



EHPAD Cournot Changey

Le petit canard de Changey

Juin 2024

N° 31





Editorial.....	1.2
Nouvelle composition du CA.....	3
Histoire.....	4.5.6.7.8
Aux dernières nouvelles.....	9.10.11.12 13
Le sens au travail.....	14.15
Carnet.....	16.17.18.19.20 21.22.23.24.25.26.27
Culinaire.....	28
Quoi de neuf	29.30
Composition du CVS.....	31.32
Dénutrition chez la personne âgée....	33.34
Le journal d'Alice.....	35.36
Temps fort.....	37.38.39.40.41.42.44
En chiffre.....	45
Que se passe-t-il la nuit.....	44.45.46. 47.48.49.50.51
Sport.....	52.53
Nina Simone.....	54.55
Gym douce.....	56.57
Eclairage sur la démarche humanité à Cournot Changey...	58. 59.60
Jeux.....	61.62.63.64
Quelle vie de chat.....	65
Histoires de nos résidents.....	66

La résilience des directeurs d'Ehpad !

Vous avez aimé gérer la crise sanitaire coincés entre le marteau de la liberté et l'enclume de la sécurité, entre la colère des familles et le doigt vengeur de la justice ? Vous avez aimé ensuite vous en prendre plein la « face » dans tous les médias suite à la publication des Fossoyeurs, et ce, que vous soyez public ou privé, Orpéa ou simple Ehpad géré par une Association... ?

Vous croyez, une fois ces deux vagues passées, avoir un petit moment de répit ? Mais non mais non les amis ! Si vous vouliez bien gagner votre vie et vivre tranquille au soleil, vous n'aviez qu'à faire comme tout le monde : opter pour une carrière d'influenceur installé à Dubaï pour vanter des produits de beauté sur Instagram. Mais vous avez, bande d'écervelés, choisi plutôt d'embrasser la carrière de directeur ou directrice d'Ehpad ! Du coup, la société y a gagné ce que vous avez perdu en quiétude.

De plus, lorsque vous avez des « journaloux » qui profitent de la moindre occasion pour casser du sucre sur le dos des Ehpad ! Et vous êtes assurés de faire la « une » de leur torchon car, les Ehpad, et surtout, leurs rares dysfonctionnements ! c'est vendeur... On appelle ça de « l'Ehpad bashing ». Bilan de cet acharnement : plus d'un millier de contrôles, et sur ce millier de contrôle : dix-sept PV ont été dressés. Oui, vous avez bien lu : 17 PV sur 1000 contrôles.

Après tout cela, comment voulez-vous être serein ; comment voulez-vous vous détendre ? Même le soir, quand vous rentrez chez vous et que vous voulez vous relâcher : les pieds sur le canapé, devant une petite VOD. Ça tombe bien : ils ont sorti l'année dernière une comédie qui, avec plus de deux millions d'entrées, a fait un tabac : « Maison de Retraite » avec Kev Adams. Et là, de quoi s'agit-il ? D'un directeur de maison de retraite véreux qui arnaque ses résidents en les spoliant de leurs économies. Décidément...

Sinon, les directrices et directeurs d'Ehpad, pris en sandwich depuis l'automne 2022 entre une crise du recrutement comme jamais le secteur n'en a connu et l'explosion de l'inflation, ont dû élaborer des budgets 2023 et 2024 dans la position de l'automobiliste conduisant dans une purée de pois. Et la formidable résilience des directrices et directeurs d'Ehpad continue d'être mise à rude épreuve. Certains craquent pour aller voguer vers d'autres horizons. Mais celles et ceux qui sont encore là, sont-ils courageux ou insouciantes ?

LA NOUVELLE COMPOSITION DU BUREAU DE L'ASSOCIATION

Depuis le 2 mai 2024, les membres du bureau du Conseil d'Administration de l'Association COURNOT -CHANGEY ont été renouvelés.

Pour rappel, les membres du bureau sont des administrateurs de l'Association qui ont un rôle et un pouvoir bien spécifique. Ils sont élus pour une durée de 3 ans.

Au sein de l'Association COURNOT-CHANGEY et conformément aux statuts, le bureau est constitué de 7 membres décomposés de la façon suivante :



- *Le Président ainsi que ses 2 Vice-Présidents*
- *Le Trésorier et son adjoint*
- *Le Secrétaire et son adjoint.*

De gauche à droite : Serge TOULOT (Secrétaire adjoint), Jean-Marie SIRE (Secrétaire), Patrice DEBRAY (Président), Alain-Louis JOUBERT (1^{er} Vice-Président), Jean-Luc CHASSARD (Trésorier). Etaient absents : Christophe DUREUX (Trésorier adjoint) et Caroline LAMBERT (2^{ème} Vice-Présidente).

Les autres administrateurs élus sont :

- *Christine BAILLY*
- *Didier BERGELIN*
- *Marie-Françoise COINDET*
- *Bernard DEBIEF*
- *Jean GUICHARD*
- *Charles JOLYOT*
- *René LEPINOIS*
- *Jean-Louis SCHENDEL*



Jean
MOUGENOT
AMP

H I S T O I R E

Mesdames et Messieurs les résidents, pour la première sortie de votre journal « le petit canard de changey », de l'année 2024, je vous propose un sujet qui me tient à cœur de partager avec vous.

Je souhaite vous faire découvrir quelques petits coins de BRETAGNE que j'apprécie beaucoup pour les avoir déjà visités.

Voici un peu plus d'une vingtaine d'année que je passe mes vacances d'été dans cette belle région qu'est la BRETAGNE, et plus particulièrement le FINISTERE. Les paysages sont restés sauvages, naturels et quel que soit l'endroit où nous nous trouvons, nous en prenons plein les yeux. Nos promenades sur les plages se font au gré des marées hautes ou basses et inondent nos narines d'un bon air bien iodé, qui, peut-être, viendra aussi chatouiller les vôtres.....

Bonne lecture.

LA POINTE SAINT-MATHIEU :

La pointe Saint-Mathieu (Beg Lokmazhe, en breton) est une pointe du Finistère située à proximité du Conquet, sur le territoire de la commune de Plougonvelin. Elle est bordée de falaises avoisinant 20 mètres de hauteur.

La pointe Saint-Mathieu, formée de falaises abruptes balayées par le vent et la mer, est un cap de la commune de Plougonvelin s'avancant sur la mer Celtique, en prolongement des falaises qui forment la limite nord de la rade de Brest et face à l'île de Béniguet, dans l'archipel de Molène. Son contournement a toujours représenté un danger certain pour les navigateurs.

L'abbaye ; romane puis gothique est l'œuvre de moines bénédictins de la congrégation de Saint-Maur, mais aussi de bienfaiteurs, en particulier des comtes de Léon et de la famille du Châtel de Trémazan.



De la fin du XI^e siècle ou au début du XII^e siècle jusqu'à la révolution française, des moines mènent dans l'abbaye, une vie conventionnelle selon la règle de saint Benoît. Dès le début, l'abbaye est placée sous la protection de saint Mathieu, apôtre évangéliste. Son culte se développe, en particulier lorsque l'abbaye reçoit une partie du crâne du saint en 1206. Des pèlerins affluent, venant parfois de loin.

Abandonnée de nos jours, l'abbaye a été classée Monument historique dès 1867.

Les ruines de l'abbaye ont servi au tournage d'une série télévisée diffusée pendant l'été 2005 : Dolmen.

Elle a aussi servi de point de départ pour tous les tournages de l'émission Thalassa pour la saison 2012-2013.

Le Phare : la pointe comporte également un phare, construit en 1835, haut de 37 mètres et s'élevant à 56 mètres d'altitude.

C'est un phare à feu tournant, dont les éclipses se succèdent de demi-minute en demi-minute, et dont la portée s'étend jusqu'à 24 kilomètres. Il se visite l'été. Il faut monter 163 marches pour accéder à la corniche.



Le sémaphore : le premier sémaphore de la pointe a été construit en 1806, mais le sémaphore actuel a été érigé au plus près de la pointe en 1906, pour avoir une vue sur le chenal du Four comme sur l'entrée du goulet de Brest. Progressivement amélioré au XX^e siècle, il atteint aujourd'hui 39 mètres d'altitude. Des logements pour les guetteurs y sont accolés.



Le cénotaphe : demandé par l'amiral Émile Guépratte, héros des Dardanelles et député du Finistère, et Georges Leygues après la première guerre mondiale le Mémorial national des marins morts pour la France est construit à la suite de la loi du 26 juillet 1923. La stèle réalisée par René Quillivic et inaugurée le 12 juin 1927, représente une femme de marin, en coiffe de deuil, incarnation de la tristesse de la mère ou de la veuve du marin. Depuis 2005, il est ouvert au public et présente une exposition permanente de photos de marins disparus.



Un « chemin de mémoire » a été inauguré le 10 décembre 2017 ; long de 4 kilomètres, il forme autour de la pointe Saint-Mathieu, une boucle le long de laquelle des plaques commémoratives citent le nom et la date des bateaux Français connus ayant coulé tout au long de notre histoire.

Personnellement, je trouve ce site empreint de spiritualité et de respect pour tous ces marins morts pour la France, quant à la visite du phare, je vous garantis qu'il faut avoir du souffle pour gravir les 163 marches accédant à la corniche.

LA PRESQU'ÎLE DE CROZON :

La presqu'île de Crozon, qui doit son nom à sa ville principale, Crozon, est située à l'extrémité ouest de la Bretagne, au centre du Finistère ; et sa côte déchiquetée, en forme de croix, forme l'arrête centrale du trident par lequel se termine la péninsule Bretonne. Elle est entourée par la mer sur trois côtés : au nord par la rade de Brest, à l'ouest par la mer d'Iroise et au sud par la baie de Douarnenez.



Entourée de la mer, la presqu'île est surtout appréciée pour la richesse de son paysage ; entre autres site naturel remarquable, le Cap de la Chèvre.

Comme l'attestent un riche patrimoine architectural et une forte implantation militaire, la presqu'île a une grande importance stratégique.

La presqu'île de Crozon fait partie du parc naturel régional d'Armorique.

La plage de Morgat, qui fait partie de la commune de Crozon, est bien exposée au sud et abritée des vents d'ouest par le Cap de la Chèvre.



Le Cap de la Chèvre, pointe sud de la croix que dessine la presqu'île de Crozon, offre un aspect sauvage et des paysages dominés par la lande.

L'île Vierge, Enez Verc'h, en Breton, est une presqu'île baignant dans la baie de Douarnenez entre Morgat et le Cap de la Chèvre. Au sud de l'Île Vierge se trouve la grève de Porzh Peck (plage de l'île Vierge). Cette petite crique a été classée 7ème plus belle plage d'Europe. La couleur turquoise de la mer à cet endroit fait ressembler ce site Breton à un coin de Corse.

La première fois que j'ai visité Crozon, j'ai vraiment été émerveillé par la beauté du paysage. Il est vrai que dans ce petit coin de paradis, on se croirait en Corse.

La beauté du paysage Breton ne doit pas nous faire oublier que celui-ci reste malgré tout fragile.

C'est la raison pour laquelle je souhaite vous parler de la catastrophe écologique de mars 1978 qui a marqué profondément les esprits.

L'Amoco Cadiz est un pétrolier supertanker libérien lancé en 1974.

Le 4 février 1978, le supertanker charge 98 640 tonnes de pétrole brut à Ras Tanura, en Arabie saoudite, puis complète sa cargaison avec 121 157 tonnes de pétrole brut sur l'île de Kharg, en Iran.

Pour son dernier voyage, **l'Amoco Cadiz**, armé d'un équipage de 44 personnes, quitte le Golf Persique le 7 février 1978 à destination de Rotterdam.

Le 28 février, le navire fait une escale à Las Palmas, le 11 mars, pour se

ravitailer en carburant. Trois jours plus tard, l'**Amoco Cadiz** rencontre des conditions météo difficiles ; ces conditions se maintiennent jusqu'après le 16 mars, date à laquelle il entre dans la Manche, en vue de faire escale le lendemain en baie de Lyme. Le supertanker n'atteindra jamais la baie de Lyme.

Le **16 mars 1978**, en panne de gouvernail depuis de nombreuses heures dans la Manche, dans de mauvaises conditions météorologiques, l'**Amoco Cadiz** s'échoue en bordure des côtes Bretonnes, sur les récifs de Men Goulven, en face du village de Portsall, libérant 227 000 tonnes de pétrole brut.



