chez la Fourmi sa (4),
La priant de lui prêter
Quelque (5) pour subsister
Jusqu'à la saison nouvelle.
Je vous paierai, lui dit-elle,
Avant l'août, (6) d'animal,
Intérêt et principal.
La Fourmi n'est pas (7);
C'est là son moindre défaut.
Que faisiez-vous au temps (8) ?
Dit-elle à cette emprunteuse.
(9) et jour à tout venant
Je chantais, ne vous (10).
Vous chantez ? J'en suis fort aise :
Eh bien! (11) maintenant.

Moment détente

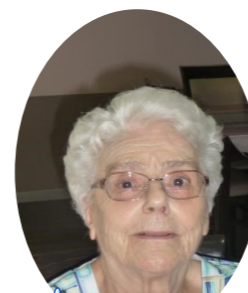
Jeux des associations

Complétez ces dictons « fruits et légumes » avec l'image qui correspond.

- 1) Avoir les yeux en
- 2) Faire le
- 3) La sur le gâteau
- 4) Ne plus avoir un
- 5) Prendre quelqu'un pour une
- 6) Apporter des
- 7) Avoir un cœur d'.....
- 8) Etre bête comme
- 9) Avoir la
- 10) C'est la fin des
- 11) Avoir un dans la tête
- 12) Tomber dans les
- 13) Porter un chapeau
- 14) Mettre du beurre dans les
- 15) Etre rouge comme une
- 16) Presser quelqu'un comme un
- 17) Etre jaune comme un
- 18) Soigner quelqu'un aux petits



Phrases cultes !



Madame MASSE

Si tu ne veux pas plaire, il ne faut pas déplaire

Tant que l'arbre fleurit, il portera des fruits

Qui va à la chasse, perd sa place. Qui va à la pêche, la repêche.



Madame MANIATAKIS

Jeter l'éponge

EXPRESSION HUMORISTIQUE



Madame BAZIN

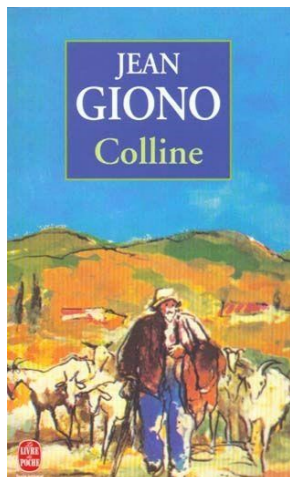
Ça ne sert à rien de savoir l'heure, ça change tout le temps



REVEILLER NOTRE MÉMOIRE !

Retour sur : Un écrivain...

Jean Giono, né le 30 mars 1895 à Manosque est un écrivain français.



Il interrompt ses études à l'âge de seize ans à cause d'un manque de moyens et devient commis de banque.

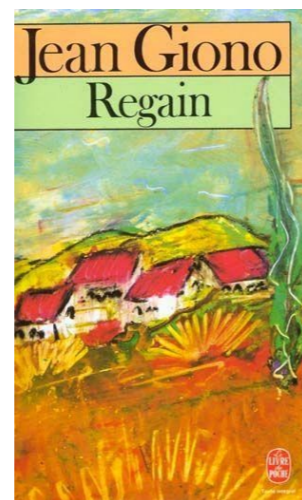
Il est mobilisé en 1914 et va connaître les horreurs de la guerre qui vont le traumatiser.

Il va se marier, et va ensuite écrire le roman « *Colline* » qui sera publié en 1929.

Il va dès lors abandonner son métier et se consacrer à la littérature.

Aucun prix littéraire français important ne lui est jamais décerné ; il reçoit en 1929, le prix américain **Brentano** pour « *Colline* », ainsi que le prix **Northcliffe** en 1930 pour son roman « *Regain* ».

En 1932, il est fait chevalier de la Légion d'Honneur.



JEUX

Moment détente

Qui est-ce ?

Voici des regards de chanteuses et chanteurs, retrouvez leur nom en vous aidant du titre de leur chanson.



