

**CASTEL  
iINFO**

**Juin 2022**

**N° 90**



**Journal interne  
Fondation Castel Notre-Dame**





C'est en cherchant l'inspiration et les mots que je croise du regard les livres de ma bibliothèque de bureau. Mis en valeur un peu par hasard, je lis le titre du livre de Pierre Rabhi, « la sobriété heureuse ».

Peut-être connaissez-vous l'histoire de ce colibri qui lutte contre un feu de forêt, gouttes après gouttes, allant chercher l'eau de la rivière avec son maigre récipient ?

À ceux qui prétendent que c'est peine perdue et que ce feu est trop important pour agir, il répond : « Moi je fais ma part ! »

Tous les jours, nous cherchons à poser les quelques gouttes qui nous appartiennent et ceci, dans un environnement parfois menaçant.

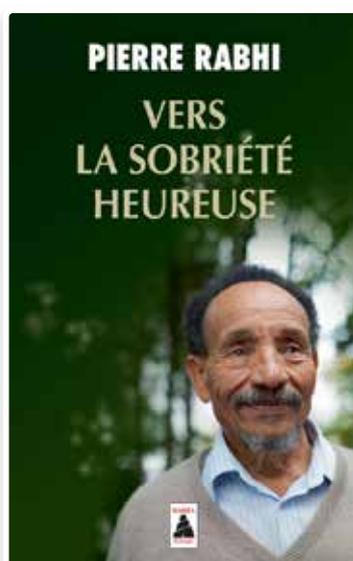
Et vous, quelles sont les gouttes que vous vous autorisez ?

---

Chacun à sa manière contribue au fonctionnement de la Fondation mais également à son développement. Les habitants aussi prennent leur part et apportent des idées ou réalisent des tâches. Parfois de manière très subtile, chacun détient un rôle et une responsabilité. Et lorsque quelqu'un ne semble plus rien faire, il est certainement là pour nous apprendre quelque chose.

En évoquant l'engagement et le courage, je garde ma conclusion pour saluer et remercier les 146 collaborateurs qui, comme le colibri volent avec conviction pour contribuer à leur tour.

**Jérémie Lugari**



«J'avais alors vingt ans, et la modernité m'est apparue comme une immense imposture.»

Dans cet ouvrage, Pierre Rabhi apporte son témoignage sur ce qu'il appelle la «sobriété heureuse», prise en tant que réelle valeur de bien-être, force de libération physique et morale.

## DE RÉSIDENT À HABITANT: le projet

---



Nous avons déjà mis en lumière lors des précédentes éditions de ce journal les différents rôles sociaux portés par les habitants du Castel, tels que la distribution du courrier, le maintien de la terrasse ou la création de décorations florales pour la chapelle. Aujourd'hui, nous partons à la rencontre de Mme Maria Bauza, habitante du Castel depuis 2018.

Née et ayant vécu à Mex, pas loin de St-Maurice, Mme Bauza a fait ses écoles dans la région. Plus tard, Maria a travaillé dans diverses villes comme Lausanne, Genève et Vevey. Elle et son mari Damien, qu'elle a rencontré à Vevey, ont travaillé dans un hôtel à Verbier. Maman de deux filles, elle est entourée de plusieurs petits enfants qui font son plus grand bonheur.