50 000 à 60 000 tonnes de pétrole brut sont déversées sur près de 375 km de côtes Bretonnes, entre la baie d'Audièrne et Saint-Brieuc.

Le plan Polmar est déclenché le 16 mars 1978 à 23h45.

Les dégâts causés par le pétrole se ressentent sur l'écosystème : 30% de la faune aquatique et 5% de la flore marine sont détruits sur une surface de 1300 km².

L'étude des successions écologiques a montré que le littoral touché par la marée noire a mis en moyenne cinq à sept ans avant de restaurer son écosystème.

L'Ancre An Eor : est un espace muséographique Dans le sillage de l'Amoco Cadiz. Celui-ci est une étape indispensable à Portsall.

Chaque année, des milliers de visiteurs venus de toute la France poussent les portes du Musée pour ne pas oublier les circonstances de ce drame et transmettre aux plus jeunes un message : « plus jamais ça ».



Lorsque j'ai visité ce musée, j'ai été très impressionné par l'exposition de diverses photos relatant ce naufrage, ainsi que la vidéo montrant cette marée noire. Qu'elle désastre de voir ces goélands et autres oiseaux mourir, englués dans ce mazout visqueux.

Voilà, messieurs dames, j'espère que vous aurez apprécié ce « petit voyage » en Bretagne.

Je vous donne donc rendez-vous pour la prochaine édition de votre journal, « le petit canard de Changey » au mois de Décembre.

BIENVENUE A

MÉLANIE GOBRY, AGENT HÔTELIER

Elle est arrivée le 11 avril 2024 en contrat à durée indéterminée.

Elle assure l'hygiène des locaux et travaille en plonge.

Nous la connaissons déjà très bien puisqu'elle était venue assurer des remplacements à ce poste de 2022 à 2023.

Elle réside en couple à Gray et à un chat nommé Bourbouille.



Sylvie
BOCQUENET
Aide-soignante

A
U
X

D
E
R
N
I
È
R
E
S

N
O
U
V
E
L
L
E
S

SANDY ELLENRIEDER, AGENT HÔTELIER EN CAÉ

Elle est arrivée depuis le 3 mai 2024 et assure l'hygiène des locaux ainsi que la plonge.

Elle a obtenu son baccalauréat professionnel option Service à la Personne en 2020. Puis, elle a travaillé pendant deux ans dans une centrale d'appels.



Cette jeune femme de 23 ans vit en couple à Auvet la Chapelotte et a une petite fille. Elle adore les chevaux.



DELPHINE ACHAINTE-VIDAL, REMPLAÇANTE DE NUIT



Elle a commencé sa carrière dans le commerce, puis, en 2012, se reconvertisse en travaillant auprès des personnes âgées soit à domicile ou dans notre Ephad.

Elle réside à Gray avec ses trois enfants : son aîné de 25 ans, sa fille de 23 ans et son petit dernier de 7 ans.

Elle adore la décoration, travailler l'argile et fabriquer des objets avec de la récupération ainsi que s'occuper de ses plantes vertes.

CHRISTINE SEYLLER, AGENT HÔTELIER EN CDI

Elle est arrivée le 6 mai en remplacement. Elle travaille en plonge et assure l'hygiène des locaux. Depuis le 17 juin, elle occupe ce poste à temps partiel et en contrat à durée indéterminée.

Pendant 10 ans, elle a exercé le métier d'ouvrière dans le textile en Alsace. Puis, se reconvertisse et devient serveuse en restauration. Pendant cinq ans, elle tient à son compte son restaurant.



En 2010, toute la famille emménage en Haute-Saône où elle devient agent de pesée dans les fermes pendant 11 ans. Elle travaille également dans un foyer d'accueil médicalisé en tant qu'aide-en cuisine.

Elle réside avec son mari et ses 2 enfants, son garçon de 26 ans et sa fille de 21 ans à Argillières.

Ses passions sont les chevaux et le bricolage.

Bénévole

Bienvenue à **DANIELLE CHEVESSIER** qui vient compléter l'équipe de bénévoles au sein du service animation. Nous la remercions ainsi que les 11 bénévoles actuels qui donnent de leur temps pour améliorer la qualité de vie de nos aînés !



Retour



MARYLÈNE VALOT, INFIRMIÈRE est de retour de congés parental depuis le 02 avril.

Au revoir

ELODIE CHAPOTOT,

Elle occupait un poste d'agent logistique depuis le 3 janvier 2022. Elle participait à l'hygiène des locaux et faisait des remplacements en lingerie. Elle nous a quittés le 16 juin 2024.



ARNAUD PATILLOT,

Il occupait un poste de cuisinier depuis le 1er octobre 2022. Il nous a quittés le 14 Juin dernier.



Au Revoir!

**Jean-Marie DEMOLY, Médecin
Coordonnateur vous adresse le
message ci-dessous :**



« L'heure de vous quitter a sonné pour moi car je prends ma retraite complète au premier juillet, un an après avoir cessé mon activité libérale en ville.

Mes fonctions s'achèvent après 17 ans dans l'établissement en qualité de médecin coordonnateur, aux côtés du Dr Bailly qui restera présent dans l'établissement.

Je voudrais dire combien cette mission a été intéressante au plan personnel et professionnel.

Durant ces années, j'ai pu voir que l'accompagnement des résidents en EHPAD s'est amélioré au niveau des soins, de l'animation et du respect des choix personnels en lien avec les familles.

Avec le projet « Humanitude », l'établissement va encore progresser, j'en suis certain.

Comme dans tous les métiers, il y a eu des moments difficiles : les souffrances et les deuils, la période du covid ont été éprouvants mais surmontés grâce à la dynamique des équipes soignantes et aux échanges avec les résidents.

Vous m'avez apporté la sérénité pour les années à venir, la joie de profiter des bons moments et la conscience de relativiser les petits tourments de la vie.

Je voudrais aussi souligner que par la confiance de l'équipe de Direction et de mon collègue, j'ai pu sortir de ma relative timidité pour m'épanouir dans cette fonction. »

En vous disant au revoir, je tiens à vous remercier et vous souhaiter des belles années dans cet établissement.



Chères résidentes, chers résidents,
cher personnel de l'établissement,
chers bénévoles et chères familles,



Ces huit mois de formation en animation ont été riches en découvertes et en apprentissage. Mon stage à l'établissement Cournot Changey, que j'ai beaucoup aimé, a été une expérience gratifiante.



Quel bonheur de vous voir chers résidents si impliqués dans les activités, souriants et profitant de ces moments de divertissement.



Observer les effets positifs de ces activités sur votre vie quotidienne a renforcé mon amour pour ce travail et



m'encourage à toujours améliorer votre bien-être, à renforcer les liens sociaux et à favoriser votre épanouissement.



La reconnaissance de ma formatrice Delphine, de Jean et le soutien de l'équipe ont été des éléments précieux dans ma progression et ma confiance en moi.



Pour finir, je tiens à remercier chaleureusement le personnel, les bénévoles, les familles, et bien sûr vous, chers résidents.

Je continuerai à venir de temps en temps car j'aime vous voir pour échanger, discuter et rire ensemble.



Isabelle





Fanny
CAHUET
Cadre de santé

LE
SENS
AU
TRAVAIL

LE SENS AU TRAVAIL : **UN LEVIER DE MOTIVATION POUR LES SOIGNANTS**

Le secteur de la santé peut être exigeant, tant physiquement qu'émotionnellement. Le personnel soignant, en première ligne des soins aux résidents, joue un rôle crucial dans le fonctionnement des établissements de santé. Cependant, le rythme de travail et les défis quotidiens peuvent entraîner une baisse de motivation et un risque élevé de burn-out. Dans ce contexte, le sens au travail apparaît comme un levier essentiel pour maintenir leur engagement et leur bien-être.

L'IMPORTANCE DU SENS AU TRAVAIL POUR LES SOIGNANTS

Donner une signification aux tâches quotidiennes : Pour le personnel soignant, chaque geste compte, qu'il s'agisse de prodiguer des soins, de réconforter un résident ou de collaborer avec une équipe médicale... Trouver du sens dans ces gestes quotidiens peut transformer des tâches routinières en actes de soins valorisants.

Renforcer l'engagement et la motivation : Le sens au travail est un facteur clé de l'engagement des soignants. Lorsqu'ils perçoivent l'importance et l'impact positif de leur travail, ils sont naturellement plus motivés à s'investir pleinement. Cette motivation intrinsèque est essentielle pour maintenir un haut niveau de qualité dans les soins prodigués.

Améliorer le bien-être et prévenir le burn-out : Le sentiment d'accomplissement et de satisfaction qui découle du travail contribue grandement au bien-être des soignants. En trouvant du sens dans leur travail, ils peuvent mieux gérer le stress et réduire les risques de burn-out, ce qui est crucial dans un environnement aussi exigeant que celui de la santé.

COMMENT LE CADRE DE SANTÉ PEUT-IL FAVORISER LE SENS AU TRAVAIL ?

Valoriser et reconnaître le travail des soignants : La reconnaissance est un élément fondamental pour renforcer le sens au travail. Le cadre de santé doit mettre en place des systèmes de reconnaissance, qu'il s'agisse de remerciements ou de simples mots d'encouragement. Valoriser les efforts et les contributions des soignants leur montre que leur travail est apprécié et reconnu.

Promouvoir l'autonomie et la responsabilité : Donner aux soignants plus d'autonomie et de responsabilités peut renforcer leur sentiment de contrôle et d'implication. En les impliquant dans les décisions concernant les soins aux patients/résidents et en leur permettant de prendre des initiatives, le cadre de santé favorise un environnement où chaque soignant se sent valorisé et responsable.

Encourager le développement professionnel : Investir dans le développement professionnel des soignants est essentiel pour leur permettre de progresser et de s'épanouir dans leur carrière. C'est pourquoi, il est du rôle du cadre de recueillir les besoins en formation et créer des opportunités de montée en compétence des agents pour renforcer leur motivation et leur donner un sentiment de progression et de reconnaissance.

Créer un environnement de travail soutenant et collaboratif : Un environnement de travail positif et collaboratif peut grandement contribuer au sens que les soignants trouvent dans leur travail. Favoriser la coopération, le soutien entre collègues et une bonne communication au sein des équipes de soins crée un cadre où les soignants se sentent compris et soutenus.

En conclusion, le sens au travail est un levier de motivation indispensable pour le personnel soignant. En reconnaissant et en valorisant leur travail, en leur offrant des opportunités de développement et en créant un environnement de soutien, le cadre de santé de santé peut améliorer l'engagement et le bien-être de leurs équipes.



BIENVENUE A :

SUR LA RÉSIDENCE DU PARC



Patricia
HOCHET ROYER
Secrétaire
de Direction

C
A
R
N
E
T

MADAME GINETTE ROLLET née DESCHAMPS le 20 février 1929 à FRETIGNEY ET VELLOREILLE. Elle était connue puisque ses parents étaient boulangers au village et ensuite à GRAY. Ginette a travaillé avec eux à la boulangerie de GRAY. Par la suite, elle a exercé son métier de couturière, avant de rencontrer son mari à PARIS.



Ensuite, elle a travaillé dans la Haute-Couture. Le couple est revenu à GRAY où elle est devenue commerçante. Avant de devoir venir à l'EHPAD, le 30 janvier 2024, elle profitait de sa maison en cuisinant, tricotant, ou en écoutant de la musique. Elle apprécie les jeux de société, faire des mots croisés... Bienvenue Ginette.

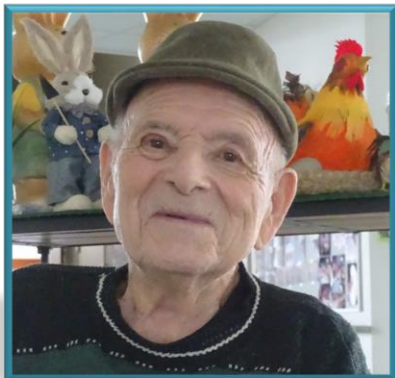
MADAME SIMONE BARANZELLI

née MONIOT le 30 mars 1933 à GOURGEON. Elle épouse Virgile le 09 février 1952 (70 ans de mariage).

