CASTEL info

Journal interne
Fondation Castel Notre-Dame

Martigny
N°86 - Avril 2021

PROGRAMME

Durant les prochains mois, diverses animations vous seront proposées :

- **Concerts « Dans l'Jardin »**
- **Les Concerts du Cœur**
- **Gymnastique douce**
- **Repas partagés**
- **Activité avec la Fondation Barry**
- **Biodanza avec Raphaël Loetscher**
- **Présence d'une clown thérapeutique**
- **Semaines à thèmes**
- **Pattes tendues**
- **Atelier couture**
- **Et pleins d'autres !**

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 uniquement pour les habitants, selon un plan défini.

Madame Laure Barbosa, accompagnatrice spirituelle est présente le mercredi.

EDITO

Jérémie Lugari
Directeur

Lorsque la vie reprend ses droits,

Nous ne pouvions pas imaginer une seule seconde la difficile traversée vécue cette dernière année. Aujourd'hui, les allègements concédés, et possibles grâce à la vaccination, nous laissent espérer un retour à la vie.

C'est un sentiment magnifique de pouvoir imaginer plutôt que de limiter, d'autoriser plutôt que d'interdire, de construire plutôt que de bricoler, de vivre plutôt que d'attendre.

Durant ces derniers mois, notre activité ne s'est pas résumée uniquement à la gestion difficile de la crise Covid. Nous avons maintenu notre vigilance afin de continuer des réformes de notre activité, de nos compétences et de nos outils.

EDITO

suite

L'introduction de l'approche Montessori pour les Seniors, telle que décrite par Florent dans les pages suivantes, en est le plus bel exemple.

Grâce à la formation programmée de l'ensemble des collaborateurs, nous souhaitons favoriser un accompagnement et une qualité de vie basée sur les ressources préservées et les choix des habitants.

Nous nous réjouissons de pouvoir vous présenter ce projet ambitieux une fois que la situation épidémiologique nous permettra de nous réunir.

L'espoir d'un retour à la normale reste notre principale motivation. Nous vous remercions sincèrement pour votre confiance et les nombreux messages d'encouragements et souhaitons une bonne lecture de ce nouveau journal, adapté dans sa conception, pour favoriser la lecture de tous.

Jérémie Lugari

RETOUR SUR 2020

Le mémorial 2020

2020… que dire de cette année si spéciale. Je doute qu'un simple mot, une simple phrase puissent la résumer.

Durant les trois premiers mois de l'année, nous avons tous vécu "cette vie d'avant", plus simple, il me semble. Nous n'avions pas toutes ces questions en tête qui ne nous lâchent plus : "*ai-je mis mon masque, suis-je assez loin de toi pour te protéger ?*" et tant d'autres réflexions que nous avons chaque jour. Ce virus, encore inconnu il y a peu, est venu chambouler nos vies à tous, habitants, famille, amis, collaborateurs.

Il est arrivé comme un ouragan venu de loin dans nos Alpes d'habitude si paisibles.

RETOUR SUR 2020

Le mémorial 2020

Nous avons dû faire face à quelque chose de nouveau. Nous avons dû modifier notre manière de vivre, de réfléchir, en privilégiant la sécurité et la santé de tous, au détriment d'autres points importants.

Nous avons été confrontés à des adieux difficiles, à la solitude, à l'impuissance et à des moments de doutes… Et pourtant, malgré la tempête dans laquelle nous étions tous, nous avons su faire preuve de solidarité, d'entraide et de confiance. Voila un an que chaque jour, nous éprouvons de telles émotions.

Pour les habitants comme pour les familles et leurs proches, 2020 fut une année très difficile. Plus de contacts physiques pourtant si vitaux, moins de liberté, moins de temps à accorder, davantage de mesures à respecter qui changent parfois d'un jour à l'autre et qui sont difficiles à appliquer lorsque l'on se retrouve devant une personne qui n'aurait besoin que d'une caresse, d'un geste tendre et rassurant.

RETOUR SUR 2020

Le mémorial 2020

Beaucoup de changements et de bouleversements auxquelles ils/elles ont su faire face avec tant d'empathie et de compréhension. Même la plus belle tournure de phrase ne suffirait pas à vous remercier, vous les habitants du Castel, vos familles et vos proches ainsi qu'à tous les collaborateurs.