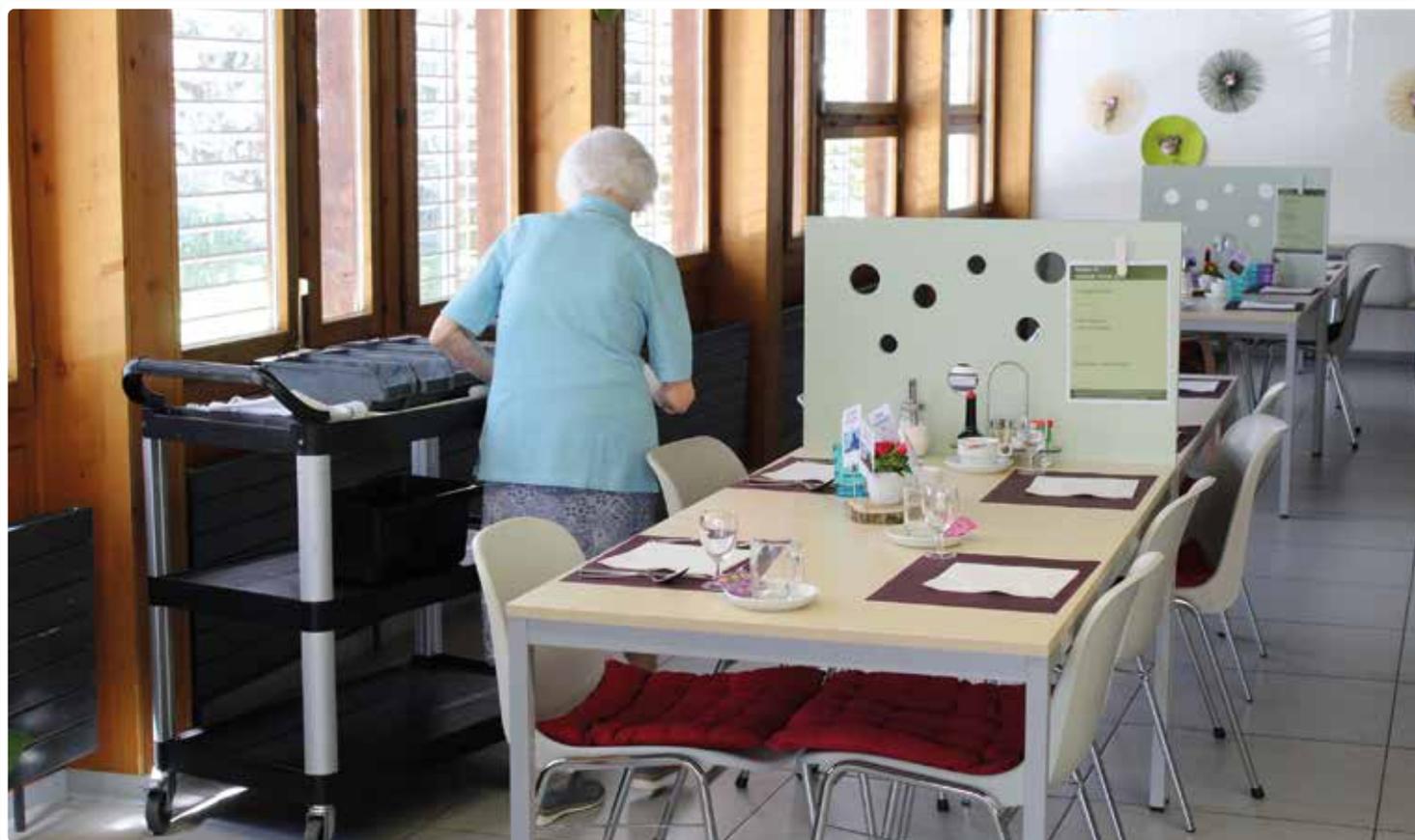
Maria nous raconte comment ce projet s'est mis en place :

**«Au tout début, une autre habitante, Mme Andrée Rossier, était responsable de dresser les tables à la salle à manger, pour le souper. Yonas, employé de cuisine, m'a alors proposé de rejoindre Mme Rossier et de travailler à deux. J'ai répondu positivement avec grand plaisir. Malheureusement, après quelques problèmes de santé, Mme Rossier ne pouvait plus assumer cette tâche. J'ai donc pris la relève et maintenant je suis seule à dresser les tables pour environ 60 personnes.**

**Après ma sieste, vers 15h30, je descends à la salle à manger. Un chariot avec tous les couverts étiquetés est prêt et m'attend. En 30 minutes environ, j'ai dressé toutes les tables pour le souper. C'est un travail qui est agréable et grâce à cela, je me sens utile.**

**Il y a quelques mois, j'ai aussi eu des problèmes de santé liés au Covid. Très fatiguée, je n'ai pas pu continuer à dresser les tables pendant quelques semaines. Dès que j'étais à nouveau en forme, j'ai repris le travail et je m'en suis réjouis.»**