Evelyne est née par la suite. Virgile exerçait la profession d'entrepreneur dans le bâtiment. Le foyer habitait à GRAY. Virgile est décédé en 2022 et part rejoindre sa fille qui s'est envolée en 1970.



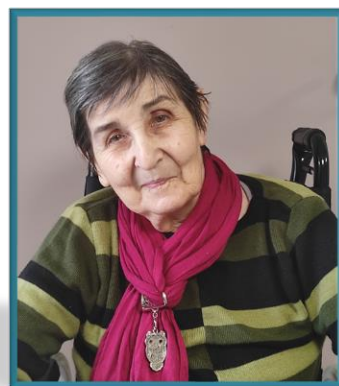
Avant d'entrée à l'EHPAD le 19 février 2024, Simone vivait dans sa maison, où elle aimait s'occuper de ses fleurs. Elle reçoit souvent la visite de Sylvette qui a été son auxiliaire de vie et devenue une amie depuis des dizaines d'années. Ainsi que Maria, qui venait aussi l'aider. Simone est une personne qui aime le lien social, tout en appréciant ses moments de tranquillité. Elle aime participer au Loto avec les autres résidents. Bienvenue à Simone.



MONSIEUR ROBERT CHOURLIN dit « Robick » est né à AUBIGNEY le 20 juillet 1932. Le 9 avril 1959, il s'est marié avec Monique qui lui a donné 2 enfants : Pierre et Martine, qui à leur tour, lui ont donné des petits enfants. Dans ses loisirs, il était chasseur et même Président de la fédération des chasseurs. Il aime regarder la télévision. Il nous a rejoint le 25 mars 2024. Il a intégré le PASA et aime participer au loto du vendredi. Bienvenue Robick !!!

MADAME BERNADETTE PEICHERT née

OSTROWSKI, le 15 octobre 1943 à ROUVROY dans le Pas de Calais. Elle épouse René le 29 décembre 1961. Avec leurs 4 enfants : Catherine, Franck, Isabelle et Nadège, ils ont vécu dans le nord puis dans différentes villes de Franche-Comté et en dernier à CHAMPLITTE. René s'est éteint le 31 décembre 2003. Suite à des soucis de santé, elle a dû entrer en EHPAD aux Capucins dans un 1^{er} temps, puis ici à Cournot Changey le 15 avril 2024. Elle participe à toutes les animations et a pu tisser des liens avec de nombreuses personnes. Elle découvre les sorties estivales qui viennent de débiter. Bienvenue à Bernadette.



MADAME GENEVIÈVE SINGIER née JEANMOUGIN le 6 mai 1925 à Servance. Elle a épousé Jean le 30 octobre 1943. Ils ont eu 6 enfants : Christian, Francine, Gérard, Isabelle, Liliane et Agnès. Geneviève était commerçante à ARC-LES-GRAY. Elle est entrée à l'EHPAD le 23 mai 2024 à l'âge de 99 ans. Elle apprécie la musique et notamment les après-midis anniversaires. Elle participe à quelques activités du PASA. Personne souriante et très sociable nous lui souhaitons la bienvenue. Bienvenue Geneviève dite « Ginou ».

SUR LA RÉSIDENCE DU BELVÉDÈRE



MADAME JACQUELINE DEGORNET, est née le 24 mai 1929 à REIMS. Elle a étudié à GRAY, et a suivi la filière mathématique et ensuite a exercé la profession de comptable chez John DEERE durant 37 années. Avant sa venue le 22 janvier 2024, elle résidait à GRAY et venait rendre visite à ses amies qui résidaient à l'EHPAD. Elle apprécie le tarot, le scrabble pour lesquels elle a pu trouver ici des partenaires de jeux. Elle participe à de nombreuses activités et aime aussi sortir lors de ses rendez-vous qu'elle gère elle-même ou autres loisirs personnels. Bienvenue Jacqueline.

MADAME HUGUETTE ROUOT née le 14 décembre 1927 à BLAISY en Haute-Marne. Le 30 octobre 1948, Roger et Huguette se sont unis. Christian, Annick et Philippe ont vu le jour !! En plus de s'occuper de ses enfants, elle était femme de ménage le matin, et l'après-midi elle tenait le standard et la vente des timbres à la poste avec son époux. Ils ont déménagé plusieurs fois avant de venir s'installer en retraite en Haute-Saône. Elle aime jouer au scrabble et au triomino. Huguette a rejoint l'EHPAD le 5 mars 2024 à Cournot-Changey. Toujours souriante, elle tisse des liens et participe aux activités. Bienvenue Huguette.



MONSIEUR JOSEPH PUSEY est né le 22 mars 1946 à GRAY. Joseph et Nicole se sont unis le 10 août 1968, en 1970, Patrick est venu agrandir le foyer... Joseph pratiquait le football, le tennis, le vélo dont la montée du Ventoux avec son épouse. Ils pratiquaient également la randonnée. Le couple a vécu à BESANCON, il était directeur d'une agence bancaire. A la retraite, ils se sont installés à ESMOULINS. En raison de son état de santé, Joseph a intégré l'EHPAD le 13 mars 2024. Nicole, son épouse, vient tous les jours auprès de lui. Bienvenue Joseph.

MONSIEUR JEAN-JACQUES COUSSON est né le 12 février 1935 à MANDRES-LES-ROSES, dans le VAL DE MARNE. Il vivait à LUNEL avant de venir nous rejoindre le 27 mars 2024. Aline est devenue son épouse le 25 juin 1960. Il a beaucoup déménagé. Il a été directeur de l'usine « PROLAM » à GRAY, et a vécu à CRESANCEY où il était maire de cette commune. Gilles et Denis, les 2 enfants de la famille ont fait la joie du couple. Il est proche de ses enfants qui lui ont donné des petits enfants et même arrières petits-enfants. C'est un féru de mots fléchés, croisés et sudokus. Quand il fait bon, il s'installe sur la terrasse devant sa chambre où il peut sentir les parfums du parc et écouter les petits oiseaux. Souhaitons-lui la bienvenue.



MADAME MARIE GALLARD née MAUDUIT, le 6 août 1931 à LIMALONGES dans les Deux-Sèvres. Elle vivait à CHEVILLY LARUE dans le Val de Marne auprès de son fils Christophe. Le 24 décembre 1959, Marie a dit « oui » à Georges. Elle a exercé plusieurs professions dont dactylo-facturière, employée dans une quincaillerie, et le travail à la ferme de ses parents. Pour des raisons de santé, elle a dû se résigner à entrer en EHPAD. Elle est arrivée chez nous le 2 mai 2024, car sa fille Ghislaine vit dans le secteur graylois. Marie s'adonne à la lecture, en écoutant la radio, apprécie les séries télévisées, tout en faisant ses mots fléchés. Aimant la nature et les chats, elle pourra profiter du parc et des 2 chats de l'EHPADBienvenue Marie.

MADAME MONIQUE GRANDGERARD née TERRILLON le 9 septembre 1929 à GRAY. Le 31 décembre 1961, la mairie de GRAY a célébré le mariage de Lucien et Monique. Son époux était inspecteur central des télécommunications quand il l'a rencontrée. Lucien s'en est allé le 25 juin 2014. Elle aimait tricoter et lire. Nous avons l'habitude de voir Monique qui venait rendre visite à 2 amies : Colette et Françoise. Depuis le 4 juin 2024, Monique est habitante de l'EHPAD. Elle commence à découvrir les activités et les premières sorties en animation. Bienvenue Monique.



SUR LA RÉSIDENCE DU LA VERRIÈRE

MONSIEUR YVES OUDIN est né le 31 mai 1928 à BUCEY LES GY où il a toujours vécu. Le 4 avril 1959, il a épousé Jeanne. Ils ont eu 6 enfants, Alexis, Annelyse, Géraldine, Raphaël, Frédéric et Mireille. Ses enfants et petits-enfants sont très proche de lui. Il était agriculteur maraicher et a travaillé jusqu'à ses 87 printemps tout en faisant les marchés. Le 13 mars 2024, Yves est venu s'installer à la maison de retraite. Il aime lire le journal. Bienvenue Yves.

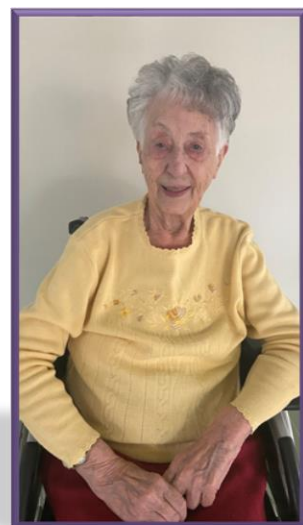


SUR LA RÉSIDENCE DU CHÂTEAU



MADAME MONIQUE PELLETIER née ROYER, est née le 8 mai 1936 à CRESANCEY. Le 21 juillet 1958, elle épouse Jean. Ils s'installent à DIJON. Dominique, Patrick et Thierry sont leurs trois enfants. Elle a ensuite vécu à CRESANCEY, puis à GRAY avant d'entrée à l'EHPAD le 13 mars 2024. Elle avait déjà fait des séjours temporaires afin de se rendre compte de la vie au sein de l'institution. Elle a travaillé comme salariée polyvalente en EHPAD. Elle aime le jardinage. Elle participe à toutes les animations. Bienvenue Monique.

MADAME MICHELLE POULNOT, née CHRETIEN a vu le jour le 17 mai 1931. Elle est Grayloise de naissance. Elle a été accueillie à l'EHPAD le 13 mai 2024. Elle venait rendre visite à des amis et a choisi de venir ici suite à une anecdote « la gaufre de Jean !!! » (Comprendrons ceux qui connaissent l'histoire !!) Le 8 mai 1950, Jean et Michelle se sont unis. Ensemble ils ont acheté un magasin de chaussures à GRAY, commerce connu de tous les graylois ! Ils ont eu 3 enfants, Dominique, Jean-Michel et Noëlle, qui ensuite lui ont permis d'être mamie et arrière grande mamie !! En arrivant, elle était contente de retrouver des amies. Bienvenue Michelle.



MADAME MARIE-JEANNE MÉLIN née BOMPART a vu le jour le 9 mai 1928 à MIELAN dans le Gers. Le 5 novembre 1949, Elle épousa Emile. De cette union sont nés Marie-Christine, Jean-Jacques et François. Elle a vécu à SOISSON, EPINAL, puis MANTOCHE. Elle s'occupait de ses enfants et de sa maison. Elle aimait ses fleurs et surtout son grand rosier rouge qui monte sur la façade de sa maison. Elle apprécie voir ses petits-enfants. Marie-Jeanne est entrée à l'EHPAD le 11 juin 2024. Elle va être heureuse de pouvoir faire connaissance avec « Pépito et Roméo », car elle aime les chats. Laissons-lui le temps de découvrir sa nouvelle résidence.



*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 PARC

MONSIEUR GUY BOILLOT était arrivé chez nous le 6 novembre 2023 en compagnie de ses filles Valérie et Estelle. Il était né à KASBA-TADLA au MAROC le 10 mars 1943. Ajusteur de métier, il a travaillé à la SIMU puis à la JOHN DEERE. Il aimait passer son temps à bricoler, mais il préférait aller à la pêche ou jouer à la pétanque. C'était un Monsieur plein de délicatesse avec qui nous aimions bavarder quand il venait nous voir et chercher le journal. Il a fait un cours séjour auprès de nous, puisque malheureusement il s'en est allé le 23 janvier 2024 rejoindre sa fille Isabelle décédée à l'automne dernier.



MADAME MADELEINE GOITTET est née le 14 octobre 1926 à AUVET LA CHAPELOTTE. Denise, Marie-Claude et Jean-Marie sont nés de l'union de Madeleine et son mari Jean. Le matin, nous passions un moment ensemble à bavarder de choses et d'autres, elle me racontait ses anecdotes au sein de son village et lors de ses repas de famille. Elle aimait cuisiner pour sa grande tablée et partager des moments en famille. Qui ne connaissait pas Madeleine à AUVET ?? Arrivée le 21 juillet 2020, elle nous a quitté le 8 février 2024.