A travers ce mémorial photographique des personnes qui nous ont quittés durant l'année 2020, que vous avez pu voir sur le mur de notre chapelle, nous souhaitions rendre un dernier hommage à toutes ces nouvelles étoiles qui ont rejoint le ciel et qui désormais veillent sur nous de là-haut.

RETOUR SUR 2020

Le mémorial 2020

Comme le disait William Shakespeare :

« *L'esprit oublie toutes les souffrances quand le chagrin a des compagnons et que l'amitié le console* ».

Je crois que c'est ce que nous devons retenir de l'année 2020. Serrons-nous les coudes, soyons là pour notre prochain dans les moments difficiles comme dans les bons, respectons nos camarades de route, soyons présents les uns pour les autres afin que chacun puisse se réaliser… et tout ira bien !

Estelle Berger, animatrice

ANIMATION

Exposition

Parmi les habitants de la maison, se cachent de grands artistes….

Mme Bianca Losego, habitant au 4ème étage, en fait partie !

Originaire d'Italie, Madame est en Suisse depuis l'âge de 20 ans. Elle a vécu à Charrat, petit village de la région avant de venir au Castel en 2010.

Chaque jour, elle prend ses crayons de couleurs, ses feutres et son inspiration pour colorier de belles images.

Orange, bleu, vert… tant de couleurs qui illuminent et qui attirent notre regard.

ANIMATION

Exposition

En compagnie de Madame, nous avons fait une sélection de ses plus beaux dessins que vous avez pu contempler dans les différents étages de l'établissement.

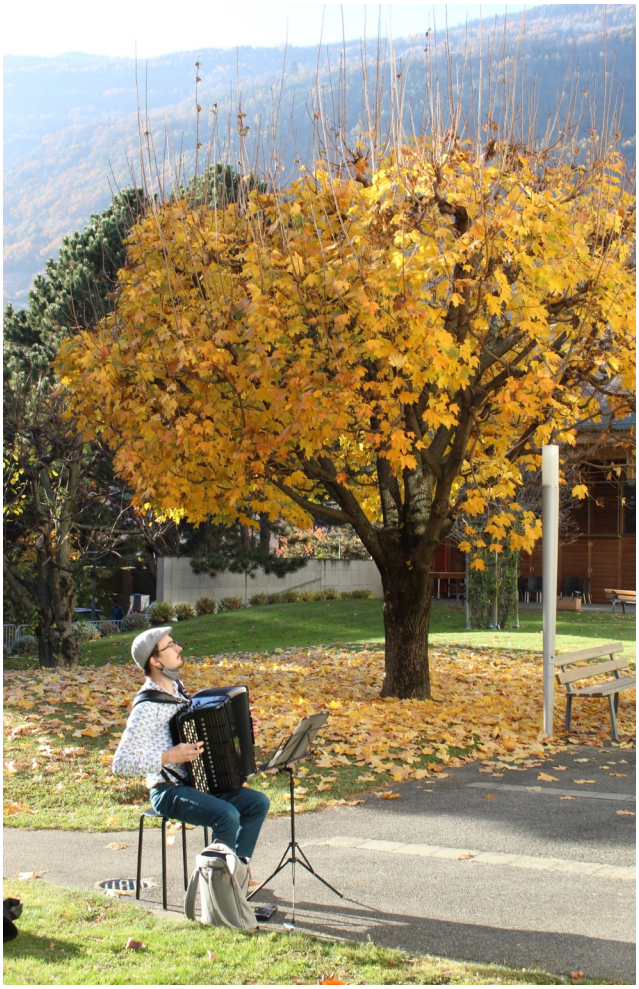
« Cela me fait plaisir de voir mes dessins sur les murs de la maison. Je ne pensais pas avoir un tel succès. C'est une belle idée d'avoir exposé mes dessins, je suis très contente. »