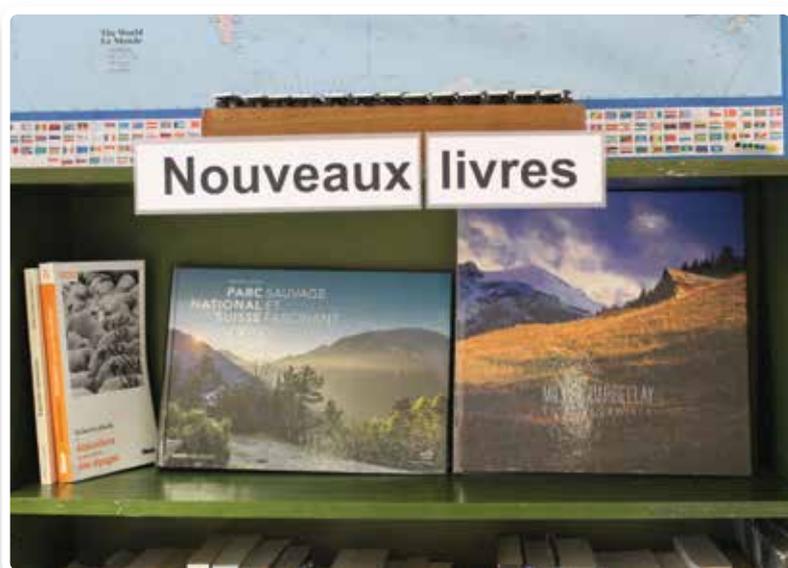


**Mme Bauza réalise cette tâche avec minutie. Chaque couvert est placé au bon endroit, et ce, tous les jours de la semaine. Nous tenons à remercier chaleureusement Maria pour son engagement et son aide qu'elle apporte quotidiennement avec un grand sourire et pour avoir accepté de témoigner dans cette édition du Castel Info.**



## ESPACES COMMUNS À DISPOSITION

Dans la salle d'activités située au rez-de-chaussée, au bout du couloir, côté «Chemin», vous trouverez à votre disposition une grande bibliothèque. Y sont rangés divers livres tels que romans, livres photographiques, encyclopédies que vous pouvez emprunter pour lire dans votre chambre, à la cafétéria ou dans les divers espaces de l'établissement, puis les rapporter dans la bibliothèque.



De nouveaux livres sont régulièrement mis en avant dans cette bibliothèque.

Un espace chaleureux et calme est aussi à disposition, toujours dans la salle d'activités. Vous pouvez l'utiliser à tout moment, seul ou accompagné de vos proches.

Pour de plus amples informations, l'équipe de l'accompagnement social se tient volontiers à votre disposition.



# LA TABLE DU CASTEL RESTAURANT ÉPHÉMÈRE



Après cette période de privation, d'incertitude et de distance sociale, l'idée de réhabiliter nos habitudes et de pouvoir accéder à un nouvel espace a été imaginé par le Chef de cuisine, Julien Boutet: La table du Castel, restaurant

éphémère et convivial est né. Les moments de partage, en particulier autour du repas, sont appréciés de tous et favorisent un rôle social et familial important.





Lorsque la santé s'amenuise, nombreuses sont les personnes et les familles qui se privent de restaurant pour des questions d'accessibilité, de santé, d'identité ou de sécurité.

L'objectif était aussi lié à l'idée que les grandes manifestations ne répondent plus aux besoins et surtout à la santé de la grande majorité des habitants. Il fallait donc trouver une alternative intéressante qui puisse perdurer, y compris en cas de restrictions sanitaires.

Un menu autour des produits locaux et de saison a été proposé aux habitants et leur entourage. Une table spéciale et gratuite était réservée pour les habitants qui souhaitaient inviter un collaborateur. Ces derniers ont été sensibilisés et pouvaient eux aussi inviter un habitant en toute convivialité.

Ce projet a mobilisé toute l'équipe de cuisine et celle du service permettant à la fois d'atteindre des objectifs identitaires et sociaux. Il se pourrait bien que la formule soit reprise à l'avenir pour les événements ponctuels et importants durant l'année comme la chasse, les fêtes de l'Avent ou la fête de mères.



## **DE RÉSIDENT À HABITANT: Le fil rouge**

---



Parmi les nombreuses aides externes liées à la méthode Montessori, les livres sont de précieux outils qui facilitent le lien social et favorisent l'expression de soi.

La création de ces livres, par les habitants, avec l'aide des facilitateurs, permet à la personne

d'être utile et de participer à l'élaboration de ce média.

Certains livres nous emmènent en voyage, parlent d'un sport, d'une région, ou sont informatifs. Ils sont à disposition de tous. D'autres, plus intimes et dédiés à l'usage privé, retracent un parcours de vie, sont agrémentés de photos ou témoignages de proches.

Avec une taille de texte et une mise en page adaptées, la lecture de ces livres engage les capacités préservées.

Seul ou en groupe lors d'atelier lecture, l'utilisation de ces livres crée de l'activité et du lien, incite au partage et stimule la mémoire.

