



Témoins

Journal de la Résidence Pierre Paillet

2ème trimestre et juillet 2026

N° 78



Un beau séjour dans la Loire

Résidence Pierre Paillet - EHPAD du Pays d'Alby

182 route de la Grive 74540 GRUFFY

Tél : 04 50 77 59 30





Au sommaire

P 3 : Bienvenue aux nouveaux résidents

P 4 : Les activités phares du mois d'avril

P 11 : Les activités phares du mois de mai

P 13 : Les activités phares du mois de juin

P 17 : Les activités phares du mois de juillet

P 21 : Une chanson made in Ehpad

P 22 : Ils nous ont quittés

P 24 : Méli-mélo

**« Témoins » est un journal trimestriel réalisé et imprimé
par l'Association « La Grive ».**

L'Association « La Grive » est considérée comme un organisme d'intérêt général au caractère social au sens des articles 200 et 238 bis du Code Général des Impôts, et peut délivrer aux donateurs des reçus fiscaux ouvrant aux réductions d'impôts prévues en matière de dons.

Bienvenue aux nouveaux résidents

Mme CHARDON Huguette



Mme Chardon Huguette était commerçante et fromagère à la fruitière de Cusy.

Elle est très entourée de sa famille, composée de 3 enfants, 5 petits-enfants et de 3 arrière-petits-enfants.

Elle apprécie les balades, le loto, les spectacles, le jardinage et la cuisine. Activités qu'elle poursuit depuis son arrivée à l'Ehpad.

Mme BOZIER Alice



Mme Bozier Alice est originaire de Cran-Gevrier. Elle a consacré sa vie à élever ses 6 enfants. Ses journées étaient bien remplies.

A l'arrivée du grand âge, c'est chez l'un de ses enfants qu'elle a pu vivre durant 7 ans avant d'arriver à l'Ehpad

Ses petits plaisirs se résument à faire des mots fléchés, jouer à la belote et au scrabble.



Les entraînements ont commencé !

Devenues une véritable tradition pour les résidents, les Foulées de Gruffy est un événement sportif à la fois fédérateur et inclusif. Pour certains de nos aînés, les entraînements ont commencé en allant marcher quotidiennement dans le quartier ou en faisant du pédalier. Un petit groupe s'est aussi réuni pour aller au plan d'eau de Lescheraines pour préparer cette « belle compétition » auquel chacun se prend au jeu. Ce fut l'occasion également d'observer la nature, les derrières montagnes enneigées, les premières aventures de canetons ...



Cultiver le lien et la nature

D'avril à août, Jennifer, hortithérapeute, invite les résidents à se retrouver régulièrement dans le jardin de l'Ehpad. Au programme de ces rendez-vous bucoliques : des moments d'échanges conviviaux, mais aussi des ateliers pratiques pour semer, planter et voir grandir le fruit de leur travail au fil des saisons. En bref : une belle parenthèse sensorielle pour renouer avec des savoir-faire.



Quand la nature rentre à l'Ehpad

Valentine Rhapsody, artiste, est venue durant deux semaines de jour comme de nuit pour peindre une grande fresque murale choisie par les résidents à l'unité des Jonquilles. Elle a pu compter sur les résidents pour l'aider dans la réalisation de cette œuvre collective. Certains ont peint les prairies, d'autres les fleurs ...

Tous ont osé dépasser leurs appréhensions et leurs doutes en leur capacité artistique : un grand bravo pour cela, le résultat rempli de fierté, de complicité et de beauté témoigne de ce beau projet.

Un grand merci à l'association La Grive qui a permis que ce projet se réalise !



Bruits de couloirs et musique de chambre



Jocelyne Tournier chanteuse, est venue plusieurs après-midis à la rencontre de nos aînés. Elle a l'art de mettre en confiance, à amener les personnes à se livrer sur leur histoire, leurs ressentis et à les valoriser. Elle le fait avec des mots, des chansons, un sourire, une écoute attentive et de l'humour.

Toutes ces belles visites ont donné lieu à un spectacle où musique, poésie et émotions se sont mêlées. Les enfants du centre aéré de Gruffy étaient présents, quant à eux ils avaient dessiné en amont le portrait des résidents à partir des textes de Jocelyne.

Un projet qui se résume en 3 mots : échanges, émotions et humain.