MADAME IRÈNE WITTEWER était née le 26 mars 1926 dans le secteur Graylois. Alfred fut son mari en 1961. Ils ont eu 3 enfants, puis des petits-enfants et arrière-petits-enfants sont venus agrandir la famille. Aide-soignante de métier, à ses passe-temps, elle s'occupait de ses fleurs et préparait sa fameuse confiture de raisin dans son village de CRESANCEY. Par le biais de plusieurs séjours temporaires, Irène avait intégré l'EHPAD, le 2 juillet 2020. Irène aimait venir nous raconter des blagues toujours avec humour. « Et, tu connais la blague de la petite souris...etc.... !!! » Sa fille Christiane et sa petite fille Corinne la reconnaissait bien là !! Le 16 mars 2024, elle est partie rejoindre Alfred.





MADAME MARIE-THÉRÈSE LAMBERT était née le 12 juillet 1931 dans la capitale Bourguignonne. Elle vivait à MANTOCHE avec son époux Marcel et leurs enfants, Jocelyne, Chantal et Jean-Paul. Le 28 juillet 2022, elle était arrivée à l'EHPAD. Elle venait aux après-midis musicaux et aux lotos, sans oublier les sorties restaurants. Elle aimait nous parler des voyages qu'elle avait pu faire...Le 2 avril 2024, Marie-Thérèse est partie pour son dernier voyage.....

MADAME RAYMONDE GAUTHIER était née le 9 février 2017 à MONTROUGE en région Parisienne. Raymonde et Bernard se sont mariés en 1950. Gérard et Françoise sont nés de cette union. Ils vécurent à RIGNY. Le 19 janvier 2017, nous avons accueilli le couple. Son mari avait apporté son accordéon, et nous jouait quelques petits airs. Après quelques années à la maison de retraite, Raymonde avait intégré le Pôle d'Activité et de Soins Adaptés qui est un espace dont l'environnement architectural est conçu pour offrir aux habitants un lieu de vie confortable, rassurant et stimulant. Le 8 mai 2024, Raymonde est partie rejoindre Bernard, décédé le 7 mars 2020.



MADAME GENEVIÈVE JEUDY née LOIGEROT, le 8 mars 1931 à PARIS où elle était Couturière de profession. Le 17 avril 1954 elle épousa Raymond. Ils ont eu 3 enfants : Marie-Chantal, Françoise et Jean-Marc. Le foyer vivait à DIJON pendant une trentaine d'année. Par la suite, Geneviève a vécu à BROYES LES PESMES. Elle est entrée à l'EHPAD le 3 novembre 2023. Elle aimait pratiquer le scrabble avec quelques résidentes. En fin de journée, elle venait s'installer au coin salon avec un livre. Le 20 juin 2024, Geneviève est partie rejoindre Raymond décédé en 2006, et sa fille en 2019.



SUR LA RÉSIDENCE DU BELVÉDÈRE



MADAME YVETTE SIGRIST, était née le 24 février 1925. Le 3 août 1946 elle épousa ROBERT. En 1947, Chantal a vu le jour, puis en 1949, Pascale. Elle vivait à VADANS. Yvette s'est occupée de sa famille et de sa maison. En 1998, Robert est décédé..., en 2008 sa fille Chantal s'en est allée. Elle avait connu notre EHPAD, en faisant un séjour temporaire. Elle nous avait rejoint définitivement le 20 novembre 2014. Sa fille Pascale venait dès qu'elle le pouvait. Les premières années de son séjour à l'EHPAD, Yvette était très active, elle participait à toutes les activités et s'intéressait avec beaucoup d'attention à la vie de l'établissement. Diminuée physiquement, elle nous a quittés le 26 décembre 2023

MONSIEUR RENÉ CORLET, Bisontin de naissance, était né le 12 décembre 1944. Il pouvait vous parler du célèbre Funiculaire, car, enfant il vécut tout à côté !! Chauffeur de profession, il allait régulièrement à la capitale. Il a eu plusieurs enfants : Sébastien, David, Damien. La vie a voulu qu'il se dirige vers la MARPA de MARNAY en quittant son domicile. Il est entré à Cournot Changey le 15 juillet 2020, car MARNAY, n'était pas médicalisé. René appréciait jouer à la pétanque et assister aux après-midis musicaux. Par la suite, il a intégré le PASA, afin de bénéficier d'activités adaptés. Le 9 février 2024, il est parti vers d'autres horizons....



MADAME ROBERTE ROCHE était née le 16 septembre 1930 à OYRIERES. Elle épousa René avec lequel 4 bambins sont venus comblés le foyer : Christian, Bernard, Jean-Paul et Hervé. Le couple travaillait dans la culture à OYRIERES. Elle était venue visiter en famille l'EHPAD. Elle est arrivée chez nous le 4 août 2023. Roberte, une femme toujours souriante et pleine d'humour, aimait nous raconter ses nombreux voyages. Ses enfants étaient très présents. Elle participait à toutes les animations et sorties extérieures. Lors du loto hebdomadaire, elle aimait préparer les pions pour chaque habitant. Le 4 mars 2024, son rire communicatif s'est éteint.

MADAME RAYMONDE DROUHET était née le 5 Août 1930 à LIEFFANS, faisant la joie de ses parents qui possédaient une ferme. Elle épousa PAUL, le 17 mai 1952. De cette union sont nés : Denis, Didier, Françoise et Monique. Elle était agricultrice à VELLEMOZ et avait aussi en charge la gestion de la comptabilité et la partie administrative. En 2021 son mari décéda. Les aléas de la vie, on fait qu'elle avait dû prendre la décision de venir en EHPAD. Raymonde connaissait Josette, Juliette, Rolande..., elle ne venait pas dans l'inconnu ! Elle aimait les jeux et les sorties. Malheureusement, le 5 mars 2024, Raymonde est partie rejoindre Paul.



MADAME SUZANNE DEPIERRE était née le 10 novembre 1921 à ECUELLE. A 24 ans, son premier emploi était à la poste de OYRIERES, puis standardiste aux téléphones de VESOUL. En se rendant à la boulangerie, elle rencontra son futur mari, Maurice. Le 20 juillet 1946, Maurice lui passe la bague au doigt. Jean, François et Marie-Hélène, sont nés de cette union parmi les bonnes odeurs de leur boulangerie à AUTHOISON. A la retraite, ils font leur nid à BOUHANS ET FEURG. La « presse de GRAY » la connaissait bien puisqu'elle a travaillé à leurs côtés pendant une dizaine d'années. Le 16 juillet 2020, Suzanne alors âgée de 99 printemps, est venue s'installer à l'EHPAD. Au cours de son séjour, elle a pu revoir L'Abbé Jean-Christophe DEMARD qui a fait son dernier séjour chez nous. Elle aimait bien participer au loto, aux après-midi musicaux, aux sorties... Le 15 mars 2024, Suzanne est partie rejoindre Maurice (parti le 7 novembre 1982).

MADAME COLETTE GUYOT était née le 22 mai 1933 à FOUCHERANS dans le Doubs. Elle avait réussi sa scolarité « 1^{ère} du département au certificat d'études ». En 1953, elle a épousé son « tendre fromager » ! Marie-Andrée, Jean-Louis, Pascale, Pierre, Jean-Luc et Dominiqueont fait la joie du foyer. Son mari est décédé 3 ans après la retraite, puis en 2005, sa fille Nanette. Elle s'est tournée vers la catéchèse, le club du 3^{ème} Age, et faisait partie d'une association, écrivant à des prisonniers sans famille, sans oublier ses petits-enfants source de bonheur. Elle avait pu s'évader en faisant de beaux voyages. Elle est entrée à l'EHPAD le 9 janvier 2020. C'était la « reine du scrabble » !! Le 11 avril 2024, elle est partie rejoindre sa fille et son époux....



MADAME JEANNE PERRUCHINI née THIBOURET avait vu le jour le 20 septembre 1927. Le 8 mai 1948, elle épouse Robert. Alain, Christian et Bruno ont fait la joie du couple. Elle était entrée à l'EHPAD le 18 mai 2020. Toujours élégante, et bien coiffée, étant ancienne coiffeuse, elle restait coquette. Elle prenait le temps de se pomponner sans oublier son rouge à lèvres !! Dès qu'il y avait des activités musicales et chansonnettes, elle était présente. Elle avait intégré le PASA afin de faire des activités collectives avec Isabelle et Sylvie. Elle aimait s'y retrouver. Le 27 mai 2024, Jeannine est partie rejoindre Robert décédé le 23 juillet 2005.



SUR LA RÉSIDENCE DE LA VERRIÈRE



MADAME SIMONNE MILLOT était née le 25 février 1927 à FRANCOURVILLE. Maurice lui demanda sa main le 19 mars 1955. Ils ont toujours vécu dans la région et ont exercé le métier d'agriculteurs. Elle s'occupait aussi de leurs enfants, Alain, Sylviane, Christian, Yves, Pascal et Remi, sans oublier son jardin et sa bonne cuisine !! Le 17 avril 2018, Simonne est arrivée à la maison de retraite. Elle aimait prendre le temps de discuter. Ses enfants et ses petits-enfants lui rendaient visite très régulièrement. De plus, elle appréciait plus particulièrement sa coiffeuse !!! pourquoi ? c'était Laëticia sa petite fille. Le 10 février 2024, elle est partie rejoindre Maurice décédé le 4 janvier 2004.

Nous avons accueilli **MADAME DENISE VERNILLET** le 24 janvier 2017. Originnaire de GRAY, elle s'était mariée en 1959 avec André. Philippe et Anne sont nés de cette union. Elle exerçait le métier d'aide-ménagère. Sophie sa petite fille et ses arrières petits-enfants venaient la voir aussi souvent que possible. Depuis, ils sont partis à l'étranger, mais restaient en contact téléphonique avec elle. Denise aimait se rendre régulièrement chez la coiffeuse. Elle avait ses petits rituelles. Malheureusement le 21 juin 2024, elle s'en est allée.



MADAME RENÉE GONY née BERTRAND, le 3 mai 1927 à BEAUJEU, lieu où elle a vécu avant son arrivée ici. Elle épouse Maurice le 7 février 1948. 6 enfants viennent agrandir le foyer : Elisabeth, Christine, Gérard, Philippe, Catherine, Dominique. Elle travaillait dans la boucherie avec son époux. Le 16 juin 2022, elle décida de venir habiter à l'EHPAD, quelle joie de pouvoir arriver en connaissant déjà des amis qui vivaient déjà là. Renée aimait lire, écrire, tricoter. Elle avait intégré le PASA. Elle se préparait, toujours avec élégance : son crayon pour les yeux, son rouge à lèvres, suivi d'un beau sourire.... Elle participait aux jeux de mémoires, lecture, sans oublier la musicothérapie Le 3 juin 2024, Renée est partie rejoindre Maurice décédé le 17 août 2019.



SUR LA RÉSIDENCE DU CHÂTEAU



MADAME JULIETTE ESCOBEDO était née le 8 février 1928 à VEREUX. Elle avait travaillé depuis son plus jeune âge comme employée polyvalent. Le 2 septembre 1967, Pedro et Juliette se sont passés la bague au doigt !! Christine et Jean-Pierre sont venus agrandir le foyer. Elle vivait à APREMONT. Le 6 octobre 2020, Juliette est arrivée parmi nous. Elle participait à toutes les activités et quelques sorties. Christiane, son amie sur le secteur passait la chercher pour la conduire aux activités et en salle à manger. Elle avait pu retrouver au fil du temps d'autres amies qui étaient résidentes. Juliette avait toujours le sourire et un petit mot gentil, elle était pleine de délicatesse. Elle appréciait le contact, aussi bien avec les résidents que le personnel. Elle était rayonnante quand elle avait la visite de sa famille. Notre « Juju » s'en est allée le 27 avril 2024 pour rejoindre Pedro parti le 19 mai 2002.

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



SAUCISSON EN BRIOCHE



Éric SEPREY
Cuisinier

C
U
L
I
N
A
I
R
E

Ingrédients : pour 5 ou 6 personnes

- 1 saucisson de Morteau de 450g
- 1 litre d'eau
- 3 oeufs
- 2 pincées de sel fin
- 1 sachet de levure
- 20 cl de crème fraîche
- 250 g de farine
- 20 g de beurre



Préparation :

- 1) Piquez le saucisson avec une fourchette et placez-le dans une cocotte. Recouvrez-le d'eau froide. A partir de l'ébullition, comptez 20 minutes de cuisson puis retirez-le et laissez-le refroidir.
- 2) Cassez les œufs dans une terrine, salez-les et battez-les en omelette. Incorporez ensuite, en continuant de battre à la fourchette, la levure, la crème fraîche et petit à petit la farine. On obtient une pâte lisse.
- 3) Beurrez copieusement un moule à cake. Versez-y la pâte. Otez la peau du saucisson, posez-le sur la pâte en appuyant un peu pour qu'il s'y enfonce. Laissez reposer 20 minutes.
- 4) Allumez le four (th. 6-200°), 10 min avant le début de la cuisson. Enfournez le moule et laissez cuire 40 minutes.
- 5) Pour servir, démoulez le saucisson en brioche sur le plat de service.
- 6) Découpez et garnissez avec de la salade verte.

