



Témoins

Journal de la Résidence Pierre Paillet

4ème trimestre 2025

N° 76



*Quand les mouvements dansés
amènent créativité, émotions et rencontres*

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

P4 : Les activités phares du mois d'octobre

P 9 : Les activités phares du mois de novembre

P 13 : Les activités phares du mois de décembre

P 18 : Lumière sur de nouveaux professionnels

P 19 : Ils nous ont quittés

P 20: 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 DAVICO Maria

Mme Davico est née en Galice (Espagne), d'où son joli accent. Elle est la 3ème d'une fratrie de 12 enfants, et dès le plus jeune âge elle aidait sa maman pour tenir la maison.



A son arrivée en France, elle a travaillé à l'usine Marchal (à Mari-gnier), spécialisée dans la fabrication de bougies pour automobiles.

Elle a ensuite rencontré son mari, et sont nés de leur union un fils et une fille. Elle a continué à attacher une attention particulière à ce que sa maison soit bien tenue : intérieure et extérieure.

Elle apprécie d'ailleurs l'entretien des espaces verts : fleurs, jardin, entretien du gazon et des haies, tâches qu'elle partageait avec son ma-ri.

Elle aime voyager, elle est d'ailleurs partie à Tahiti, à l'île Maurice ... Aujourd'hui, elle apprécie sa tranquillité, rendre service aux autres, et s'inquiète toujours de savoir comment vous allez.

Mr ROSSAT MIGNOT Laurent

Mr Rossat Mignot est né à Bonneville, il est donc « un savoyard de souche », précise t'il.

Dans sa jeunesse, il a fait partie des parachutistes à l'Armée. Il s'est d'ailleurs lié d'amitié avec deux autres compagnons, qu'il a gardés. Il a été ensuite installateur d'antenne TV, puis a travaillé pour le Réseau Carbier. Avec son épouse, il a eu 7 enfants et plusieurs petits et arrière-petits-enfants.



Le sport faisait partie de sa vie : ski, randonnée, alpinisme, mais aussi cascades en ski pour Salomon dans ses jeunes années.

Son oncle lui a appris à observer la Nature, et notamment les ani-maux : « *avez-vous déjà regardé un hérisson capturer une vipère ? C'est bluffant de voir l'intelligence des animaux !* ».

Sinon, il aime jouer à la belote, au scrabble et faire des mots fléchés. Nous attendons avec impatience qu'il nous fasse découvrir SA salade de champignons.



Octobre



Voguons, voguons !

C'est sous un beau soleil d'automne que nous sommes allés à notre dernière sortie voile de l'année. Les « jeunes » mousses du jour n'ont pas hésité à prendre la barre, et à hisser les voiles pour assister la Capitaine, Céline : l'ambiance était à l'encouragement et aux rires.

Cependant cette fois, la balade fut moins paisible que les précédentes, le vent et les vagues ont amené un peu de piment à la navigation, mais rassurez-vous tout le monde est rentré à bon port !

Le spectacle de la nature, des paysages et des sportifs en Wing-surf ont captivé notre attention. Une belle journée dépayssante !



Une journée « Haute Sa Voix »

L'association « *Groupe Ressource 74* », regroupant les animatrices du territoire, nous a proposé la 12ème édition inter-Ehpad nommée « Haute sa voix ». Nous avons fait la route jusqu'aux environs de Saint-Julien-en-Genevois pour retrouver 11 autres Ehpad.

Le thème retenu était les années 80. Chaque établissement devait donc choisir une chanson à partir de ce thème. Cette année la chanson choisie à l'Ehpad était : « *Quand la musique est bonne* », de Jean-Jacques Goldman. A tour de rôle, les Ehpad venaient costumés sur scène chanter leur chanson. Chacun a pris plaisir à pousser la chansonnette, danser, manger, et partager cette journée remplie de gaieté et de bonne musique. Rdv en octobre 2026 pour la prochaine édition sur le thème des « métiers ».



Une exposition haute en couleurs

L'association des animatrices « *Groupe Ressources 74* » propose tous les deux ans aux différents Ehpad le projet intitulé « Art'partagé ». Chaque établissement avait la possibilité de reproduire librement une toile d'un artiste connu avec la technique des boulettes de crépon.