Un extrait :

Mado ou Madeleine,

*c'est pas Rimbaud c'est pas Verlaine,
mais Mado, c'est bien mieux qu'un poème.
Des yeux verts et des cheveux doux comme ceux d'une poupée,
elle a la générosité de celles qui ne savent pas s'y prendre.
Quand on a grandi avec une armure pour se protéger,
difficile de se laisser aller.
Il faut comprendre, prendre le temps,
et détricoter la cote de maille trop ajustée.
Madeleine, on voudrait la serrer fort,
l'emmener voir la mer,
la faire valser, Mado, à perdre haleine,
lui dire qu'elle est jolie,
remonter le temps,
mettre le disque à l'envers,
repandre à zéro.
Dire que la vie est un poème,
et qu'il fait beau, quand on aime pour de vrai.*





Les animaux sont de retour à l'Ehpad



Après avoir contemplé avec émerveillement la parade des poules et partagé des souvenirs, les résidents se sont activés avec enthousiasme pour préparer le goûter des chiennes. Ce moment s'est naturellement prolongé par une séance de tendresse, rythmée par de généreuses caresses et des échanges complices avec les animaux.

Une nouvelle après-midi



A l'occasion de la fête des anniversaires, nous avons invité Robin Boudou pour un ciné-concert, une animation autour du cinéma muet accompagné au piano en direct. Cette proposition a suscité des rires, des réactions spontanées, de l'admiration pour le pianiste, cela a ravivé également des souvenirs avec ce film culte de Charlie Chaplin.



Virginie, cheffe cuisinière,
nous a ensuite gâté avec ce beau
et bon gâteau !

Un moment de partage et de retrouvaille

Grâce à notre partenariat avec l'association Groupe Ressources 74, regroupant des animatrices en Haute-Savoie, nous avons pris la route pour Dingy-Saint-Clair pour une journée inter-Ehpad. Sept établissements étaient présents et pour certains résidents ce fut un moment de retrouvailles rempli d'émotions !

Au programme: pique-nique et grand loto.

Très vite nous avons constaté une coalition contre nous et nous avons failli être mis à la porte tellement ... on gagnait ! 😊



Gaston et Huguette se retrouvent !



Nos grands gagnants !

De retour en cuisine

A la demande des résidents, 4 nouveaux ateliers ont été programmés cette année avec Christine Belleville, de l'Association Vagabonde, tisseuse de liens.

Une des plantes sauvages emblématique qui marque l'arrivée du printemps est l'ortie. Les échanges vont bon train sur sa manière de la cueillir, son utilisation, ses bienfaits, et surtout sur les souvenirs que chacun a avec cette plante ... qui laisse parfois des souvenirs piquants mais drôles.



Pour le goûter, nous avons préparé des gaufres sucrées aux orties avec une crème fouettée maison, décorées de fleurs comestibles : un régal !





Des airs de musique

Cette année encore, nous avons eu le grand plaisir d'accueillir le groupe *O'Crêt chorale* de Cusy. Leur enthousiasme, leur générosité et leur répertoire soigneusement choisi nous ont touché. Résidents, bénévoles et professionnels se sont d'ailleurs joints à eux pour reprendre en chœur ces airs entraînants et familiers.

Les personnes nées en mai ont été mise à l'honneur à cette occasion.



Virginie cheffe cuisinière, a quant à elle enchanté nos papilles !



Une effervescence contagieuse

Ce début de mois de mai est pluvieux, et pourtant les 18 résidents inscrits aux Fou-
lées de Gruffy ont fait preuve d'une détermination sans faille en souhaitant participer
à cet évènement malgré ce temps incertain.

Alors tout le monde a enfilé ses baskets et pris son imperméable pour aller relever ce
défi sportif en équipe. Les co-équipiers de nos aînés (familles, amis, bénévoles, pro-
fessionnels volontaires) se sont placés sur la ligne de départ avant de récupérer sur le
chemin leur résident pour franchir la ligne d'arrivée ensemble. Le partage, la solida-
rité et la joie de participer sont des valeurs qui ont animé chaque participant.





A la rencontre des tout-petits

« Chuchote les petits sons du monde » est un nouveau projet proposé par les compagnies *Libre & Rit / Bretelles au vent*, le pôle culturel à l'Ehpad et la crèche *Les Bambins du Chéran*. Emilie et Pauline nous ont transportés autour d'un thème : le territoire, l'endroit dans le quel nous évoluons, l'environnement naturel qui nous entoure. C'est par le biais de l'art plastique, de la musique, des sons et de spectacles que ces artistes ont rassemblé ces deux publics.