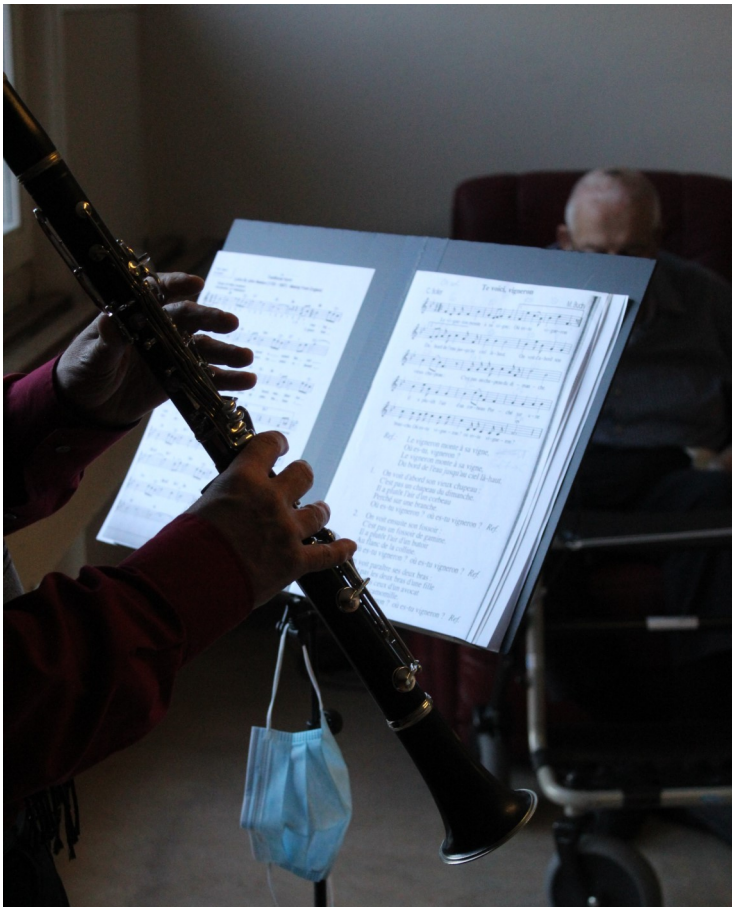
Mme Bianca Losego

Nous tenons à la remercier d'avoir eu la gentillesse d'accepter de faire une exposition qui nous a tous émerveillés et qui a rempli notre quotidien avec tant de couleurs !

DES IMAGES

contre les maux





De la musique, de la gym, et des sourires !

VOUS AVEZ LA PAROLE

Hommage à Sœur Marie-Luc

« Chère Sœur,

Je vous ai rencontrée à la Clinique Saint-Amé en 1982 lors de mon stage d'aide-soignante avant de faire mon école d'infirmière-assistante. C'est vous qui m'avez chapeautée durant 6 mois environ. Vous m'avez appris à m'occuper d'une personne âgée, pour son hygiène corporelle, l'habillage et l'accompagnement.

Puis je suis partie faire mon école et je vous retrouve lors de mon dernier stage à la Clinique en 1985. Engagée à la Clinique Saint-Amé comme infirmière-assistante à la fin de mon école, vous y étiez toujours.

Je suis partie fonder une famille et je reprends le travail au Castel Notre-Dame en 2005. Et là, quelle ne fut pas ma surprise de vous trouver parmi les Sœurs qui habitent au Castel.

VOUS AVEZ LA PAROLE

Hommage à Sœur Marie-Luc

Nous nous sommes tout de suite reconnues et vous me faisiez bien rire car vous annonciez à qui voulait l'entendre que : « *C'est Françoise et vous savez que c'est moi qui lui ai appris à tenir une lavette* ». C'était tellement drôle de vous voir si ravie de pouvoir le raconter.

Puis les circonstances font que vous devenez une habitante. Nous avons gardé cette complicité et chaque fois que nous nous croisions, nous discutions un instant de ma famille, de Sainte Françoise Romaine qui est ma sainte Patronne, de tout et rien.

Puis je fais des gardes de nuit et là aussi nous discutions lorsque l'occasion se présentait. Je vous voyais durant la nuit quand une petite soif se faisait sentir et chaque fois, un mot gentil avec une poignée de main sur l'épaule.

VOUS AVEZ LA PAROLE

Hommage à Sœur Marie-Luc

Une autre circonstance a fait que vous vous êtes envolée chez les anges et malheureusement, je n'ai pas pu vous dire au revoir, ni vous souhaiter bon voyage.

Je vous suis tellement reconnaissante de votre enseignement, de votre amitié et je vous garde profondément au fond de mon cœur.