Si vous souhaitez créer votre livre ou accompagner votre proche à le faire, n'hésitez à prendre contact avec le service d'accompagnement social qui se tient volontiers à votre disposition pour vous aider à réaliser ce projet.





# LE MARCHÉ AUX FLEURS



Du 9 au 12 mai, un marché aux fleurs s'est tenu devant la chapelle du Castel Notre-Dame. Plusieurs choix de plantes étaient à disposition afin de permettre à chaque habitant de choisir ce qu'il souhaitait planter sur son balcon.



Depuis des années, le Castel Notre-Dame se paraissait de rouge avec des géraniums tombants sur chaque balcon. C'était une habitude connue autant des habitants que des voisins du quartier.

En 2022, avec l'arrivée de la méthode Montessori dans l'établissement, le choix est redonné à l'habitant. Mme Gemma Couturier, habitante du 5<sup>e</sup> étage, a pu choisir ce qu'elle allait planter sur son balcon.

Elle témoigne :

**« Les balcons étaient décorés de géraniums rouges qui tombaient côté extérieur... c'est vrai que pour nous qui sommes dans la chambre, on ne voyait pas vraiment les fleurs. C'était plus pour décorer le bâtiment pour les regards extérieurs. Cette année, en pouvant choisir nos fleurs, nous avons pu y mettre des plantes hautes, de différentes couleurs, de différentes tailles. Nous avons fait notre commande selon nos goûts, c'est un grand plaisir! »**

Yvonne Aymon, jardinière et initiatrice de ce projet, a organisé sur plusieurs après-midi un stand mettant en lumière les différentes plantes et fleurs à disposition. Chacun a pu, avec l'aide de ses proches, du personnel ou seul, commander les fleurs selon ses envies. Mme Anne-Françoise Gay-Balmaz, habitante du 1<sup>er</sup> étage, ainsi que d'autres habitants étaient présents sur le stand afin d'aider Yvonne lors des commandes.



**«Pour une première édition, c'est un réel succès. Sur environ 120 habitants, plus de 100 sont venus sur le stand choisir leurs fleurs, accompagnés du personnel, de leurs familles ou de manière autonome. Pour ceux qui ne pouvaient pas se déplacer, je suis allée à leur rencontre avec mon chariot de fleurs afin qu'ils puissent faire leur choix. Le bilan est très positif. J'ai remarqué l'importance de laisser le choix à l'habitant et surtout, comme le marché était sur 4 jours, de pouvoir changer d'avis et de revenir sur le stand pour modifier sa commande.»**

**Yvonne**

Elle relève aussi la chance d'avoir un espace vert ainsi qu'une belle terrasse à disposition des habitants, des proches et du personnel. Bien aménagée avec tables et chaises, elle permet aux habitants et familles de se retrouver, de partager un verre au soleil et de profiter de l'air libre, si agréable dès l'arrivée du printemps.



La semaine suivante, les plantations ont été effectuées dans chacune des chambres, avec l'aide des habitants, du personnel de l'intendance et de l'accompagnement social. Ce furent deux belles semaines fleuries, accompagnées d'une météo clémente et ensoleillée.

**Laissons pousser les fleurs, pour bientôt admirer une explosion de couleurs!**



# PROGRAMME

---

Durant les prochains mois, diverses activités vous seront proposées :

- Accompagnement individuel, réalisation de projet personnel
- Chant tous les mercredis matin avec Anne
- Journée du 1er août avec concerts, grillade et raclette
- Préparation des légumes pour la soupe
- Journées à thèmes
- Musicothérapie avec Bernadette
- Massothérapie / drainage lymphatique avec Catherine Ruocco de l'Espace Schantilal
- Gymnastique douce avec Ariane
- « Lis-moi un livre » avec Grégory, Pierre-Alain et Jeanne Reuse
- « Danse du Cœur » avec Raphaël et / ou Gisèle
- Séances Snœzelen avec Filomena
- Concerts avec « Dans l'Jardin » 2x par mois
- Pattes tendues avec Nadine Vervier et Kayla

Compte tenu de la situation sanitaire, les activités peuvent être, en tout temps, modifiées ou reportées.



## PRÉSENCE SPIRITUELLE

La messe est célébrée tous les dimanches à 11h00. Le chapelet a lieu chaque mercredi à 17h00.

Madame Laure Barbosa, accompagnatrice spirituelle est présente le mercredi.