Bon  Apétit!

QUOI DE NEUF DANS NOS LOCAUX



Jean
MOUGENOT
AMP

Q
U
O
I

D
E

N
E
U
F

?

FIN RÉFECTION PEINTURE HALL :

Après avoir pris un peu de retard, l'équipe d'entretien vient de terminer la réfection des peintures du hall, ainsi que celles du sas d'entrée qui en avait également bien besoin.

POSE RIDEAUX OCCULTANT AU COIN SALON :

Les grandes baies vitrées du coin salon apportant trop de luminosité pour nos animations et nos diverses manifestations, le service entretien a posé de grands rideaux de scène occultants.



Ceux-ci donneront un confort visuel aux résidents qui se plaignaient régulièrement d'être gênés par la luminosité.

RÉORGANISATION DE LA SALLE À MANGER :

Dans le cadre d'un meilleur accompagnement, d'une surveillance et aide aux repas des résidents, nous avons procédé à une réorganisation des plans de table en salle à manger.

Les résidents, dorénavant, prennent tous leur repas en salle à manger.



Cette réorganisation simplifie le travail des infirmières dans la distribution des médicaments, permet aux soignantes d'apporter une aide individuelle à la prise des repas, mais aussi, d'avoir une surveillance générale sur l'ensemble des résidents en cas de soucis (Ex : fausse route.....).

RÉFECTION TOIT TERRASSE BELVÉDÈRE :

Après la réfection du toit terrasse de la salle à manger, nous avons fait à nouveau appel à l'entreprise « VIARD étanchéité » pour la réfection d'une partie du toit terrasse du secteur du belvédère pour un montant de : 26.280 €.

Les fuites ayant occasionné des dégâts au niveau d'une des chambres, une partie du plafond a dut être refaite.

CHANGEMENT DU LAVE-VAISSELLE :

Notre vieux lave-vaisselle montrant des signes de faiblesse vient d'être changé. Ce nouvel appareil est entièrement automatique : le capot s'ouvre et se ferme seul entre chaque cycle de lavage, ce qui limitera les manutentions répétitives au personnel de plonge.

Le coût de ce lave-vaisselle est de : 16.500 €.



CONSEIL DE LA VIE SOCIALE : CVS



**Patricia
HOCHET ROYER**
Secrétaire de
Direction

C
O
N
S
E
I
L

D
E

L
A

V
I
E

S
O
C
I
A
L
E

Début d'année 2024, l'EHPAD a réalisé des élections au sein du CVS, suite au décès en fin d'année de Madame Colette MARY, qui en avait la présidente.

Le mandat des membres élus ou désignés a une durée de trois ans.

Lorsqu'un usager quitte définitivement l'établissement, il est mis fin à son mandat. Il est également mis fin, le cas échéant, au mandat de son parent représentant des familles.

Lors des réunions du CVS, **La Présidente** siège avec le Directeur à la réunion et veille à ce que les membres puissent s'exprimer lors de celle-ci. Les informations, ou réclamations et/ou suggestions sont à fournir à la Présidente.

Elle est la porte-parole des usagers auprès de l'administration.

La Vice-Présidente la remplacera et siègera seulement en son absence.

L'ordre du jour est préparé par le Directeur de l'établissement en lien avec la présidente du CVS. Il est communiqué avec la convocation de la séance qui précise la date, l'heure et le lieu de la réunion, au moins 15 jours avant la séance prévue, aux membres du conseil de la vie sociale. La secrétaire de direction avec l'animatrice coordinatrice et la Présidente du CVS invitent les résidents à une réunion de préparation du CVS afin que chacun puisse s'exprimer.

Le Conseil de Vie Sociale est un lieu d'échanges et de rencontres. Il permet d'entendre la voix à la fois des résidents et des salariés. Les résidents sont au cœur de ce dispositif ; à travers vos remarques, idées, questions... Il apaise le climat général et améliore la qualité de vie dans l'établissement.

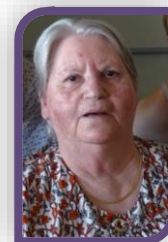
La Présidente du Conseil de la Vie Sociale

- ✚ Madame BOUSSET Paulette (élue en 2024)



La Vice Présidente du Conseil de la Vie Sociale

- ✚ Madame LEPIN Christiane (élue en 2024)



Les représentants des personnes accueillies de l'établissement

- ✚ Madame BALLINGER Liliane (élue en 2023)
- ✚ Madame BOUVERET Suzanne (élue en 2023)
- ✚ Madame DEQUINCEY Arlette (élue en 2023)
- ✚ Madame LEONARD Marie-Claude (élue en 2023)
- ✚ Monsieur MONGIN Bernard (élu en 2023)
- ✚ Madame MORALDO Anne-Marie (élue en 2023)
- ✚ Madame PERNIN Paulette (élue en 2023)

Les représentants des familles de l'établissement

- ✚ Madame CHALANDRE Claude (élue en 2023)
- ✚ Madame CLEMENCOT Sylvie (élue en 2023)
- ✚ Monsieur GAUCHER Gilles (élue en 2023)

Le représentant du personnel de l'établissement, membre de Comité Social et Economique

- ✚ Monsieur Jean MOUGENOT, secrétaire

Les représentants de l'organisme gestionnaire

- ✚ Monsieur Patrice DEBRAY, Président de l'Association (depuis mai 2024)



**Jean-Marie
DEMOLY**
Médecin
Coordonnateur

L
A

D
É
N
U
T
R
I
T
I
O
N

LA DÉNUTRITION CHEZ LA PERSONNE ÂGÉE

La dénutrition sévère chez une personne de plus de 70 ans se définit par :

- Une perte de poids supérieure à 20 % du poids de référence en 6 mois,
- Ou une perte de poids supérieure à 15 % en 6 mois associée à une hypoalbuminémie inférieure à 35 g/l
- Ou une perte de poids de plus de 10% en 6 mois associée à une baisse de l'albumine sanguine inférieure à 30g/l,
- Ou un IMC inférieur à 16 (poids/taille²)

Les risques encourus :

- *chutes par perte musculaire
- *ostéoporose et fractures
- *infections
- *troubles de mémoire
- *troubles cutanés et retard de cicatrisation d'escarres
- *décès

Les causes :

- *Maladie générale à l'origine de perte de l'appétit : infections, maladies inflammatoires.
- *Affection buccale ou dentaire, prothèse dentaire inadaptée, bouche sèche.
- *Troubles neurologiques : perte de goût, tremblement, trouble de déglutition.

*Troubles musculosquelettiques : arthrose, douleurs, force musculaire.

*Environnementale : isolement, difficultés économiques, préparation et qualité des repas.

*Psychologiques : dépression, idées reçues (manger n'empêche pas le sommeil !), régime inadapté

*Troubles digestifs : reflux, vomissements, douleurs abdominales, constipation.

*Traitements mal suivis ou inadaptés (goût des traitements pilés, sécheresse de bouche par exemple)

Les aides et les solutions possibles :

*Repas variés et présentation agréable.

*Bon état bucco-dentaire.

*Adaptation des couverts et des textures, coupé fin, mixé.

*Hydratation.

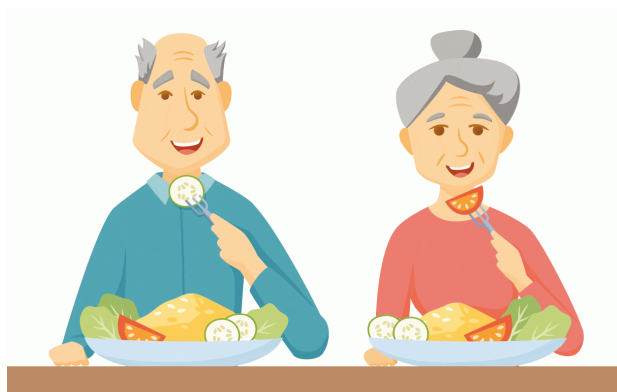
*Regard sur les traitements.

*Compléments alimentaires et repas enrichis.

*Repas fractionnés, aide aux repas à domicile.

*Traitement des maladies sous-jacentes et des épisodes dépressifs.

En somme, le bien-être commence dans l'assiette et bien manger contribue à une bonne santé.



JOURNAL D'ALICE

LES VACANCES (MÈMÈRE GEORGETTE À ALICE)



Nous retrouvons notre chère Alice (8 ans) et ses aventures !!

-Coucou Mémère Georgette !

-Coucou Alice ! Mais, dis-moi, c'est bientôt « les grandes vacances » ?

-Oui, et toute la famille part 3 semaines au Canada. Je ne suis pas très enthousiaste.

-Ah ! Bon ? Pourquoi ?

-J'ai l'impression que l'on va devoir faire tout très vite. Il faut en avoir pour son argent !!! C'est papa qui dit ça et moi, je n'ai pas envie de courir tout le temps !!! Mémère Georgette, c'était aussi comme ça avant ?

-Hum !, de mon temps, pas du tout. Alors écoute je vais te raconter une histoire.

« Quand les quatre compères arrivèrent sur la place et poussèrent la porte de l'unique bistrot du petit village, la clochette retentit et alerta Madame Ginette. Depuis son comptoir, elle leur lança un joyeux : « Bonjour ! Comme d'habitude ? ». Georges leva la main en signe d'acquiescement. Les chaises en bois raclèrent le sol carrelé et ils s'installèrent à leur place habituelle près de la grande fenêtre. Madame Ginette leur porta quatre cafés et le jeu de cartes.

Le bus de la ville, au moteur ronflant, accrochait ses roues aux cailloux du raidillon et déboula en soufflant sur la place. Les portes s'ouvrirent et avalèrent les voyageurs qui descendaient dans la vallée.

Il reprit sa route, laissant sur la place une très jolie inconnue avec baskets et sac à dos. Elle fit un tour sur elle-même lentement et se dirigea vers la fontaine. Elle but l'eau de source dans la coupelle de ses deux mains jointes, s'assit sur le bord du bassin dont elle troubla l'onde, faisant jaillir des gerbes d'eau et offrit son visage au soleil qui se hissait derrière les montagnes.

La partie de cartes ralentit. Les lorgnons glissèrent le long de leurs nez. Chacun observait, mine de rien, incrédule, gardant ce joli moment pour lui seul. Par petits clins d'œil furtifs, ils ne voulaient manquer, pour rien au monde, cette scène inattendue et si charmante.

Madame Ginette, qui avait bien compris leur manège, souriait malicieusement.

Quand la Belle quitta la place, la partie s'accéléra, mais personne n'était « dans le jeu ». Elle fut écourtée. Ils firent le tour du village prétextant qu'une balade matinale leur ferait le plus grand bien.

Mais Elle avait disparue !

La journée parut longue jusqu'à ce qu'ils se retrouvent à l'apéro. Ils avaient repris leur place quand ils la virent s'asseoir au bord de la fontaine.

Le car arriva à l'heure, recrachant ses voyageurs qui, têtes baissées, d'un pas rapide, regagnaient leur domicile. Quand le car s'en alla, la place était déserte.

Les jours suivants, c'est le cœur battant, qu'ils attendirent le car, en priant Dieu qu'il fit revenir la belle ingénue à la fontaine souvent, oui, très souvent. »

-Mémère Georgette, ils ne l'ont jamais revue ?

-Non, Alice, Mais j'ai entendu dire qu'un certain Georges Brassens lui avait composé une très jolie chanson.

-Mais moi, je ne l'ai jamais entendue ?

-Ecoute Alice, elle dit :

Dans l'eau de la claire fontaine, elle se baignait toute nue

Une saute de vent soudaine, jeta ses habits dans les nues.

