

Le Causeur

Volume 12, numéro 3, automne 2011

LA JEUNESSE

LE LOUP DANS LA BASSE-COUR

JAMAIS DEUX SANS TROIS

UN SECRET DE JEUNESSE



Centre de santé et de services sociaux
de la Vieille-Capitale

Centre affilié universitaire

Le Causeur

Volume 12, numéro 3

Automne 2011

Le Causeur est publié quatre fois l'an par le Centre de santé et de services sociaux de la Vieille-Capitale pour les résidents des centres d'hébergement et des ressources intermédiaires, les usagers des centres de jour et les membres des familles.

Comité du journal

Lise Bélanger
Pauline Boutin
Michel Cantin
Dominique Ekker
Nicole Gagné
Claire Gagnon
André Girard
Monique Langlois
Hélène Matteau
Lucie Morneau
Julie Poirier
Lili Richard

Coordination

Dominique Ekker

Révision linguistique

Dominique Ekker
Marie-France Caron-Leclerc

Production

Graphisme : Claire Gagnon
Impression : J. B. Deschamps inc.

Tirage

4 000 exemplaires

Dépôt légal : 2009
Bibliothèque et Archives nationales
du Québec

Bibliothèque et Archives Canada

ISSN : 1919-6679 (imprimé)

1920-5414 (en ligne)

Les genres masculin et féminin sont utilisés sans discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.



TABLE DES MATIÈRES

COUP D'ŒIL SUR LE CAUSEUR

- 4 Un secret de jeunesse

INFO HÉBERGEMENT

- 5 Une journée d'intégration pour le nouveau personnel

COMITÉ CENTRAL DES RÉSIDENTS

- 6 Un projet d'habitation pour les jeunes résidents

LA JEUNESSE

- 8 Quel âge me donnez-vous ?
- 9 Que faisiez-vous au temps de votre jeunesse ? Je m'occupais !
- 10 Souvenirs de jeunesse, sensation de bien-être
- 11 Une opération pour un regain de jeunesse
- 12 Paroles d'une jeune étudiante
- 13 Armée pour affronter la vie



16



22



30

- 14 Le loup dans la basse-cour
- 15 Une vie de labeur
- 16 Un projet de vie
- 17 Des valeurs qui portent leurs fruits
- 18 Vivre vieux pour devenir un peu « tannant »
- 19 Vivre jeune en centre d'hébergement
- 20 Jeune et sans souci à 76 ans
- 21 Énergie et pensée : gages de jeunesse
- 22 S'ouvrir les yeux au bonheur
- 23 Dans la mire de la jeunesse
- 24 Jamais deux sans trois
- 27 La jeunesse autrement
- 28 Une histoire de courage à suivre
- 29 Dans les petits pots, les meilleurs onguents !
- 30 Découvrir les personnes âgées

LA VIE DANS LES CENTRES D'HÉBERGEMENT

- 31 Pour formuler une plainte
- 32 Centenaire, qui dit mieux ?
- 33 Double célébration pour une centenaire
- 34 Pourquoi isole-t-on parfois un résident ?
- 36 Un concert mémorable

TÉMOIGNAGES ET REMERCIEMENTS

- 38 Hommage à Monique Lachance
- 39 Merci à tout le personnel de l'Unité de vie 450
- 40 À tout le personnel de l'Unité 3000 du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec
- 41 Un mot de reconnaissance
- 41 À l'équipe du *Causeur*

42 JEUX

UN SECRET DE JEUNESSE

Lise Bélanger, directrice adjointe de l'hébergement

Chers lecteurs,
Chères lectrices,

Aborder le thème de la jeunesse dans un milieu où le vieillissement prend beaucoup de place, voilà le défi que l'équipe de rédaction du journal *Le Causeur* a décidé de relever. La parole a donc été donnée aux résidents et aux résidentes qui voulaient exprimer leur opinion sur ce sujet, qu'ils soient âgés de plus ou de moins de 65 ans.

Au fil des témoignages, vous apprendrez que certains se sentent jeunes en étant en amour ou en se liant d'amitié. D'autres ont éprouvé ce sentiment en mettant au monde ou en côtoyant des enfants. Mais tous retrouvent leur jeunesse en profitant des bons moments de la vie, en se sentant utiles pour les autres, en cultivant des relations privilégiées avec leur famille ou leurs proches ou en réalisant de petits ou de grands projets.