Restitution du projet
au pôle culturel



Un séjour inoubliable dans la Loire



Début juin, Marie-Christine, Simone, Mado, Françoise, Jean-Claude, Paul, Michel et Pierre ont pris la route pour un séjour de 5 jours dans la Loire, en Pays Roannais. Pour les accompagner, Aurélie l'animatrice, Lucie l'infirmière, Sandrine et Alycia les aides-soignantes et Valérie bénévole à la Grive.

C'est sous un beau soleil que nous avons quitté Gruffy dans nos 2 minibus pleins à craquer, tous d'humeur joyeuse à l'idée de partir à l'aventure ensemble. Notre destination : un agréable gîte entouré de prairies situé à Chirassimont et qui allait devenir notre lieu de vie pendant quelques jours.

Dès le lendemain, petit passage à la gravière aux oiseaux pour découvrir la faune locale avant de se diriger vers le point de départ de la croisière qui allait nous permettre de naviguer sur le canal de Digoin. Après un déjeuner sous les arbres, nous avons embarqué sur le bateau sous un énorme orage !! Loin de gâcher ce moment, cet épisode donna lieu à de nombreux éclats de rire et restera un bon souvenir pour tous.



La navigation sur un canal nécessitant le passage d'écluses, Aurélie, forte de son expérience d'éclusière pendant les étés de ses jeunes années, a logiquement été sollicitée pour nous ouvrir les portes au cours de cette très belle balade. Heureusement, elle n'avait en rien perdue la main !



Le lendemain, nous avons remonté le temps au cours d'une visite théâtralisée du château de la Roche qui nous a plongé au cœur de la Belle époque à la découverte de l'histoire du château, du XIIIème siècle à nos jours. Une visite interactive ponctuée de surprises, et de rencontres inattendues ! La visite s'est achevée avec l'essayage de tenues d'époques qui nous ont valu de beaux sourires et de belles photos !



Sur le chemin du retour, un arrêt au belvédère du Pet d'Ane nous a offert un panorama exceptionnel sur les méandres de la Loire et les paysages environnants.



Nous avons consacré l'après-midi du lendemain à la découverte des plantes aromatiques chez une herboriste passionnée. Elle nous a présenté de nombreuses variétés que nous avons pu sentir, toucher, goûter... tout en échangeant sur leur provenance et leur utilisation en cuisine. La visite s'est terminée autour d'un goûter original, préparé à base d'herbes aromatiques, qui a éveillé la curiosité et les papilles de chacun.



La journée s'est achevée joyeusement autour d'un bon repas dans un restaurant convivial aménagé dans les locaux d'une brasserie mais promis, personne n'a abusé de la bière !



Avant de reprendre la route vers Gruffy, nous avons effectué une dernière halte pour visiter les caves d'un domaine viticole. Cette visite nous a permis de découvrir le travail de la vigne et les richesses du terroir local autour d'une dégustation de vin, concluant ainsi ce séjour sur une belle note de découverte.



Ces quelques jours ont été rythmés par les visites, les paysages, les découvertes, les échanges mais aussi par la préparation des repas, les siestes mouvementées qui se terminent en bataille de coussins, les apéritifs dansants, les sourires et les fous rires. La bonne humeur et la bienveillance ont accompagné chaque instant et chacun a pleinement profité de cette parenthèse hors du quotidien.



Mais chut !!! On ne vous raconte pas tout, on a nos petits secrets qui comme promis restent dans la Loire...

Au moment de reprendre le chemin du retour, un sentiment partagé par tous : personne n'avait vraiment envie que cette belle aventure se termine !



Valérie, bénévole

De la jeunesse

Voilà déjà plus de 10 ans que Myriam vient à l'Ehpad accompagnée des « petits lou-lous » qu'elle garde. Cette année encore, la météo ne nous a pas permis d'aller au lac pour notre sortie « pique-nique / baignade avec les petits ». Mais ils sont tout de même venus nous rendre visite pour le plus grand plaisir de nos aînés.



Jeux, chatouille sous les pieds,
rencontres ...