« Retiens la nuit »



« Dis quand reviendras-tu ? »



« Soleil, soleil »



« Parlez-moi d'amour »



« Rossignol »



« Tombe la neige »



« Come prima »



« La plus belle pour aller danser »

Notre pays

BIATHLON
 Martin FOURCADE (2)
 Marie DORIN-HABERT
 Anaïs BESCOND
 Simon DESTHIEUX
 Martin FOURCADE



SKI ACROBATIQUE
 Perrine LAFFONT

SNOWBOARD
 Pierre VAULTIER

SKI ALPIN
 Alexis PINTURAUULT



SKI ACROBATIQUE
 Marie MARTINOD

SNOWBOARD
 Julia PEREIRA DE SOUSA-MABILEAU

PATINAGE ARTISTIQUE
 Gabriella PAPADAKIS
 Guillaume CIZERON

SKI DE FOND
 Adrien BACKSCHEIDER
 Jean-Marc GAILLARD
 Maurice MANIFICAT
 Clément PARISSÉ



SKI ALPIN
 Victor MUFFAT-JEANDET
 Alexis PINTURAUULT

BIATHLON
 Anaïs BESCOND

Anaïs CHEVALIER
 Marie DORIN-HABERT
 Justine BRAISAZ
 Anaïs BESCOND

Retour sur :
 Un écrivain...

En 1934, l'écrivain publie « *Le Chant du monde* » et, un an plus tard, « *Que ma joie demeure* ». Après la guerre, alors qu'il n'a jamais soutenu ni nazi, ni le régime de Vichy, **Jean Giono** est accusé d'avoir collaboré, il est emprisonné en septembre 1944. Il est libéré en janvier 1945, sans même avoir été inculpé. Son expérience de la guerre l'a influencé, il écrit alors des textes pacifistes qui lui **vaudront d'être emprisonné en 1939**. Jean Giono a écrit plusieurs textes plus engagés tels que : *Refus d'obéissance*, *Précision*, *Recherche de la pureté*, *Lettre aux paysans sur la pauvreté et la paix*.

En 1947, « *Un roi sans divertissement* » est publié. Quatre ans plus tard, en 1951, c'est son œuvre sans doute la plus connue qui est publiée : « *Le Hussard sur le toit* », un roman qui évoque les péripéties d'un jeune colonel des hussards dans une province ravagée par le choléra.

Un grand nombre de ses ouvrages ont pour cadre le monde paysan provençal. Inspiré par son imagination et ses visions de la Grèce antique, son œuvre romanesque dépeint la condition de l'homme dans le monde, face aux questions morales et métaphysiques et possède une portée universelle.

Il déteste les grandes villes, surtout Paris, où il ne restera peut-être jamais quinze jours de suite. L'atmosphère de l'édition l'indispose. Il a assez peu de relations littéraires.

Jean Giono
 Le hussard sur le toit



Jean Giono, est mort le 9 octobre 1970 d'une crise cardiaque dans sa ville natale.



Madame BAZIN

« Mon livre préférée de **Jean Giono** est *Jean le bleu*, écrit en 1932 »

Sources : <https://www.etudes-litteraires.com/giono.php>
 « Biographie de Jean Giono »

Mais pourquoi ? Pourquoi ?

Pourquoi les jours de la semaine changent ils de nom ?

Effectivement cela serait plus simple de ne pas changer, on n'aurait pas besoin de réfléchir !!



On vous dit tout, voilà l'histoire :

Les noms des jours de la semaine (lundi à vendredi) en français tiennent leur origine des noms de divinités de la mythologie gréco-romaine. Samedi et dimanche sont deux exceptions qui tire leur origine de la religion Abrahamique ; qui ont été modifiés à postériori. Le samedi et dimanche sont venus remplacer les jours dédiés aux dieux Saturne et Soleil. On retrouve l'origine de cette exception dans les langues anglo-saxonnes (Saturday/Samstag et Sunday/Sonntag).

Dans la tradition gréco-romaine, chaque journée était l'occasion de fêter une des divinités romaines qui étaient associées à un des astres que les astronomes de l'époque pouvaient observer (Uranus et Neptune ne l'étant pas).



Sources : https://fr.wikipedia.org/wiki/Noms_des_jours_de_la_semaine



Madame BAZIN

Ainsi, le dimanche était le « jour de Sol » (Sol dies), le lundi le « jour de la Lune » (Lunae dies), mardi le « jour de Mars » (Martis dies), mercredi le « jour de Mercure » (Mercurii dies), jeudi « le jour de Jupiter » (Jovis dies), vendredi était « le jour de Vénus » (Veneris dies), samedi (ancien nom de samedi, de Saturni dies) était le jour du dieu « Saturne ».