## **AUMÔNERIE: Les Sœurs de Saint Maurice**

---



Aujourd'hui comme hier, les Sœurs vivent leur vocation dans des engagements variés auprès des jeunes, des enfants en situation d'handicap, des personnes malades ou âgées. Parmi celles qui se dévouent ici au Castel Notre-Dame, c'est au tour de Sœur Claire d'évoquer son parcours de vie et de foi.

Sœur Claire Sierro vient de fêter les 60 ans de sa Profession! Depuis l'enfance elle aime prier. De cette époque, elle se souvient d'un almanach évoquant les Sœurs missionnaires et aussi du livre de messe pour suivre la célébration. Lors du sacrement de la Confirmation, Claire entend que « plusieurs seront appelés » et la question vibre dans l'oreille de son cœur. Joyeuse, elle aime bien la vie de village et la danse mais après son travail au service des repas à la Grande Dixence, elle ne manque jamais de s'arrêter à la petite chapelle le soir pour prier...

Claire se sent appelée et après un entretien avec un prêtre, entre au noviciat à Vérolliez à l'aube de ses 20 ans. Elle travaille et se forme au foyer Clairval, à la Gloriette, à Saint-Amé puis à la Clinique de Sion avec les infirmières et au foyer Pierre-Olivier de Chamoson avec le docteur et encore à l'infirmerie du Castel. Au foyer Bon Accueil à Lausanne, elle accompagne de jeunes étudiantes de tous

pays et arpente souvent la ville en prière tout en portant la communion. Elle retourne ensuite à la Pelouse pour tenir la pharmacie et prendre soin des sœurs malades.

Depuis 2019, elle a rejoint l'aumônerie du Castel et à 82 ans, peut encore donner du temps et visiter les personnes âgées. Sœur Claire estime cela très gratifiant et le vit comme un cadeau pour sa vieillesse.

**«Merci de m'avoir donné la foi Jésus, tu es mon ami et mon médecin. On n'a jamais fini de découvrir la conscience que Dieu habite en chacun de nous et ne nous abandonne pas une minute!»**



Récemment elle a accepté pour des raisons de santé de prendre du repos à vos côtés, chers habitants. Nous saisissons donc l'occasion de rendre grâce pour son magnifique témoignage de vocation et la remercions

de tout cœur pour sa délicate et souriante présence en aumônerie!

À bientôt avec le portrait de Sœur Marie-Thérèse.

**Laure**

# **DANS NOS CŒURS: Ils nous ont quittés**

---

La Fondation Castel Notre-Dame garde en pensées toutes les personnes qui nous ont quittés durant ces derniers mois, ainsi que leurs familles et leurs proches.



**Madame Carmen  
Antonioli**



**Madame  
Raymonde  
Bruttin**



**Madame Jeanine  
Grand**



**Madame Simone  
Constantin**



**Madame Ruth  
Pochon**



**Madame  
Marie-Claire  
Tornay**



**Monsieur  
Maurice  
Reuse**

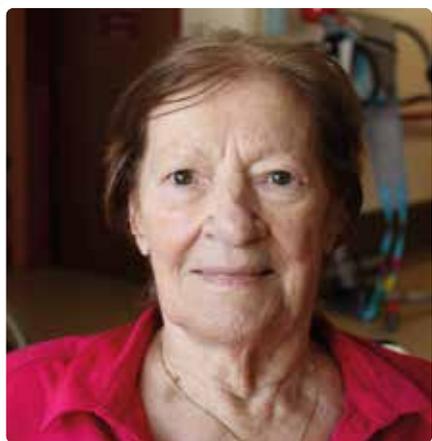


**Madame  
Angelina  
Quesada**

## **BIENVENUE: Ils nous ont rejoints**

---

Nous vous souhaitons la bienvenue  
au Castel Notre-Dame.



**Madame  
Giovannina  
Marchi**



**Monsieur Michel  
Giroud**



**Madame Carmen  
Pellaton**



**Madame Noëlle  
Crisinel**



**Monsieur Henri  
Emile Morand**



**Madame Solange  
Pellaud**



**Monsieur  
Fernand Moulin**

# Jeux



Papillon    Soleil    Parapluie    Moineau    Tondeuse  
Abeille    Poussin    Tulipe    Pelouse    Hirondelle  
Dégel    Jardinage    Orage    Coccinelles



## QUI SUIS-JE ?

Au détour d'un couloir, vous avez sûrement déjà croisé ce regard. Elle a pris quelques années mais ses yeux n'ont pas changé...

**Réponse « Qui suis-je » édition 89 :  
Vénéra Berraud, (anciennement  
Barbagallo) ancienne aide-soignante**