Une belle après-midi avec la chorale Aquilla

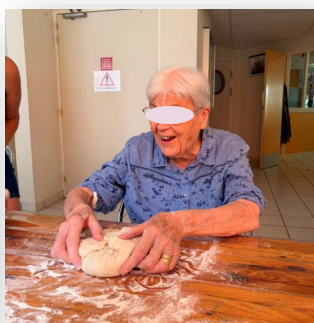


Juillet



Soirée conviviale, gourmande et culturelle

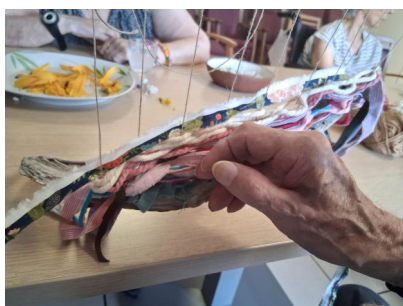
Pour la deuxième année consécutive, le boulanger Baptiste Roffino a installé son four à bois à l'Ehpad pour fabriquer pains et pizzas destinés à la vente. Après un atelier de confection de pains par les résidents avec le soutien des bénévoles de la Grive, l'association "Gruffy Animations - Mais pas que" est venue prêter main-forte pour la préparation des pizzas. Une grande tablée rassemblant résidents, bénévoles et habitants s'est ensuite installée dans le jardin pour partager un repas convivial, avant de clore la soirée par une séance de cinéma au sein de l'Ehpad.



Du lien aux odeurs de cuisine

Nouvelle rencontre estivale avec Christine autour des plantes, de la cuisine et du tressage.

Pendant que chacun son tour tresse de la laine et du tissu sur le support en bois, les souvenirs autour de la couture, du tricot émergent. Puis l'heure du gouter approchant, certains enfilent le tablier pour finir de préparer les muffins abricots et fleur d'oranger, sans oublier sa crème fouetté au citron. Le dressage est important, alors pour avoir une belle assiette, des fleurs comestibles sont ajoutées pour égayer nos papilles.



Souriez !

Pour clôturer notre projet bisannuel autour de *La trace et la mémoire*, chaque résident a été invité à choisir un mot... un mot qui dit quelque chose de lui, qui l'anime, qui le définit. « Les fleurs », « mon métier », « la montagne » ... Ces mots sont devenus des portraits qui traduisent une personnalité, une histoire.



Durant trois journées, Mathilde Parquet alias Photilde, photographe spécialisée dans l'avancée en âge et Portraitiste de France, a installé son studio photo à l'Ehpad.

62 résidents se sont prêtés au jeu : ils se sont amusés, ils ont évoqué des souvenirs, ils nous ont surpris par leur spontanéité et leur authenticité.

Les familles se sont également jointes à l'expérience pour immortaliser de beaux moments de complicité, chargés en émotions.

Le vernissage est à venir ...

Merci aux résidents pour leur confiance, à leurs proches et aux bénévoles pour leur aide précieuse.



Une sortie toujours attendue !

Incontournable de l'année, la sortie au plan d'eau de Lescheraines ravit toujours les résidents. Selon la météo, cette escapade se transforme en une agréable balade suivie d'une pause gourmande, ou se résume directement à un délicieux moment autour d'une glace !



Une sortie à la fraîche

Pour cette nouvelle veillée, nous avons mis le cap sur la plage de Sevrier pour une balade dans ce magnifique cadre lac et montagnes, puis nous nous sommes installés en terrasse pour dîner au « snack ».



Voyage en Grèce

Ce mercredi 29 juillet, nous avons voyagé en Grèce tant au niveau culinaire avec un repas spécial qu'en musique avec un concert de musique populaire proposé par le groupe Pnevmatiko. Cet évènement est rendu possible grâce au soutien du Conseil départemental.



Bonjour à toutes et à tous,

Après cinq ans en tant qu'animatrice coordinatrice à l'Ehpad du Pays d'Alby, j'ai pris la décision difficile de mettre fin à mes fonctions et de partir pour d'autres aventures.

Je tiens à vous remercier tous chaleureusement pour nos échanges au fil de ces années, pour votre confiance presque aveugle sur mes projets et activités, mais aussi pour les leçons de vie, pour ces moments de rires, tous ces jeux de mots qui fusaient à chacune de nos conversations, pour cette bataille de coussins en séjour, pour votre authenticité, pour le partage de vos histoires qui vous ont façonnés, pour ces émotions que vous m'avez procuré en vous regardant danser, pour ces moments de grâce tels des cadeaux quand le mouvement arrive à votre rythme, pour ces moments de fierté après avoir peint un lutin,

Vous m'avez montré combien il était important continuer à être ouvert, à prendre de la hauteur, à intégrer les bosses sur nos chemins comme des épreuves qui nous font grandir encore et encore, mais aussi pour cette leçon de Françoise sur la surcharge effrénée, le ralentissement et l'important de l'instant, ...

Ce fut une **réelle joie de partager ces moments précieux** avec vous.

Au plaisir,

Aurélie



Une chanson made in Ehpad

Lors des ateliers « Chants et sons » au pôle culturel avec Véronique, les résidents ont participé à l'écriture et l'interprétation d'une chanson mettant en avant les saveurs et les souvenirs associés.
Bonne lecture !