Notre pays

JO d'Hiver



Les Jeux olympiques d'hiver de 2018, officiellement appelés les XXIII^{es} Jeux olympiques d'hiver, se sont déroulés du 9 février au 25 février à Pyeongchang en Corée du Sud, ville qui a été élue le 6 juillet 2011, à Durban en Afrique du Sud lors de la 123^e session du Comité international olympique.

La Norvège termine en tête du tableau des médailles avec 14 en or (à égalité avec l'Allemagne en termes de titres olympiques), 14 en argent et 11 en bronze pour un total de 39 podiums qui est le nouveau record d'une nation aux Jeux d'hiver.



En remportant sa cinquième médaille d'or olympique, Martin FOURCADE devient le sportif français le plus titré de l'histoire des JO, été et hiver confondus, le plus décoré aux Jeux d'hiver avec sept médailles, et détrône Jean-Claude Killy qui lui avait gagné 3 titres en ski alpin à Grenoble en 1968.

Tableau des médailles

Rang	Nation	Or	Argent	Bronze	Total
1	Norvège	14	14	11	39
2	Allemagne	14	10	7	31
3	Canada	11	8	10	29
4	États-Unis	9	8	6	23
5	Pays-Bas	8	6	6	20
6	Suède	7	6	1	14
7	Corée du Sud	5	8	4	17
8	Suisse	5	6	4	15
9	France	5	4	6	15
10	Autriche	5	3	6	14

Grand - mère.com

Le truc malin pour rafraichir votre chambre :

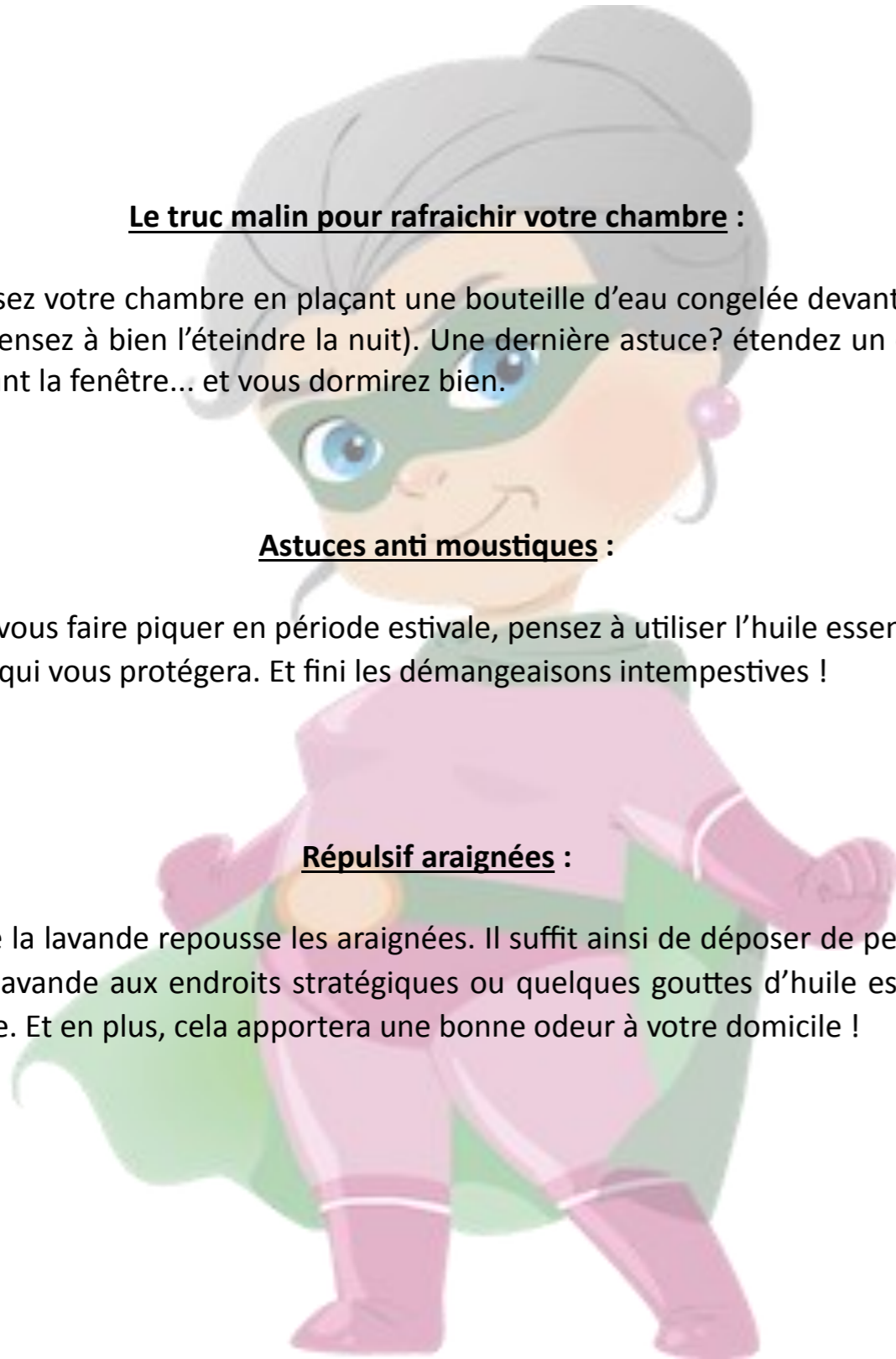
Rafrichissez votre chambre en plaçant une bouteille d'eau congelée devant un ventilateur (pensez à bien l'éteindre la nuit). Une dernière astuce? étendez un drap humide devant la fenêtre... et vous dormirez bien.