Ainsi, quelle que soit la génération, la jeunesse ne semble pas nécessairement liée à l'âge mais à un état d'esprit, d'où l'expression être jeune dans sa tête et son cœur.

Je vous invite donc à lire ces souvenirs de jeunesse et surtout ces trucs pour rester ou vous sentir jeune tout le temps. Ces beaux témoignages vous fourniront un regain de jeunesse, même si vous demeurez dans un centre d'hébergement !

Laissez-vous bercer par ce thème en rêvant à votre jeunesse éternelle !

Bonne lecture ! ■



Mme Lise Bélanger

UNE JOURNÉE D'INTÉGRATION POUR LE NOUVEAU PERSONNEL

Hélène Matteau, conseillère cadre en hébergement



Mme Hélène Matteau

Le CSSS de la Vieille-Capitale embauche régulièrement de nouvelles personnes pour remplacer celles parties en vacances ou à la retraite ou celles bénéficiant d'un congé à la suite de la naissance d'un enfant, etc.

Afin de bien accueillir ces nouveaux employés, de faciliter leur adaptation dans leur milieu de travail et surtout d'assurer la qualité des soins offerts aux résidents, la Direction de l'hébergement a mis sur pied une journée d'intégration.

Quels sont les objectifs de cette journée ?

- Familiariser les nouveaux employés avec l'approche milieu de vie ;
- Leur expliquer la philosophie de l'approche relationnelle de soins :
 - Une vidéo leur démontre comment utiliser cette approche lors de l'alimentation et lors des activités d'hygiène et d'habillage ;
- Les informer des attentes de la Direction de l'hébergement ;
- Leur donner les explications relatives aux directives concernant :
 - La prévention des plaies de pression, des chutes et des infections ;
 - L'utilisation exceptionnelle des contentions ;



- Leur fournir plus d'informations au sujet :
 - Des symptômes psychologiques et comportementaux de la démence ;
 - De l'alimentation en centre d'hébergement ;
- Leur proposer des mesures de soutien pour différents aspects de leur travail.

Une première journée d'intégration a eu lieu le 8 juin dernier. Trente-huit employés embauchés dans les derniers mois (infirmières, infirmières auxiliaires, préposés aux bénéficiaires, physiothérapeutes, nutritionnistes et préposés à l'entretien ménager) ont pu profiter de l'expertise de différentes personnes-ressources pour améliorer leurs connaissances.

Les participants ont apprécié la pertinence des sujets et les liens concrets avec leur nouveau milieu de travail.

Ces journées se répéteront quelques fois par année. ■

UN PROJET D'HABITATION POUR LES JEUNES RÉSIDENTS

Michel Cantin,
secrétaire du comité central des résidents

Il y a une dizaine d'années, des membres du comité des résidents du Centre d'hébergement Christ-Roi ont constaté que des personnes encore dans la fleur de l'âge y étaient hébergées. Ces jeunes, en raison d'une maladie dégénérative ou d'un lourd handicap, ne pouvaient plus demeurer à domicile, même avec certaines adaptations. Faute de mieux, ils se sont retrouvés dans ce centre d'hébergement conçu pour des personnes âgées tant dans son aménagement physique que dans son offre de services et sa programmation d'activités.

Nos premières démarches pour faire corriger cette anomalie aboutirent à la création d'une unité de douze lits offrant des activités mieux adaptées aux goûts de ces jeunes. Mais le ministère de la Santé et des Services sociaux ayant appris la nouvelle, la direction du CSSS de la Vieille-Capitale fut rapidement informée qu'il ne saurait être question de multiplier ces îlots. Il fallait que des initiatives semblables se développent à l'extérieur des centres d'hébergement, ce qui est effectivement préférable.

COMITÉ CENTRAL DES RÉSIDENTS

Nous avons alors signalé à M. Sylvain Gagnon, directeur général du CSSS de la Vieille-Capitale à l'époque, qu'un terrain vacant à l'arrière du Centre d'hébergement Christ-Roi pourrait servir d'emplacement à une ressource d'hébergement pour de jeunes résidents. M. Gagnon adopta l'idée immédiatement et demanda à deux organisateurs communautaires de travailler à la réalisation du projet.