La larme à l'œil que je pense à vous et vous souhaite d'avoir trouvé la paix. »

Sœur Marie-Luc

Françoise Mayor, veilleuse

DE RÉSIDENT À L'HABITANT

Une nouvelle vision

Du résident à l'habitant, il n'y a qu'un pas. Et Maria Montessori, qui a développé une approche pédagogique fondée sur l'observation scientifique du développement cognitif et psychique de l'enfant, n'y est pas étrangère.

Dans les faits, trois principes sont définis : le respect, la dignité et l'égalité.

DE RÉSIDENT À L'HABITANT

Une nouvelle vision

La « Méthode Montessori » adaptée aux personnes âgées par le Professeur Cameron J. Camp, permet au fil des jours, de redonner à la personne un sentiment de contrôle sur sa vie, de favoriser l'engagement dans des activités et un rôle social au sein d'une communauté.

Ainsi, tous les services d'une institution sont mis à contribution afin de remettre l'habitant au centre du « Village ». Cuisine, animation, intendance et bien sur soignants, sont invités à prendre part à cette transformation.

DE RÉSIDENT À L'HABITANT

Une nouvelle vision

Après avoir participé aux trois jours de cours délivrés par Elisabeth Thétas, nous avons déjà pu mettre en œuvre quelques principes.

Certains habitants vont chercher eux-mêmes leur journal à la réception, tandis que d'autres, à l'heure du goûter nous aident à couper les fruits puis à distribuer les boissons.

Nos badges ont aussi été modifiés afin qu'ils soient plus lisibles et certains habitants m'appellent par mon prénom. Quelques-uns même, ayant manifesté une joie de pouvoir le lire.

J'ai pu constater qu'à l'animation ainsi que dans les ascenseurs, des indications écrites en gros caractères permettent de mieux se situer et d'assurer une meilleure guidance.

DE RÉSIDENT À L'HABITANT

Une nouvelle vision

Au premier étage, le projet expérimental d'un petit déjeuner sous forme de buffet avec l'aide des habitants et du personnel va être mis en place ces prochains mois et pourra, dans un futur proche, être adapté au reste de la maison.

Evidemment, toutes ces étapes ne se font pas en un jour et, à force de concertation, nous parviendrons à redonner vie à ce lieu qu'est la Fondation Castel Notre-Dame. Cela fait maintenant une année que les habitants sont confinés et de voir ce projet fleurir, permettra certainement d'épanouir toute personne qui voudra y adhérer.

DE RÉSIDENT À L'HABITANT

Une nouvelle vision

Arrivé il y a peu dans le milieu des soins, je voulais exercer dans un domaine qui ne soit pas figé. C'est pourquoi, adapter la méthode Montessori aux personnes âgées me plaît car si nous restons des soignants, nous sommes aussi aujourd'hui les « Facilitateurs » de leur quotidien.

Notre rôle est de préserver les ressources dont les habitants sont encore capables et, c'est pourquoi je me réjouis de participer à cette aventure.

Florent Boscher, auxiliaire de santé

AUMÔNERIE

Rencontre avec Michel Praplan

Les responsables de l'aumônerie du Castel Notre-Dame me demandent de me présenter à vous les résidents et le personnel administratif et médical. Je n'aime pas beaucoup cet exercice, mais je vais le faire tout-de-même, puisqu'il y a déjà plusieurs mois que l'on se croise dans la maison et à la chapelle.

Je suis né le 31 mai 1944 à Icogne, petit village appuyé à la colline du Christ-Roi, dans le Valais central. C'est là que j'ai connu la Chanoine Gabriel Pont, vicaire venant à l'école pour l'heure de catéchisme et la préparation des servants de messe. Avec ma maman, nous avons parlé de devenir « prêtre comme lui ».

AUMÔNERIE

Rencontre avec Michel Praplan

Les chanoines du Gd-St-Bernard qui avaient un collège à Lausanne (Collège Champittet) m'ont embarqué pour me permettre de faire les études classiques. Ce fut ensuite l'entrée au Séminaire de la Congrégation ici à Martigny pour les études de préparation au sacerdoce. Et le 20 juin 1970, je fus ordonné prêtre par Monseigneur Nestor Adam, dans le Monastère des Bernardines de Géronde / Sierre.

C'est aujourd'hui ma 51ème année de sacerdoce que j'ai le plaisir de partager avec vous et avec les paroisses qui ont besoin de quelques services.