Astuces anti moustiques :

Marre de vous faire piquer en période estivale, pensez à utiliser l'huile essentielle de géranium qui vous protégera. Et fini les démangeaisons intempestives !

Répulsif araignées :

L'odeur de la lavande repousse les araignées. Il suffit ainsi de déposer de petits bouquets de lavande aux endroits stratégiques ou quelques gouttes d'huile essentielle de lavande. Et en plus, cela apportera une bonne odeur à votre domicile !



La Pédicurie ...



Qu'est ce qu'un Pédicure-Podologue ?

Un pédicure-podologue est un professionnel de santé qui traite les affections de la peau et des ongles ainsi que les troubles statiques et dynamique du pied.

Il cumule ainsi **2 activités** complémentaires:

- ♦ La pédicurie : soins qui visent à prévenir, déceler et traiter les pathologies entraînant des affections de la peau et des ongles.
- ♦ La podologie : après un examen clinique et un diagnostic, il réalise la conception et l'adaptation d'appareillages d'orteils/d'ongles (orthoplastie, orthonyxie, onychoplastie).

A quel moment doit-on consulter un Pédicure-Podologue ?

Vous pouvez consulter un Pédicure-Podologue en cas de douleur du pied ou faire un bilan podologique.

En maison de retraite le Pédicure-Podologue exerce essentiellement la pédicurie à travers la réalisation de soins. Ces soins sont effectués pour

assurer l'entretien des pieds et prévenir toute inflammation ou infection.

Certaines pathologies, comme le diabète peuvent avoir des conséquences sur les pieds, c'est pourquoi la prévention est importante. Il faut savoir que l'assurance maladie prend en charge les soins de pédicurie pour certains diabétiques selon le grade défini par le médecin (grade 2 et 3).

Que m'apporte un Pédicure-Podologue ?

Le Pédicure-Podologue se charge de :

- ♦ Couper et fraiser (limer) les ongles. Il soigne aussi les ongles incarnés.
- ♦ Traiter les hyperkératoses telles que les cors et les durillons qui se développent aux endroits de frottements et/ou pression du pied. S'ils ne sont pas soignés, les cors peuvent devenir douloureux, par inflammation ou infection.

♦ Conseiller sur le chaussage. Il faut savoir qu'en vieillissant le pied se modifie. Cela peut se traduire par un affaissement de la voûte plantaire et une déformation des orteils

(Exemples : hallux valgus = déformation du gros orteil ou « oignon », orteils en griffes).



Parole à Cécile RAUER

La Pédicurie ...



- ♦ Il est alors essentiel d'adapter son chaussage à la forme de son pied : ni trop étroit, ni trop petit comme on le rencontre souvent. Une bonne chaussure est une chaussure qui doit être confortable, tout en maintenant suffisamment le pied de manière à éviter les déséquilibres et les chutes.

- ♦ Soigner les verrues plantaires et mycoses (de la peau ou des ongles). Le Pédicure-Podologue peut prescrire des traitements adaptés.

- ♦ Elaborer des appareillages pour soulager un hyper appui, une marche douloureuse et des pathologies qui peuvent avoir des conséquences sur l'appareil locomoteur.