En détresse elle me fit signe, pour la vêtir d'aller chercher

Des monceaux de feuilles de vigne, fleurs de lis et fleurs d'oranger

Avec des pétales de rose un bout de corsage lui fis

La belle n'était pas bien grosse, une seule rose a suffi

Avec le pampre de la vigne, un bout de cotillon lui fis

Mais la belle était si petite qu'une seule feuille a suffi etc...

Le jeu dut plaire à l'inconnue car à la fontaine souvent

Elle alla se baigner toute nue en priant Dieu qu'il fit du vent

Qu'il fit du vent !!!

-Alice, il faut savoir parfois bien regarder, observer autour de soi pour se faire de très jolis souvenirs qui durent toute une vie !!!!

-Même en allant au Canada ???

P.S. Finalement, écrire ses souvenirs, c'est super ! Merci Georges.

Alice

Texte Annie Laurent-Beurey





Delphine
NARDELLA
Animatrice
Coordinatrice

T
E
M
P
S

F
O
R
T
S

CONCERT ÉRIC CUISINIER

Mardi 30 janvier, nous avons eu le privilège d'avoir un concert de notre cuisinier Eric. Il nous avait concocté un beau répertoire avec des chansons de Renaud. Une interprétation que nos habitants ont bien apprécié !! A renouveler !!



THÉ DANSANT AU ROCHER

Mardi 06 février la résidence du Rocher nous avait convié à un thé dansant organisé dans leur établissement en compagnie des autres structures du bassin graylois. Un après-midi rythmé au son de la guitare de Piero. Les déhanchés de jambes étaient au rendez-vous !!!





APRÈS MIDI SAINT VALENTIN

C'était un beau rendez-vous de la Saint Valentin préparé par les élèves du lycée Ste Marie **Jeudi 15 février** au sein de l'EHPAD. Les jeunes avaient tout organisé pour permettre aux habitants de passer un agréable moment et se remémorer quelques souvenirs d'époque (1^{er} amour, 1^{er} baiser...) à travers un quizz. La piste de danse et de chants aménagée pour l'occasion, à permis à chacun de venir prendre du bon temps. Une très belle initiative de la part des élèves et des professeurs !!!



CARNAVAL



Le traditionnel Carnaval de l'EHPAD s'est déroulé **Mercredi 21 Février** en compagnie des enfants du personnel. Cette rencontre intergénérationnelle fut animé par Denis le magicien, qui a conquis l'assemblée présente. Les habitants avaient pour mission d'élire le plus beau costume parmi les enfants présents. Une tâche pas facile, car les enfants étaient tous plus beaux les uns que les autres....La journée s'est clôturée par le goûter avec les traditionnels beignets.



RESTAURANT PÉDAGOGIQUE À MEMBREY

Ouvert depuis l'automne 2023, nous sommes allés tester le restaurant pédagogique de Membrey **Mardi 05 Mars**. Au service ou dans la cuisine, tenue par un chef expérimenté, se côtoient des jeunes en situation de handicap, des apprentis ou des mineurs non accompagnés. Nous avons été agréablement surpris par l'ambiance chaleureuse des locaux, l'accueil et la qualité du repas proposé. Il va s'en dire que ce lieu a un bel avenir devant lui.....



LA CHEUCHEU COURNOT



Vous l'avez certainement entendu au moins une fois sur les ondes FM ou à la télévision, la fameuse « Cheucheu ». A l'origine, la Cheucheu est partie d'un sketch sur la chenille. Nous avons relevé le défi de revisiter cette chorégraphie avec quelques résidents et membres du personnel. « La Cheucheu Cournot » est ainsi née !!! Merci à toutes les personnes qui ont acceptées de jouer le jeu pour ce clip vidéo !!! Si vous ne l'avez pas

encore fait, rendez-vous sur « youtube » pour visionner notre clip « La Cheucheu Cournot ».

CENTENAIRE



Madame Marie ROYER a fêté ses 104 ans Jeudi 21 mars !!!



LE QUADRILLE DU VAL D'AMOUR



Mardi 12 mars, le service animation avait convié l'association Le Quadrille du Val d'Amour pour un après-midi danses, ambiance XIX -ème siècle en costumes d'époque. Un programme étoffé et dynamique a été proposé aux résidents : Quadrilles, polka, mazurkas, vales... Pour l'occasion, l'EHPAD avait convié les autres structures du bassin Graylois, à savoir : Les Capucins, l'Hôtel Dieu, Champlitte, Le Rocher,

Eliad, La Clinique de Beaujeu et Montagney. Un moment festif et convivial, très apprécié par les aînés !!!

ANIMATIONS SURPRISE

Le service animation a mis en place des animations surprise en remplacement des repas surprise qui ne peuvent plus avoir lieu, faute de budget... Un après-midi Pâques et une kermesse se sont déroulés sur les mois

de Mars et Avril. Pour agrémenter l'après midi, les animateurs portent un costume en fonction de l'activité !!! Qu'ils sont bons ces moments de fous rires !!! Mais quelle sera la prochaine animation surprise ???



Ne perds pas ton
sens de l'humour.
C'est ta seule arme
contre le sérieux
de la vie.

RENCONTRE GRAY'NE D'ÉVEIL

Un beau temps de rencontres intergénérationnelles s'est déroulé le **Mardi 26 mars** à la crèche Gray'ne d'éveil à Gray. Habitants et enfants ont fait connaissance pendant les activités d'éveil et le goûter. Une belle complicité s'est créée entre ces deux générations !!!



RESTAURANT GRENOUILLES



C'est une belle tablée qui s'est réunie **Mardi 9 avril** au restaurant de la plage à GRAY pour manger les Grenouilles. Un temps convivial que l'on renouvelle chaque année et qui a toujours autant de succès !!!

RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONNELLES

Lundi 13 et Mercredi 15 mai ont eu lieu pour la 1^{ère} fois deux rencontres avec quelques élèves du Lycée Fertet et du Lycée Cournot. C'est le Rotary Club de Gray qui fut à l'initiative de ce projet visant à favoriser les échanges et la compréhension mutuelle entre les anciens et les jeunes. Le programme était varié : théâtre, chants, chansons, sketches. Toutes ces attentions ont été très appréciées par nos habitants.



BOWLING À BESANÇON



A la demande des habitants, nous avons renouvelé cette année la sortie au Bowling de Besançon **Jeudi 16 mai**. Pour l'occasion, une classe d'élèves du lycée Ste Marie avait fait le déplacement pour se joindre à nous. Une belle complicité entre les élèves et les habitants était présente. Monique 88 ans, a pu découvrir pour la 1^{ère} fois l'univers du bowling, elle était ravie. Comme quoi, il n'y a pas d'âge pour vivre de nouvelles expériences !!!! Chacun est rentré enchanté de cette expédition !!

TOURNOI INTER ÉTABLISSEMENT



Pour la 16^{ème} année consécutive, s'est déroulé le tournoi inter établissement **Mardi 28 mai**. 8 structures du bassin Graylois (L'Hôtel Dieu, les Capucins, Cournot Changey, Champlitte, Gy, Le Rocher, l'accueil de jour Eliad et la clinique de Beaujeu) se sont réunis pour s'affronter lors d'activités physiques et mémoire. Chaque établissement représentait un pays afin de respecter

le thème de cette année : **Les Jeux Olympiques**

Après quelques efforts et de la détermination, l'équipe de Cournot qui représentait l'Autriche a remporté la médaille d'argent avec 289 points !! Félicitations !!

Le classement :

- N°1 : Hôtel Dieu, 300 points
- N°2 : Cournot Changey, 289 points
- N°3 : Les capucins, 286 points
- N°4 : Beaujeu, 284 points
- N°5 : Champlitte, 266 points
- N°6 : Le Rocher, 261 points
- N°7 : Eliad, 236 points
- N°8 : Gy, 225 points



REMISE DE CHÈQUE LA GRAYLOISE

Nous remercions chaleureusement « La Grayloise » pour le Don de 6.750 € accordé à l'EHPAD **Samedi 15 Juin**. Cette belle enveloppe va nous permettre l'achat, d'un pousse seringue électrique, d'un plaid sensoriel et d'un appareil pour aider à relever les résidents lors d'une chute. Encore merci pour le dévouement et l'engagement de Maria Charton et l'ensemble des bénévoles.



REPAS CHAMPÊTRE

Un repas champêtre a eu lieu **Vendredi 21 juin**, jour de l'été et de la fête de la musique. Pour l'occasion, familles, résidents et personnel de l'EHPAD se sont retrouvés dans une ambiance festive animée par le groupe de musique Los Touristos. Bottes de paille, foin, poules, lapins...un décor complètement dans le thème. Nos résidents nous ont fait la surprise d'interpréter une chanson de leur composition. Un moment très émouvant pour l'équipe... le service animation nous avait également préparé une petite mise en scène avec le retour d'Albert et sa compagne Suzette.... Un bon moment de rigolade. Une journée bien remplie avec un excellent repas préparé par nos cuisiniers !!!



En Chiffre

4.260 €



C'est le montant accordé par la conférence des financeurs du département de la Haute Saône pour la mise en place de séances de musicothérapie.

40 séances d'1h30 se dérouleront en alternance au PASA et dans les chambres des résidents les plus isolés. 22 résidents, pourront ainsi en bénéficier . Celles-ci seront animées par Caroline MILLET, Musicothérapeute et également infirmière, qui intervient déjà pour ce projet depuis plusieurs années au sein de l'EHPAD.

Merci au Département de Haute Saône de permettre à nos résidents de bénéficier à nouveau de cette prestation.



QUE SE PASSE-T-IL LA NUIT À COURNOT-CHAGNEY?



Stéphane LEONARD
Veilleur de nuit

L
E

T
R
A
V
A
I
L

D
E

N
U
I
T

Les mythes et légendes voudraient que je vous conte une histoire de fantôme où la marquise de COURNOT-CHAGNEY déambule dans les couloirs de l'établissement, rassurez-vous, il n'en est rien. Promis, vous pouvez dormir tranquille, de mémoire de soignants de nuit, nous n'avons encore jamais rencontré la marquise, ni autres fantômes d'ailleurs !!! Vous êtes souvent curieux de savoir ce qui passe pendant votre sommeil, nous allons donc vous raconter et vous dévoiler les coulisses des nuits à COURNOT-CHAGNEY à travers ce petit reportage sur notre métier de soignant de nuit...

Mais avant, brève présentation du service de nuit de l'établissement. Toutes les nuits 7/7 et 365 jours par an, de 20h30 à 6h30, ils sont cinq soignants à composer les deux équipes du service de nuit.

Communément appelée, « l'équipe des filles et l'équipe des garçons ». Léontine MOUGET, Léa REGAZZONI, Delphine ACHAINTE-VITAL (Remplaçante), Stéphane LEONARD et David LOPEZ sont les seules entités bizarres que les habitants de Cournot-Changey peuvent croiser la nuit...



David LOPEZ, Delphine ACHAINTE-VITAL, Stéphane LEONARD, Léontine MOUGET et Léa REGAZZONI

Honneur à l'ancienneté dans le service et aux filles. J'ai interrogé pour vous mes collègues, David, qui exerce depuis plus de 20 ans au sein de l'EHPAD comme agent de soin, Léa et Léontine notre binôme des filles.

David, que représente ton métier ?

Être soignant de nuit, c'est d'abord un choix personnel où je peux exercer et appréhender toutes les facettes du métier de soignant, autant au niveau de l'accompagnement physique et psychologique, que sur des gestes techniques avec la gestion des urgences par exemple. Être de nuit me permet d'utiliser toutes les compétences qui sont demandées à un soignant. La nuit, nous gérons à deux, un petit village de 76 personnes vulnérables. Des personnes fragiles qui ont pourtant eu une vie active, bien remplie et qui aujourd'hui s'en remettent à notre bienveillance pour aller sereinement jusqu'au dernier "grand voyage". C'est bien plus qu'un métier, c'est vraiment une vocation !!!

Léa, tu es agent de soin, peux-tu nous dire le déroulement de tes nuits ?

Il y a une fiche de poste à suivre pour les tâches et le déroulement de la nuit, ainsi que des protocoles à appliquer pour les soins et les décès, c'est notre ligne de conduite, nous devons nous y tenir. Ce qu'il faut savoir est que nous nous adaptons à nos habitants et à la situation du moment. Honnêtement, il n'y a pas une nuit identique, nous devons nous adapter sans cesse... Continuité des soins après les équipes de journée, nous nous devons de retenir et maîtriser les habitudes, les pathologies, les antécédents médicaux, les protocoles et les traitements de chacun d'entre eux. Nous sommes les oreilles et les yeux des infirmières, des médecins régulateurs du Centre 15.