C'est si bon !

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

**Voyager à travers de nouvelles saveurs
Découvrir de nouvelles épices, de
nouvelles odeurs**

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

***Un truc au chocolat
Crème, mousse, forêt noire ou opéra***

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

**La première récolte printanière
Les asperges, cueillies par mon père**

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

***Le dimanche qui frétille
Quand la mille-feuille y croustille***

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

**Kirch, fruits confits et pâte d'amande
La recette d'un petit bonheur
C'est celle des ambassadeurs**

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

***Picorer les fruits sur l'arbre
Les chiper par-dessus la rambarde***

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

**Aux cerises, aux prunes le clafoutis
On peut le dire : c'est exquis !**

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

***Une tablée d'amis
Qui se régale, chante, rit***

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

**C'est encore plus délicieux
Quand le cuisinier est heureux.**

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

***Concocter, partager des agapes
Avec des amis, mettre une jolie nappe***

**C'EST SI BON, C'EST SI BON
C'EST SI BON**

Ils nous ont quittés

Mme CALLOUD Nicole



Madame Nicole Calloud était une dame discrète, au caractère doux.

Cela ne l'empêchait pas pour autant d'aimer plaisanter. L'équipe se rappelle en effet que c'était une dame avec beaucoup d'humour.

Également coquette, nous l'avons connue bien apprêtée et parée de bijoux.

Elle appréciait tout particulièrement les petits desserts sucrés et les pâtes.

Elle aimait aussi beaucoup la venue des petits enfants, et ne ratait pas leur visite à l'EHPAD quand ils venaient passer la matinée avec leur assistante maternelle.

En avril lors de la séance de médiation animale, Mme Calloud nous a aidé à prendre soin des animaux présents et nous a partagé quelques souvenirs.

Mr MARTINEZ Michel



Quand l'équipe pense à Monsieur Michel Martinez, c'est avant tout au grand amateur de musique et de danse qu'il était ! Très bon danseur, il a fait virevolter plusieurs résidentes et même des collègues. Il aimait aussi chanter et nous a notamment bercé de quelques chansons en espagnol – sa langue natale.

C'était un monsieur élégant, qui a longtemps arboré une casquette. Son sourire malicieux égayait son visage.

Il était plutôt solitaire et aimait se promener. Mais il aimait aussi venir en aide aux autres.

A participé aux voyages avec Aurélie dans les Cévennes et dans le Jura, mais aussi à de nombreuses activités : chants-sons et mouvements dansés au pôle, atelier équilibre, automassage, aqua-douce, etc. Il était volontaire et venait toujours avec sa bonne humeur et sa malice.



Mr DUCROZ Claude

Monsieur Claude Ducroz est arrivé dans un premier temps à l'EHPAD en séjour temporaire, avant de devenir un de nos résidents permanents.

Très proche de son épouse, il parlait beaucoup d'elle.

Il a marqué l'équipe par son humour et son goût de la plaisanterie.

Il aimait aussi raconter de nombreux souvenirs de sa région natale, Colmar.

Joueur, il aimait faire des mots fléchés, participer à des jeux de mémoire, etc. Il est aussi venu à plusieurs séances de « Mouvements dansés » qui l'avaient beaucoup ému, il nous avait confié avoir retrouvé ses 20 ans.

L'équipe se rappelle aussi qu'il était gourmand et appréciait particulièrement les bonbons et les chocolats.



Encore nos plus sincères et chaleureuses condoléances à leurs proches.



Méli-mélo ...



Dégustation de smoothie avec les groseilles et cassis du jardin



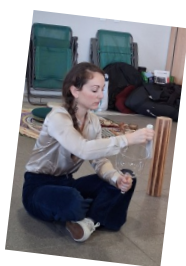
Visite de la fruitière de Gruffy avec Maurice



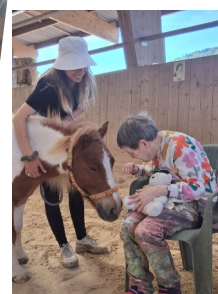
Les résidents pédalent avec les cyclistes du Tour de France, avec leur entraîneur Fabrice, bénévole.



Une nouvelle œuvre collective en cours de préparation pour le projet Art Partagé inter-Ehpad



Justine, artiste, nous fait découvrir la musique des plantes. Moment de détente garanti.



Equithérapie avec Mathilde, à Cusy

Si vous souhaitez recevoir le journal « Témoins » par mail, merci de communiquer votre adresse mail à l'animatrice :

animation@ehpad-gruffy.fr