Après avoir fait un examen clinique, le Pédicure-Podologue peut confectionner des orthèses plantaires (semelles orthopédiques).

Il peut aussi réaliser des orthoplasties (appareillage en silicone conçu sur mesure) pour protéger un orteil, le repositionner et éviter la formation d'un cor.

Parmi les autres types d'appareillages possibles on retrouve les orthonyxies, qui ont pour but de redresser l'ongle afin d'éliminer les conflits avec la peau (ongle incarnée, cor dans les sillons).

Un « faux ongle » ou onychoplastie peut être également confectionné le temps de la repousse d'un ongle pour protéger l'orteil mis à nu en cas de chute d'ongles.

Qui consulte un Pédicure-Podologue ?

La consultation d'un Pédicure-Podologue peut se faire à toutes les étapes de la vie. Que l'on soit enfant, femme enceinte, parent, sportif ou senior. La marche ou la course à pied, si elle n'est pas harmonieuse, peut entraîner des défauts qui se répercuteront sur tout le corps.

Les soins de pédicurie prodigués par la Pédicure-Podologue sont essentiels chez les personnes âgées. Ces soins sont préconisés tous les 2 à 3 mois du fait de la perte d'autonomie ne leur permettant plus de les faire eux-mêmes. Ces soins procurent au final un bien être et un confort dans la marche permettant ainsi au patient de repartir du bon pied !



Cécile RAUER
Pédicure-Podologue



NOS ECRIVAINS

Leur plume a parlé

C'est le printemps, Madame

UNE FLEUR

Un beau soleil d'hiver qui trompe sa saison
 Il abrège nos siestes, mon Dieu qu'il a raison !
 Il nous invite alors à rechercher la fleur
 Celle qui en tout temps scintille dans les cœurs.
 Il faut être patient, car avant de cueillir
 Il faut l'aimer, la choyer, bien la laisser fleurir.
 Ce n'est qu'à sa prise qu'on devra la séduire.



Monsieur CAFFENNE



Leur plume a parlé

L'ENTREE EN MAISON DE RETRAITE

Entrée le **24 septembre 2014**.

« Mon cas est assez classique, je suis veuve depuis 2008 et j'ai continué à occuper ma maison et le grand jardin jusqu'en 2014.

Mais ayant eu des problèmes de santé l'année 2014 il m'était impossible de retourner chez moi et de m'assumer toute seule, donc la seule solution c'était de rentrer dans une maison de retraite.

J'ai téléphoné à AMPUIS à la résidence Rémy François il y avait une place disponible je l'ai fait bloquer tout de suite et huit jours après je faisais ma valise pour entrer à la résidence. Je ne pouvais pas faire autrement, ma maison est isolée elle est très grande, il y a un grand jardin et elle est excentrée donc pour avoir des aides ménagères et du personnel-soignant à domicile c'était difficile, notamment pour les repas. Donc au point de vue de ma santé j'étais vraiment handicapée, je ne pouvais pratiquement plus descendre mes escaliers enfin bon c'était difficile et puis mon état général c'était beaucoup dégradé ; je n'avais qu'une solution c'était de me faire prendre en charge par un établissement.

Quand j'ai annoncé ça à mes enfants, ma fille s'est mise à pleurer ; je leur ai dit écoutez ne vous sentez pas responsable de quoique ce soit, c'est moi qui prend la décision, n'ayez pas de culpabilité.

Je suis donc arrivée à Rémy François fin septembre en 2014. J'ai trouvé tout de suite une ambiance chaleureuse, le personnel était charmant et je me suis adaptée quand même assez facilement.

Bon pour l'instant j'ai encore des problèmes de santé, mais là c'est autre chose.

Donc de toute façon comme je le dis assez souvent j'ai l'impression d'avoir trouvé une deuxième famille ici ; c'est vrai. On n'est pas nombreux on se connaît, on s'appelle quelque fois par nos prénoms et puis je trouve que l'ambiance est très chaleureuse, le personnel est compétent et attentif.

Donc je ne regrette pas ma décision, je n'avais pas d'autre solution, mes enfants sont rassurés et maintenant vogue la galère ».

Témoignage recueilli en enregistrement
Le 04 mai 2018

Leur plume a parlé

L'ENTREE EN MAISON DE RETRAITE

Entrée le **12 avril 2016**.