Nous voyons nos collègues de journée 10 minutes par jour, pour nous transmettre les éléments de la journée, c'est la fin de poste pour elles et le début pour nous. Nous avons 10 minutes pour adapter rapidement notre plan de soins pour coller au plus près des besoins et attentes des habitants. Sur les recommandations des infirmières, nous agissons. A deux, nous travaillons dans l'ombre, nous devons au quotidien prendre des initiatives et des responsabilités puis rendre compte quand le matin arrive.

Léontine, tu es aide-soignante avec une spécialité d'Assistante de soins en gériatrie, concrètement, la nuit, vous faites quoi ? Certains disent que vous dormez ! (Rire... puis avec le sourire)

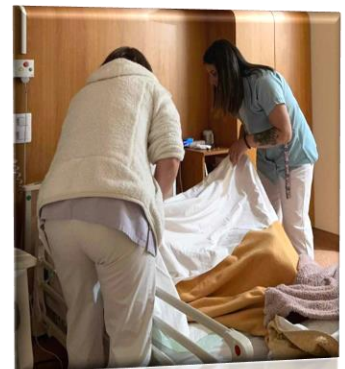
Dormir !! Ça paraît compliqué, les nuits restent très souvent mouvementées et rythmées par les sonnettes d'appels des habitants. *(En reprenant son sérieux)* Plus sérieusement... Nous faisons des tournées de surveillance. En première partie de nuit, nous avons quelques couchés, la distribution des traitements de nuit, au préalable préparés par nos infirmières. Nous organisons pour nos habitants leur confort de sommeil entre soins de nursing, des temps d'écoute avec nos habitants qui ne dorment encore pas, nous veillons à ce que les éléments de sécurité soient en place dans chaque chambre (Exemples : barrières, lumière de lit etc.), et dans les couloirs (portes extérieures fermées, dégagement des couloirs, applications des consignes de sécurité incendie).



Tournée des soins de nursings et des coucher



Distribution des traitements de nuit



Aide au coucher



Temps d'écoute avec une habitante

Au cours de la nuit, nous devons également prévoir un temps pour la préparation de chariots petits déjeuners, le ménage de la salle de restauration, de l'ascenseur, de l'infirmierie et des sanitaires.



Ménage, entretien ascenseur et salle de restauration



Préparation des plateaux du petit déjeuner

Pendant notre dernière partie de nuit, à la lueur des lumières de veille, nous ouvrons discrètement les portes pour avancer à pas de chat jusqu'au chevet des habitants pour une dernière fois s'assurer de leur sommeil.

Le déroulement de nos nuits dépend également d'autres paramètres, nous sommes amenés à faire des surveillances spécifiques telles que les constantes vitales (Tension Artérielle, pouls, saturation en oxygène, température, surveillance neurologique...) en fonction des problèmes médicaux qui se sont déroulés sur la journée, les retours d'hospitalisation ou les hospitalisations que nous sommes susceptibles de faire au cours de la nuit. (Chute, malaise de toute nature ou autres situations d'urgence).

A ce sujet, en plus des recommandations de nos infirmières, des médecins traitants ou coordinateurs, nous sommes en relation directe avec le Centre 15 pour nous apporter un avis médical ou une réponse médicale d'urgence.



Prise des constantes des paramètres vitaux



Appel de la régulation médicale (centre 15)

Léa, dis-moi, les habitants, ils vous préviennent comment quand ils ont besoin ?

Ils savent que nous sommes là, reliés à eux par ce petit bouton rouge de la sonnette, qui nous indique qu'ils ont besoin de nous. Nous effectuons également nos rondes pour détecter les demandes ou les détresses passées hors sonnettes.

Une habitante a trouvé le temps long à un appel... David, la nuit, vous devez de répondre à toutes les sonnettes ?

Bien sûr, c'est primordial. Ce qui est compliqué pour nous, c'est la disponibilité de réponse. En fonction du nombre de sonnettes et des soins, nous sommes obligés de faire des priorités de réponse en fonction des degrés d'urgence, ce qui n'est pas évident à déterminer. C'est toujours une pression que nous nous mettons, de se savoir à gérer plusieurs situations en même temps alors que des habitants attendent au bout de la sonnette. A deux pour les quatre secteurs, c'est compliqué de pouvoir déléguer les réponses. Nous nous efforçons de faire au plus rapide.

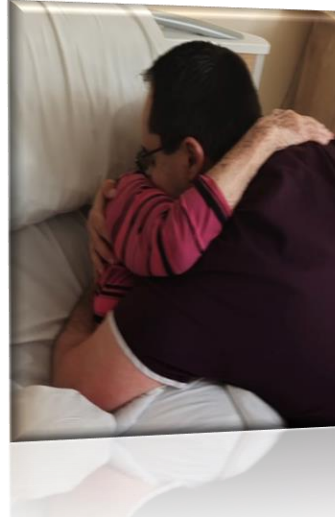
Léontine, qu'est-ce qui est le plus compliqué pour toi ?

Comme mes collègues, la fin de vie... Quand arrive la fin de vie, nous sommes toujours présents. De soins de confort, en passant par la gestion des angoisses, prendre le temps de tenir une main, d'écouter, d'apaiser, nous sommes toujours là pour nos habitants. L'appel nocturne à la famille pour annoncer l'impensable, un moment toujours compliqué, accueillir les familles pour une dernière présence auprès des leurs, nous sommes toujours là. D'ailleurs, pour beaucoup de familles, ils ne connaissent pas notre visage et le découvrent qu'à ce moment terrible pour eux. Pas toujours facile de rester professionnel face à la mort, entre écoute des familles et larmes, nous nous devons d'être là. Nous ne les laissons pas partir, quitter une dernière fois les portes de notre établissement sans leur rendre hommage et les apprêter, dans la dignité pour un dernier au revoir...



Eh David, dit moi, entre nous, qu'est-ce qui fait tenir un soignant de nuit ?

C'est très simple, ce que nous disent et nous redonnent nos habitants en échange. Ici, tout le personnel de nuit est unanime... Comment résister quand des habitants nous appellent "les anges de la nuit", "les gardiens de leur sommeil" ou "gardien de leurs rêves", certains disent de nous que nous sommes une lumière dans le noir... Voilà, ce qui fait tenir LES SOIGNANTS de nuit...



Le plus beau des mercis !!!!!

Pour conclure, je vous donne le petit mot de la fin

J'aime mon métier, parce qu'il est beau, parce qu'il est humble, parce qu'il me confronte à la réalité de la vie, cette vie, au final si courte, parfois si difficile mais aussi, si belle... Stéphane

*Merci à mes collègues de nuit pour leur participation
« A tous les soignants de nuit qui s'effacent le jour venu »*

MAIS AU FAIT !!! VOUS SAVEZ QUI SONT LES LUTINS DU PÈRE NOËL DES HABITANTS DE COURNOT ?





Jean MOUGENOT
AMP

S
P
O
R
T

SPORT !!!

La 12-ème édition de la **Marche Course la Grayloise**, organisée par Maria CHARTON au profit du cancer du sein, a eu lieu **dimanche 10 mars**. Cette année encore, le nombre d'inscrits pour cette manifestation était très élevé.

L'EHPAD Cournot-Changey, par le biais de quelques membres du personnel, a apporté également sa contribution pour cette belle cause qu'est la recherche pour le cancer du sein, à raison de cinq euros par personne.

Le CSE a également participé à cette cause en doublant le montant de la contribution.

Le don total versé à la Grayloise cette année, est de 200 Euros.

Félicitation aux membres du personnel qui ont participé à cette manifestation et un grand merci à tous les membres de leur famille qui se sont joint à eux.

Nous vous donnons dès maintenant, rendez-vous pour l'année prochaine !!



Cette année, les traditionnelles **Boucles du Val de Saône** ont eu lieu dimanche 17 mars.

La fine équipe sportive de l'EHPAD ; Frédéric MEUNIER, Directeur ; Delphine NARDELLA, Animatrice coordinatrice ; Dominique RUI, compagnon de Delphine et Jean MOUGENOT, AMP, ont de nouveau chaussé les baskets.

Ils ont été rejoints par Valérie JOSSET, Psychologue, et ont pris le départ ensemble, à 13h40 à la Halle Sauzay.

Ce ne sont pas moins de 335 participants qui ont foulé les 10 km de bitume sous une météo très clémente, compte tenu des jours précédents.

Le classement final est le suivant :

1. **Frédéric MEUNIER** ; dossard 790 ; 49 min 40.
2. **Delphine NARDELLA** ; dossard 1006 ; 53 min 35.
3. **Dominique RUI** ; dossard 836 ; 53 min 35, execo.
4. **Jean MOUGENOT** ; dossard 801 ; 56 min 05.
5. **Valérie JOSSET** ; dossard 981 ; 1 h 7 min 21.

Nous adressons toutes nos félicitations à nos vaillants sportifs et leur donnons d'emblée rendez-vous pour l'année prochaine avec, pourquoi pas, un autre défi.....

Un grand merci à notre plus grand fan club, les résidents, qui sont venus nous encourager !!!





Tiphaine
CARLOT
Assistante Ressources
Humaines

N
I
N
A

S
I
M
O
N
E

NINA SIMONE L'ICONE ENGAGÉE DU PLANO NOIR

Dans le monde du jazz et de la musique en général, peu de noms brillent aussi intensément que celui de Nina Simone. Pianiste virtuose, chanteuse puissante et militante engagée, elle a transcendé les frontières musicales pour devenir une icône intemporelle de la lutte pour les droits civils et de la culture noire.

Nina Simone est née Eunice Kathleen Waymon le 21 février 1933 en Caroline du Nord, dans une époque et un lieu marqué par la ségrégation raciale. Dès son plus jeune âge, elle a été confrontée à l'injustice et à la discrimination, mais elle a également été encouragée par sa famille à poursuivre sa passion pour la musique. Son talent exceptionnel au piano lui a valu une bourse pour étudier à la prestigieuse Juilliard School à New York.



Cependant, malgré ses compétences musicales exceptionnelles, Nina Simone a été confrontée au racisme systémique qui régnait dans l'industrie de la musique. De nombreux clubs où elle jouait refusaient de la laisser chanter en raison de sa couleur de peau. Mais plutôt que de se laisser abattre, elle a canalisé sa colère et sa frustration à travers sa musique, devenant ainsi une voix puissante pour le mouvement des droits civiques.

Ses chansons empreintes de passion et de douleur, comme "Mississippi Goddam" et "To Be Young, Gifted and Black", sont devenues des hymnes pour la lutte contre l'oppression raciale. Avec sa voix envoûtante et son jeu de piano magistral, Nina Simone a captivé des audiences à travers le monde et a inspiré des générations entières d'artistes et de militants.

En plus de son héritage musical indéniable, Nina Simone a utilisé sa plateforme pour défendre les droits des Afro-Américains et lutter contre les injustices sociales. Elle était une figure centrale dans le mouvement des droits civiques aux États-Unis, travaillant aux côtés de leaders comme Martin Luther King Jr. et Malcolm X.



Malgré les défis et les obstacles qu'elle a rencontrés tout au long de sa vie, Nina Simone a laissé un héritage indélébile dans le monde de la musique et de l'activisme. Son courage, sa passion et son engagement en font une figure emblématique, non seulement pour la communauté noire, mais pour tous ceux qui luttent pour la justice et l'égalité. Nina Simone restera à jamais une légende, une pionnière dont la musique continue d'inspirer et de transformer le monde.

**"JE N'AI JAMAIS
ENVIÉ
QUICONQUE
POUR SON ARGENT
OU SA RÉUSSITE,
MAIS J'AI TOUJOURS
ENVIÉ LES GENS
LIBRES POUR LEUR
LIBERTÉ."**

Nina Simone

LA GYM DOUCE



Margot
TISSERANDOT
Aide-Soignante

L A G Y M D O U C E

A la maison de retraite, nous avons la chance d'avoir l'intervention de plusieurs kinésithérapeutes à temps partiel. Parmi eux, Anne Sabine Guillemot, diplômée kinésithérapeute depuis 25ans et en activité au sein de notre établissement depuis ses débuts. Elle est présente dans notre structure 4 matins par semaine, le reste du temps elle exerce en cabinet libéral. Son temps de présence à la maison de retraite représente ses seuls moments où elle exerce à domicile.