AUMÔNERIE

Rencontre avec Michel Praplan

Pendant toutes ces années, la Congrégation m'a proposé différents ministères, plutôt auprès des jeunes (Pensionnat en Vallée d'Aoste) et dans les maisons d'accueil (St-Oyen en Vallée d'Aoste et Hospice du Simplon).

Quelques séjours en paroisses (Orsières, Vouvry, Lens, Vernayaz) m'ont permis de rencontrer le 3ème âge avec qui je me suis toujours trouvé très à l'aise.

Une dame de Montana-Village regrettait d'avoir quitté sa maison pour aller au home à Lens. Je lui réponds gentiment : « *Madame, j'ai aussi quitté ma maison familiale pour un lieu que je n'ai pas choisi. Nous sommes tous les deux comme les escargots ; partout où nous allons, nous sommes toujours chez nous, puisque nous portons notre maison avec nous.* »

AUMÔNERIE

Rencontre avec Michel Praplan

Aujourd'hui, c'est le 3ème âge qui m'a rejoint et me permet encore d'être prêtre disponible auprès de vous. Que vient faire le prêtre dans un home où les pensionnaires sont choyés autant par le personnel médical que par le service d'aumônerie ?

La présence du prêtre doit favoriser le rassemblement des pensionnaires par le cœur.

AUMÔNERIE

Rencontre avec Michel Praplan

La solitude est à éviter au maximum car elle éteint les belles qualités du cœur. Vous avez également besoin de voir le prêtre comme une présence humaine, le regard amical posé sur chacune et sur chacun, disponible à engager une conversation.

Lorsque, à notre âge, nous nous rapprochons de plus en plus du bonheur éternel, nous désirons que tous puissent y participer. Les absents n'ont jamais rendu une fête plus belle. J'ai déjà pratiqué cette présence sacerdotale dans le Home du Christ-Roi à Lens, ma paroisse d'origine. A mon arrivée, j'avais dit :« *Nul n'est prophète en son pays* ». Un pensionnaire m'a répondu du tac-au-tac : « *On te demande pas d'être « prophète » ; sois « Michel », le prêtre que nous connaissons* ». Que Dieu m'aide à être « prêtre » et « ami », pour vous servir.

Michel Praplan

DANS NOS CŒURS

Ils nous ont quittés

09.01.2021	M. Arthur Constantin
17.01.2021	Mme Marie-Luc Zeiter
01.02.2021	Mme Andréa Guéra
20.02.2021	M. Pietro Palamara
23.02.2021	Mme Eloisa Pirrotta Arimondi
26.02.2021	Mme Jacqueline Meystre
08.03.2021	Mme Nelly Schear

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.

BIENVENUE

Ils nous ont rejoints

01.02.2021	Mme Maria Casarano
11.02.2021	Mme Charlotte Carrel
24.02.2021	M. Bernard Sarrasin
04.03.2021	M. Alfred Portner
16.03.2021	Mme Thérèse Bruttin
17.03.2021	M. Virgilio Trombella
23.03.2021	Mme Marie-Rose Guglielmina
24.03.2021	M. Michel Lovey
24.03.2021	Mme Gisèle Bourgeois

La Fondation Castel Notre-Dame pense aussi à toutes les personnes qui nous ont rejoints ces derniers mois et qui ne figurent pas sur la liste ci-dessus.

Des habitants ont retrouvé leur maison pour se rapprocher de leur famille ou de leurs habitudes de vie : Mme Germaine Vouillamoz, Mme Simone Gross et Mme Hannah Reber.

JEUX

Le printemps

p	b	o	u	r	g	e	o	n	ù	n
y	r	u	u	f	k	à	û	à	z	f
s	i	i	é	p	h	è	e	f	v	p
o	s	ù	n	d	y	d	ù	l	a	r
l	x	a	l	t	f	u	f	o	c	w
e	î	f	h	s	e	e	y	r	a	l
i	v	m	l	a	h	m	t	a	n	w
l	d	u	x	e	x	o	p	i	c	v
t	s	j	d	z	u	l	é	s	e	i
P	â	q	u	e	s	r	é	o	s	w
l	d	p	b	g	z	s	à	n	d	m

A vous de trouver les mots cachés !

printemps
bourgeon
soleil
Pâques
vacances
fleur
floraison

Qui suis-je ?

J'ai un rôle indispensable dans l'établisse-ment. Grâce à moi, tout brille !

Réponses édition précédente : Qui suis-je : Giselle Michel, réception