A Gruffy, les résidents ont choisi « *Premier baiser* » de C215, un graffeur français mondialement renommé. Cette œuvre choisie n'était pas la plus simple à reproduire, mais la tendresse qui en résulte a fait l'unanimité.

Durant de nombreuses heures d'avril à juin 2024, les résidents se sont retrouvés pour mesurer, découper et froisser du papier crépon de différentes teintes. Joëlle, bénévole, et Eliane, résidente, ont eu pour mission d'assembler et de donner vie à cette toile.

Une fois réunies, toutes les œuvres sont parties en 2025 en itinérance sur l'ensemble des établissements de Haute-Savoie partenaires. Impatients de découvrir l'exposition, un petit groupe avait eu la chance d'aller la voir à Seynod en avril avant de la recevoir au sein de l'Ehpad en octobre. Le résultat est superbe : la délicatesse de la technique, les couleurs lumineuses, la fidélité des reproductions de ces grandes œuvres ...

Notre tableau a déjà trouvé sa place : il sera accroché dans la grande salle de restauration, récemment rénovée, en février 2026. Le prochain projet « Art'partagé » sera autour du thème des émotions : à vous de jouer les artistes grufféens !



Extraits du livre d'or :

« Une exposition de qualité, exceptionnelle. Beau travail des résidents et des accompagnateurs. Bravo à tous ! »

« Un projet d'envergure, très ambitieux, mêlant autant de structures différentes, un nombre important de résidents, d'animations et d'aidants. Ca fait vraiment plaisir de voir les résultats, la qualité d'exécution, le choix des sujets. Le résultat est bluffant, magnifique, plein de couleurs et de joie. Un grand bravo. »

« On ne se lasse pas de regarder ces belles œuvres. [...] »



A la rencontre de nouvelles intervenantes

En cette fin d'année, nous avons demandé à plusieurs intervenantes extérieures de nous faire découvrir leur pratique, afin d'envisager un partenariat pour l'année 2026 ou pour plus tard.

Ainsi nous avons rencontré Jennifer, horticultrice, qui a un bel éventail d'ateliers à nous proposer autour du végétal, de nos souvenirs, etc.

Au vu de l'intérêt de chacun à ses ateliers, des temps dédiés au jardinage mais pas que seront programmés dès le printemps pour reprendre les jardins surélevés de l'Ehpad mais aussi repenser nos espaces verts, nos massifs de fleurs, etc.



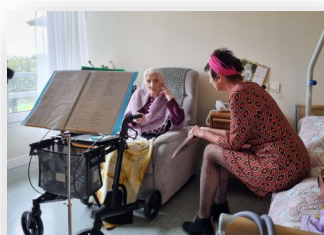
Dans un autre registre, Sabrina est venue nous faire découvrir le « Brain Ball » : c'est une activité stimulant l'ensemble de la sphère sensori-motrice, et permettant de développer la concentration, la coordination, la coopération, la confiance. Au son du métronome, les balles, les anneaux ou autres objets passent de main en main entre les résidents. Une expérience nouvelle qui sera proposée en test également en 2026 pour les personnes accueillies à l'Accueil de jour.



Quand des artistes s'invitent chez moi !

C'est l'expérience vécue par certains de nos aînés, dans le cadre du dispositif « *Chansons sur un plateau* », déployé à domicile par le pôle culturel d'Alby-sur-Chéran. La chanteuse Jocelyne Tournier et le musicien François Thollet sont allés à leur rencontre, apportant avec eux sourires et mélodies. Ces instants partagés, riches en reconnaissance et en échanges, permettent de briser le quotidien et de réunir même des voisins.

Au vu des bienfaits de ces rencontres musicales, nous irons un peu plus loin au printemps 2026 ... à suivre !



Des notes de musique



Vinca Bonnaud, pianiste, est venue nous faire découvrir l'univers du classique le temps d'une après-midi. Elle a pu explorer différentes œuvres qui ont su conquérir les initiés et transporter les autres dans cette douceur qu'offre le piano.