Lors de sa présence auprès de nos aînés, elle ne se contente pas des prises en soin individuel auprès de nos habitants qui le nécessitent, Anne Sabine propose aussi un temps collectif, la gym douce.

En effet, dès son arrivé à la maison de retraite, elle reprend l'animation de la gym douce les jeudis à 10h45. Chaque jeudis matin, un groupe composé d'une quinzaine de nos habitants se réunit au coin salon afin de profiter des exercices proposés par Anne Sabine.

En prenant en compte l'ensemble des personnes présentes, elle met en place une série d'exercices qui, tout en restant assis, permet de mobiliser les membres inférieurs et supérieurs. Ce qui est mis en place vise aussi à faire travailler la coordination, en utilisant uniquement des mouvements pouvant être réalisés dans la vie de tous les jours. Cela permet aussi de prévenir les pathologies articulaires mais aussi de maintenir l'autonomie.



Aucune obligation pour nos habitants, ceux qui le souhaitent peuvent venir participer au coin salon, même ponctuellement, un jeudi de temps en temps. La régularité dans les exercices proposés permet à ceux qui souhaitent venir de connaître les mouvements qui sont demandés. D'ailleurs certains d'entre eux ne ratent jamais la séance de gym douce qui leur est proposée, ce qui devient un rituel hebdomadaire ou chacun retrouve sa même place et participe avec toujours autant d'entrain aux exercices proposés.

Si vous avez envie de partager une séance de gym dans la bonne humeur avec douceur dans un groupe motivé, n'hésitez pas à venir chaque jeudi matin.

Pour ne pas rater le rendez-vous, les horaires sont indiqués dans le programme d'animation qui vous est remis chaque début de semaine.



ÉCLAIRAGE SUR LA DÉMARCHE HUMANITUDE À COURNOT-CHANGEY



Valérie JOSSET
Psychologue

L
A

D
É
M
A
R
C
H
E

H
U
M
A
N
I
T
U
D
E

Vous en entendez certainement parler, notre EHPAD Cournot-Changey souhaite aller plus loin dans sa démarche de bientraitance et s'appuyer sur la philosophie et les techniques Humanitude.

L'humanitude c'est d'abord l'ensemble des particularités qui permettent à un Homme de se reconnaître dans son espèce : l'humanité. Plus précisément qu'est-ce que cela signifie ?

Nos premiers pas vers la démarche... pour vous aider à mieux à comprendre

Tout a commencé le 02 mai 2023... Sous l'impulsion de quelques professionnels, nous sommes allés visiter l'EHPAD du Séquoïa à Illzach (près de Mulhouse), établissement public créé et présidé par la commune, labellisé « Humanitude depuis plusieurs années.

Cet établissement accueille une population similaire à la nôtre, et sur l'initiative de certains professionnels sensibilisés à la démarche Humanitude, il nous est apparu intéressant d'échanger sur la démarche de formation et de labellisation, ainsi que ses applications au sein d'un EHPAD. Cela nous a permis d'alimenter notre réflexion sur l'utilisation de cette « philosophie, « éthique » à Cournot-Changey, afin de soutenir notre démarche de bientraitance.

Il y a donc un an, le Directeur, l'infirmière coordinatrice, la responsable hôtelière, l'animatrice, Stéphane et Isabelle (intervenant au PASA) ainsi que la psychologue sont allés à la rencontre de cet établissement et des professionnels qui y travaillent.

La démarche Humanitude à Cournot-Changey

L'Humanitude est à la fois **une philosophie de soin** : « le prendre soin » (par tous les professionnels, car le « prendre soin » est l'affaire de tous) et **une méthodologie de soin**.

Suite à notre visite d'établissement, nous avons rencontré, dans le courant de l'année dernière, les professionnels de l'Institut Gineste-Marescotti pour échanger sur ce projet, et pris ensuite la décision (en lien avec le Conseil d'Administration) de s'engager dans cette démarche par le biais de formations sur 3 ans.

Le groupe de Pilotage composé de différents membres du personnel a pu recevoir une première formation cet hiver 2024. D'autres formations plus pratiques et spécifiques ont suivi pour une partie des membres du personnel et d'autres auront lieu prochainement.

Projet(s) Humanitude

L'Humanitude est une démarche de projet(s).

Elle fait appel :

- au respect de l'autonomie (dans les choix et la connaissance des besoins propres à chacun),
- au principe d'ajustement à chaque humain qui habite ici
- ainsi qu'à la notion de personne comme humain unique et différent des autres, avec une histoire singulière, une façon de se sentir dans son corps, des proches, des goûts, des ressources physiques et psychiques, des craintes.... d'où l'importance de connaître au mieux l'histoire de vie de nos habitants, leurs habitudes, envies, besoins, attentes, mais aussi capacités et difficultés pour nous guider dans notre travail d'accompagnement personnalisé.

L'Humanitude s'appuie ainsi sur la construction du projet d'accompagnement personnalisé de chaque résident ou plutôt « **habitant** » (terme retenu par cette philosophie, pour désigner les personnes qui vivent ici).

Actuellement certains professionnels ont pu bénéficier de cette formation et commencent à mettre en application la démarche et les techniques. L'objectif étant d'améliorer la qualité de vie des personnes qui résident ici, par une valorisation de l'accompagnement personnalisé (progrès des techniques relationnelles), ainsi qu'une meilleure adaptation aux spécificités de chacun.

Il s'agit également d'améliorer la qualité de vie au travail (en prévenant les risques musculo-squelettiques, en visant plus de plaisir au travail par davantage de sens à celui-ci, en facilitant les soins difficiles, en organisant des lieux qui donnent envie). Les formations ainsi dispensées concernent les soins, la restauration ainsi que la vie sociale mais aussi l'hôtellerie, le service administratif, la maintenance...

Parallèlement aux formations, se mettent progressivement en place des groupes de travail impliquant certains professionnels, sur certaines thématiques (« TOC-TOC » pour le respect du domicile des habitants, « Respect du sommeil », « Projet d'accompagnement personnalisé »).

Les **valeurs** d'Humanitude sont :

- **La citoyenneté**
- **La liberté**
- **L'autonomie**

Avec l'idée, pour notre EHPAD Cournot-Changey, de tendre vers un accompagnement « *comme à la maison* ».

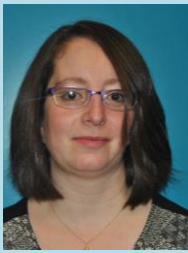
Les **principes** d'Humanitude sont au nombre de cinq :

1. **Zéro soin de force** : ne pas forcer mais trouver des alternatives, sans abandonner.
2. **Vivre et mourir debout** : favoriser la verticalité
3. **Le respect de la singularité, de l'intimité**
4. **L'ouverture vers l'extérieur**
5. **Lieu de vie, lieu d'envie.**

Ces principes mettent aussi l'accent sur les capacités préservées, ils facilitent le prendre soin des personnes qui présentent des troubles neurocognitifs et/ou des comportements d'agitation pathologique (en prévenant les risques d'apparition de ces derniers). Si notre manière de travailler tend déjà vers cette démarche il s'agit alors d'améliorer nos pratiques, de fédérer l'ensemble de notre équipe autour d'un projet commun à tous et d'apporter davantage de cohérence et de bienveillance dans nos accompagnements.

Vous pouvez ou pourrez alors, peut-être, observer des transformations dans la façon de parler, de regarder, de faire... certains actes pourront peut-être vous interpeler, n'hésitez alors à venir échanger avec nous, cette évolution s'effectuant progressivement au fil de temps.

JEUX

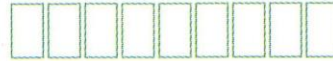


Isabel DE AGUIAR
Aide-Soignante

JEUX

MOTS MEL'

Document de voyage



AMERE	ENSEMBLE	PALMIER	SURPRISE
AMOCHEE	ERREUR	PELLETER	TENDRE
CAJOLEUR	EXALTANT	PIANISTE	TERNIR
CARMIN	EXPATRIE	RACLETTE	TONDEUSE
CUVAGE	FREINAGE	RAPATRIE	TORTUEUX
DECLAMER	HIVER	RETENANT	TRAGEDIE
DEFORMER	LISSE	ROUGI	TRANSE
DETRUIRE	MEDIOCRE	SAILLANT	TWIST
ENFER	MOINE	SECURISE	YOGHOURT
ENRHUMER	NOMBREUX	SONNE	ZEZAYER

E S N A R T M E D I O C R E S S I L E
 X U E U T R O T N T R A G E D I E T S
 N R S Z E N F E R R E R D N E T S R O
 I E A E M O I N E P H I V E R I I U N
 M T I Z D S T O N D E U S E N O R O N
 R E L A E U A E E H C O M A S S U H E
 A L L Y C R X F E G A N I E R F C G R
 C L A E L P O E E R A P A T R I E O I
 L E N R A R A R E L B M E S N E S Y U
 E P T T M I M R T N A N E T E R N I R
 T P R E E S E E X A L T A N T S I W T
 T I R O R E R U E L O J A C U V A G E
 E P A L M I E R R N O M B R E U X T D

Les fleurs comestibles

En vous aidant des visuels de la page, remplissez la grille ci-dessous avec les noms de ces ustensiles de cuisine. Avec les lettres que vous aurez mises dans les cases violettes, retrouvez le nom d'une autre fleur comestible bien connue de nos jardins.

23

16

19

2

12

14

13

1

4

2

18

16

3

14

5

4

19

15

11

17

13

6

15

19

20

22

23

7

17

13

15

17

21

20

17

1

10

10

9

18

22

10

11

9

21

21

Réponse : _____



Retrouvez les 25 éléments de la liste dans la scène.

Objets trouvés



- Quille
- Peluche
- Chaise piliante verte
- Réveil bleu
- Pigeon

- Appareil-photo
- Saladier
- Cannelle
- Sac de voyage
- Ceinture

- Commode bleue
- Lampe
- Parapluie
- Globe
- Essuie-tout

- Pot à lait
- Toboggan
- Tour Eiffel
- Chapka
- Pylône

- Banc
- Van blanc
- Ancienne radio
- Chaise haute
- Guirlande

QUELLE VIE
DE CHAT !!

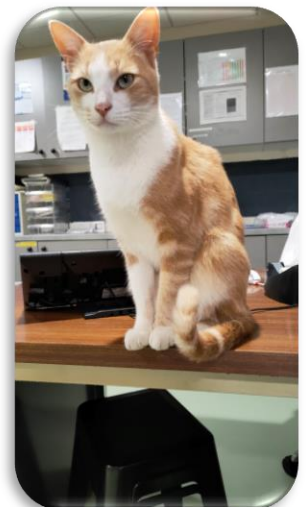
Nos fidèles compagnons Pépito et Roméo !!!



*Avouez quand même que
la vie de chat n'est pas
facile !!!*



ET VOUS, CHAT VA?



Par Monsieur
André BAILLY



HISTOIRES DE NOS RÉSIDENTS

Ferdinand est un paysan moderne qui possède le téléphone et s'en sert assez souvent pour parler avec des amis Parisiens qui recueillent des paris pour les courses. Mais, il arrive parfois que la blonde amie de Ferdinand, Adélaïde, téléphone pour fixer quelques rendez-vous.

La femme de Ferdinand à l'oreille fine et elle a entendu prononcer plusieurs fois le nom d'Adélaïde.

- *Qui donc c'est que c't' Adélaïde ?*
- *Un cheval épatant qui me rapporte dans les cinq cents francs à chaque course.*
- Le lendemain, Ferdinand rentre de faire une tournée dans ses terres.
- *Rien de neuf ?* demande-t-il à sa femme
- *Ah si, ton cheval à téléphoné !!!!*

Au catéchisme, Monsieur le curé interroge :

- *Qui peut me donner une définition de la prière ?*
Silence général, monsieur le Curé s'adresse alors au plus éveillé de ses jeunes élèves :

- *Voyons mon petit François, répond-moi, que dit ton père avant de commencer le repas, quand ta mère apporte la soupière ?*
- *Il dit : « Allons les enfants, attaquons ! »*



A bientôt



TOUTE L'ÉQUIPE VOUS DONNE RENDEZ-VOUS EN HIVER !!!