« C'est moi qui ai décidé de venir parce que je ne me sentais pas rassurée chez moi je ne tenais pas bien sur mes jambes, j'avais peur de tomber et j'étais seule. Mes enfants n'habitent pas dans le même village je n'étais pas tranquille et j'ai préféré venir ici plutôt que de risquer quelque problème.

Mes enfants étaient tout à fait d'accord et c'est comme ça que j'ai pu rentrer à la résidence.

Mes enfants ont été rassurés parce qu'ils se rendaient bien compte que c'était difficile pour moi je ne marchais presque plus ; j'avais des aides bien sûr mais enfin ce n'était pas jour et nuit disons et je me sentais seule.

Quand je suis arrivée ici, j'ai été très bien accueillie, j'ai beaucoup apprécié les fleurs et la corbeille de fruits qui m'attendaient dans ma chambre. Je me suis sentie tout de suite à l'aise bien sûr ce n'est pas la maison, il faut se plier à quelques règlements mais enfin c'est tout à fait normal.

Il faut s'adapter les premiers jours on est un petit peu perdu on est un petit peu déorienté et puis après on suit le rythme.

Je suis contente d'être là, je pense que j'y resterai longtemps ».

Témoignage recueilli en enregistrement
Le 11 mai 2018



Leur plume a parlé

L'ENTREE EN MAISON DE RETRAITE

Entrée le **17 janvier 2018**.



Madame AYL
84 ans

« Comment avons-nous trouvé refuge à Rémy François ?

Nous avons l'un et l'autre préparé notre retraite par l'acquisition d'un appartement, la maison individuelle que nous habitions possédait des escaliers pour monter à l'étage et mon mari commençait à avoir quelques problèmes avec ses jambes.

Notre retraite s'est passée dans de bonnes conditions, partagée entre voyages et randonnées pédestres, mon mari conduisait des groupes de marcheurs en moyenne montagne. C'était sa passion, toujours à la recherche de coins insolites et pour les

contacts toujours chaleureux qui se créaient entre les participants, toujours avides de curiosités.

Hélas notre santé se dégrada, mon mari perdit l'usage de ses jambes, lui qui avait tant parcouru de sentiers et de mon côté victime de fibromyalgie, mes douleurs s'intensifièrent liées à une grande fatigue.

Infirmières et médecin me conseillèrent de mettre mon mari en maison de retraite, ce que je n'avais pas du tout envisagé ; je voulais m'en occuper le plus longtemps possible.

Je dû me résigner et me sachant épuisée par la maladie, mon mari accepta cette décision. Un dossier fut aussitôt constitué, ce qui nous conduisit à Ampuis ; la maison de retraite avait bonne renommée et n'était pas loin de notre résidence à Condrieu.

Ce fut certainement une dure épreuve pour mon mari tant épris de liberté. Son adaptation ne fut pas des plus facile, nous ne nous étions jamais séparés.

Je suis restée seule à la maison avec mes douleurs toujours présentes et de plus en plus insupportables. Le médecin ne pouvant rien faire pour moi, je fis un séjour en gériatrie à Vienne puis à l'hôpital de Condrieu.

Je n'étais plus capable de rester seule à la maison, je n'avais plus le choix et je rejoignis mon mari à Ampuis.



Leur plume a parlé

Pour lui, ce fut un grand réconfort.

Je ne regrette pas ma décision ; je suis contente d'être là, je souffre mais je suis entourée. Je me suis adaptée sans trop de difficulté. C'est sûr que la vieillesse est une période difficile de la vie et il faut l'appivoiser tant bien que mal. J'ai le contact facile, j'ai tendance à aller vers les autres et c'est réconfortant.

Mon métier certes m'a facilité la chose ; professeur d'enseignement ménager au départ puis conseillère en économie sociale et familiale, lorsque les écoles ont fermé. J'ai donc consacré une grande partie de ma vie aux autres dans les services sociaux de la SNCF.

Les enfants de mon mari ont vécu sans problème l'entrée en établissement de leur père en maison de retraite et m'ont confortée dans ma décision de le rejoindre.

Que dire de plus, j'ai longtemps consacré mes loisirs aux travaux manuels tels que le patchwork, la poterie, la peinture sur porcelaine. Je n'ai pas de regret, chaque chose en son temps.

Maintenant la maison de retraite me propose des activités auxquelles je vais essayer de participer ».

Témoignage recueilli en enregistrement
Le 17 avril 2018