Nous avons ensuite partagé le traditionnel gâteau d'anniversaires qui avait un « petit » air d'Halloween. Un grand bravo à notre cheffe cuisinière !





Novembre



Une nouvelle activité

Ce mois-ci, les résidents ont eu le plaisir d'accueillir Céline, musicothérapeute, pour une exploration sensorielle. Venue avec plusieurs instruments aussi variés que fascinants, elle nous a ouvert les portes de son univers. Sous sa guidance bienveillante, chacun a pu s'essayer au rythme, au chant et à l'écoute active.

Le moment fort de la séance ? Lorsque les résidents, après avoir choisi leurs instruments de prédilection, ont commencé à jouer ensemble. Sous l'impulsion du violon de Céline, qui vient lier et harmoniser chaque note, une véritable mélodie collective a émergé. Une expérience riche où le son devient un langage commun et, nous relie aux autres.

Dès janvier 2026, une dizaine de séances sera proposée au groupe PASA, puis aux Lys.





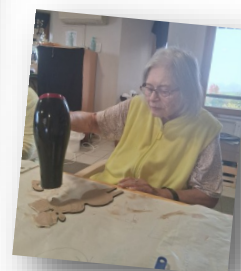
Ho ho ho, les lutins s'affairent !



Les fêtes approchent à grand pas, et comme chaque année l'Ehpad s'associe à l'Association La Grive pour préparer notre traditionnel *Marché de Noël*.

Les lutins et lutines : résidents, bénévoles, familles et professionnels ont sorti pinces, papier, colle, sujets en bois, tissu vichy, laine, papier de verre, pots à confitures, céramique ...

A l'image de l'atelier du Père Noël, ça fourmille : chacun œuvre et crée un tas d'objets et de gourmandises pour agrémenter notre stand le jour J.



Les « travaux manuels »
avancent dans une ambiance
bon enfant !

De la délicatesse et de la créativité

En partenariat avec *Manupoterie* à Chambéry, nos résidents se sont transformés en artisans d'art durant plusieurs ateliers. Accompagnés par nos bénévoles, ils se sont attelés à la décoration de pièces en céramique destinées à notre futur Marché de Noël.

L'atelier s'est déroulé dans une atmosphère de calme, où la concentration et la minutie étaient au rendez-vous. Une fois les motifs peints, les objets ont été confiés à Manu pour les étapes techniques de l'émaillage et de la cuisson. Le passage au four a révélé les couleurs et a apporté une finition brillante, ce qui a suscité de la fierté chez nos résidents en voyant cette belle métamorphose.



Avant la cuisson



Le bien-vieillir ...



Les études autour de l'activité physique montrent les bénéfices multiples sur la personne : maintien des capacités motrices et cognitives, contribution au bien-être psychologique, etc.

L'activité se doit de rester un plaisir, et se décline sous plusieurs formes : les ateliers Equilibre, la kiné, la marche, la danse, les jeux sportifs, le pédalier, les mouvements de la vie quotidienne, etc.

Continuer à bouger en fonction de ses possibilités, c'est préserver une part de son autonomie !



Atelier « Equilibre, prévention des chutes » tous les mardis à l'Ehpad



C'est le grand jour !

Au petit matin du 22 novembre, pendant qu'un groupe de bénévoles confectionnent des rissoles maison, d'autres commencent à installer les stands du Marché de Noël. Il faut que tout soit prêt avant l'arrivée de nos visiteurs et acheteurs !

Sur le stand « créatif » et « gourmandises », le choix est vaste : objets en céramique, jeux en bois, chaussettes tricotés, décorations en bois ... sans oublier les paniers garnis, confitures, biscuits et bugnes dorées.

Côté animations, la pêche aux cadeaux, la pesée de la hotte du Père Noël, le lancer de « boules de neige » ravissent petits et grands, tout comme la buvette et son incontournable stand « crêpes » !

Chacun a pu pleinement profiter de la manifestation en famille ou entre amis. Le mot qui résume bien cette journée est « *convivialité* ».

Nous tenons à remercier chaleureusement tous ceux qui se sont investis — résidents, personnel, familles et **bénévoles** — pour faire de cette fête un succès. Merci également à nos visiteurs pour leur fidélité et leur soutien !





Nos chers petits visiteurs

C'est toujours avec une joie partagée que nous retrouvons les petits tous les 15 jours.

En décembre, nous avons eu plusieurs rencontres légèrement différentes qu'à l'habitude :

- * ils nous ont aidés à décorer le sapin : un moment d'émerveillement et d'entraide pour accrocher les boules aux branches... jusqu'à la casse d'une boule qui a fortement touché Jules : il était inconsolable !
- * ils nous ont aussi décoré les vêtements avec des sujets de Noël en feutrine et à scratch : ce qui a bien fait rire tout le monde en voyant la malice des petits !
- * nous avons partagé un repas de Noël spécialement préparé par les cuisines. Au menu : entraides, rire, curiosité, échanges, complicités, saupoudrés de gourmandises.

Des moments toujours aussi riches, vivement les prochaines rencontres !



On forme très tôt à l'Ehpad ! 😊



Un peu de magie de Noël

Cette année, la sortie « Marché de Noël » à Annecy a pris une nouvelle dimension ! Grâce à l'acquisition de notre nouveau minibus et à l'implication précieuse de nos bénévoles, un plus grand nombre de résidents a pu profiter de cette escapade enchantée. Entre flâneries au fil des chalets, trouvailles de cadeaux et pauses gourmandes, ce fut un beau moment de partage pour tous.



Sorties gourmandes et réconfortantes ...



Une venue tant attendue !

Le Père Noël a fait escale à l'EHPAD avec un peu d'avance, accompagné d'une lutine et de son fidèle — et très original — renne aux bois en feutrine ! 😊

Ce fut une joie pour lui de saluer chaque résident et de remettre à chacun un cadeau personnalisé. Entre l'ouverture des paquets, la visite surprise du "renne-poney", et la présence complice des bénévoles, du personnel et des familles, tous les ingrédients étaient réunis pour plonger dans la magie des fêtes.



Un grand merci à l'association La Grive qui a rendu possible cette belle après-midi de Noël.



Les lutines en mission
« top secrète » !



La cheffe nous a gâtés autant les
papilles que les yeux !

Une jeunesse qui nous touche ...

En fin de journée, nous avons pris la route pour Bal-mont à quelques kilomètres de l'Ehpad où nous attendaient de nombreux enfants. En effet, le service périscolaire nous a invités à un spectacle de danses et de chants, suivi d'un moment de partage.

Les chorégraphies et prestations des enfants nous ont réchauffé le cœur. Nous nous sommes sentis privilégiés par toutes ces attentions à notre égard, et la cerise sur le gâteau : les enfants avaient décoré et écrit des cartes de vœux pour l'ensemble des résidents de l'Ehpad. Encore un grand merci !



Des étoiles dans les yeux mais pas que ...

Pour illuminer les derniers jours de l'année, l'association *Vagabonde, Tisseuse de liens* nous a proposé un atelier créatif autour d'étoiles en papier vitrail. Accompagnés par les bénévoles de l'association et de notre établissement, nous avons découpé, plié et assemblé avec soin chaque branche de nos créations. Le résultat est magnifique : les fenêtres se parent de couleurs vives qui jouent subtilement avec la lumière et la transparence.



De la beauté et des saveurs d'antan dans nos assiettes

Christine Belleville de l'association *Vagabonde, Tisseuse de liens* est venue à l'automne et au début de l'hiver nous proposer deux nouveaux ateliers pour éveiller nos sens, nos papilles et réveiller nos souvenirs !

Au menu d'automne :

Nous avons confectionné un repas entier avec des plantes dites « sauvages » : velouté d'orties, tartine à la tome des Bauges et carvi, écrasé de pommes de terre au mélilot accompagné d'un sauté de champignons à la crème, et une délicieuse pomme au four parsemée de fruits à coque sur son pain d'épices. Un régal !



Au gouter d'hiver :

Les cucurbitacées sont à l'honneur en hiver, nous connaissons surtout la traditionnelle soupe de potiron, mais Christine nous a fait découvrir une nouvelle recette : le moelleux au chocolat, potimarron et sa crème aux agrumes ! Pendant la réalisation, chacune a un rôle : mesurer, touiller, nailler, papoter, lécher la cuillère, laver la vaisselle, etc... le tout dans un esprit de collaboration et d'échanges de savoir.



Lumière sur de nouveaux professionnels



Je suis Romain, agent technique à l'Ehpad. Je travaille actuellement avec Michel qui s'apprête à prendre sa retraite. Il me partage toute son expérience du bâtiment pour prendre la relève dans les meilleures conditions.

Mon rôle est d'effectuer les réparations courantes, de réaliser les travaux de rénovation, d'organiser les différentes maintenances (chaufferie, bâtiment, etc), mais aussi d'aider les résidents à s'installer dans leur nouvelle chambre.

Je suis originaire de Haute-Savoie et habite à Allèves avec ma famille. Je suis passionné de mécanique, et aime refaire de vieilles voitures ou motos.



Je suis Angélique, ASH (Agent de service hospitalier) et référente d'hébergement au sein de l'établissement.

Mon rôle est d'être garante du bon fonctionnement du service Hébergement, donc de la propreté des locaux et du linge. Ainsi, j'organise, participe et vérifie les tâches ménagères. Je travaille en étroite collaboration avec les ASH, la secrétaire, l'agent technique, les prestataires du linge et des produits ménagers.

Je suis originaire de Normandie, j'ai grandi près des plages du débarquement. Aujourd'hui, j'ai 43 ans et suis mariée et maman de deux enfants de 13 et 9 ans. J'aime le sport, la randonnée et prendre soin de mon prochain. J'ai pour projet d'animer des ateliers « Bien-être intergénérationnel » dans mon village, Allèves.

Ils nous ont quittés



Mr Christollet Gérard



Mr Gérard Christollet était à l'EHPAD depuis de nombreuses années. Nous aimions qu'il nous interpelle en précisant son nom, prénom mais aussi son numéro de sa chambre : « 73 comme la Savoie », disait-il. Pendant longtemps, il ne quittait pas son agenda où on lui laissait des petits mots pour les activités ou juste notre prénom quand on venait lui faire une visite.

Il a marqué les équipes par son sourire, son amabilité envers tous et toutes : l'équipe, les autres résidents, et même les petits oiseaux qu'il nourrissait depuis sa fenêtre. Son humour et son sens de l'autodérision ont également été très appréciés.

C'était un Monsieur très cultivé et par ailleurs très élégant. Et nous le savions bien entouré par ses enfants et neveux et nièces.

Mme Laurent Suzanne



Mme Laurent Suzanne était une dame douce et discrète. Coquette, elle portait toujours de jolies robes à fleurs, et une belle coupe au carré avec parfois une pince ou un serre-tête.

Elle avait toujours le sourire et aimait rire quand le personnel lui faisait des blagues.

Elle était gourmande et appréciait particulièrement les petites douceurs sucrées.

L'équipe garde en souvenir le regard vif et malicieux de Suzanne.

Mme De Gaillande Marie



Mme De Gaillande était une dame cultivée et qui aimait parler de sa vie à l'étranger. Elle a gardé notamment le plaisir de chanter des chansons de la Réunion, ce que les clowns avaient bien compris car ils l'invitaient à chanter avec eux.

Madame a également marqué l'équipe par sa dignité, - elle était toujours positive et ne se plaignait jamais - et par son élégance. Ses nombreux produits de beauté décoraient d'ailleurs sa chambre.

Au sein de l'établissement, elle aimait jouer au loto, mais aussi partager des repas avec les autres résidents. Elle a volontiers participé à des activités plus ponctuelles, créatives notamment.

On se souvient de cette soirée au début de l'été, où Jeannine avait pris beaucoup de plaisir à danser et écouter le concert au pôle culturel, mais aussi de notre sortie voile. Nous gardons en mémoire son sourire.

Méli-mélo ...

Les animaux font leur show, pour le plus grand plaisir de nos résidents !



**Si vous souhaitez recevoir le journal « Témoins » par mail,
merci de communiquer votre adresse mail à l'animatrice :
animation@ehpad-gruffy.fr**