Ce projet s'appelle le Domaine du Parc-Savard. Sa réalisation commencera dès le début de l'automne pour être complétée au début de l'automne 2012. Trois édifices de quatre étages abriteront 130 logements dont 31 seront adaptés pour des jeunes avec des handicaps lourds qui recevront un service de soutien à domicile intensif 24 heures par jour.

Ce projet offre un bel exemple de l'innovation dont notre société fait preuve dans sa façon de répondre aux besoins de la population. Il illustre bien également ce qui peut résulter de l'implication des citoyens lorsque ceux-ci bénéficient d'une écoute attentive et d'une ouverture de la part des dirigeants de nos institutions.

Une centaine de personnes de moins de 65 ans résident dans les 8 centres d'hébergement du CSSS de la Vieille-Capitale. Il est donc important de continuer d'innover pour que toutes les personnes ayant besoin d'un hébergement particulier trouvent une solution adaptée à leurs besoins. ■



M. Michel Cantin

Pierrette Roussy, agente administrative
Comité central des résidents
Téléphone : 418 529-6571, poste 7046
Courriel : pierrette.roussy@csssvc.qc.ca

Michel Cantin,
secrétaire du comité central des résidents
Téléphone : 418 527-1844
Courriel : michel.mariepaule@sympatico.ca



QUEL ÂGE ME DONNEZ-VOUS ?

Dominique Ekker, agente d'information

- Quel âge avez-vous?
- Quarante-cinq ans.
- Je vous en aurais donné vingt-cinq.

Voilà ce qu'une résidente plus que centenaire m'a dit il y a déjà quelques années. Pour ma fille, j'étais déjà vieille à l'époque. De toute évidence, la jeunesse est perçue différemment selon l'âge. Naturellement, j'aime mieux donner raison à cette résidente à qui les nombreuses années ont apporté, sans l'ombre d'un doute, la sagesse (et une vue un peu basse, je le crains). Mais, à lire les témoignages des résidents, j'ai cru comprendre que la jeunesse n'est pas seulement une histoire de perception mais aussi de création. Bien sûr, les résidents sont conscients des limites que le temps qui passe leur impose. Cependant, aussi contradictoire que cela puisse paraître, presque tous semblent avoir réinventé la jeunesse. J'ai donc le choix, celui de créer ou de modeler ma jeunesse au fil des années. Tout comme les résidents, ce choix, je le fais. ■



**LA PENSÉE
PROFONDE
DE DIEUDONNÉ**

**Comme disait
mon vieil ami
Jules Romains :
« La jeunesse est
le temps qu'on a
devant soi. »**

QUE FAISIEZ-VOUS AU TEMPS DE VOTRE JEUNESSE? JE M'OCCUPAIS!

Lucille Bergeron,
résidente du Centre d'hébergement de Limoilou
Rédaction : Dominique Ekker
Aide à la rédaction : Sylvie Mathieu, infirmière auxiliaire

*J'AIMERAIS DIRE
AUX JEUNES...
SOYEZ HONNÊTES,
CHARITABLES ET
SOCIABLES.*

Pour me sentir jeune, je m'en tiens à trois choses : être toujours de bonne humeur, m'informer de l'actualité et m'entourer de mes enfants. Quoi de mieux pour se donner un air de jeunesse !

De mes jeunes années, je ne garde aucun regret, mais plutôt des souvenirs précieux. Adolescente, j'aimais tricoter, broder et coudre. Je fréquentais surtout mes cousines avec qui je me rendais chez mon grand-père, à Saint-Agapit, pour faire les foins. J'aimais particulièrement le temps des fêtes, quand ma mère recevait. Je conserve aussi de beaux souvenirs du temps passé à la maison avec mes neuf enfants. À cette époque, j'aimais travailler dans mon jardin.

Aujourd'hui, les jeunes me semblent désœuvrés, alors que, nous, nous nous occupions tout le temps. À quoi s'intéressent-ils ? La vie est-elle trop rapide aujourd'hui, et l'argent une trop grande priorité, à tel point qu'on oublie l'importance de se réunir une fois par semaine ? J'ai eu la chance de connaître cette époque et j'ai toujours la chance

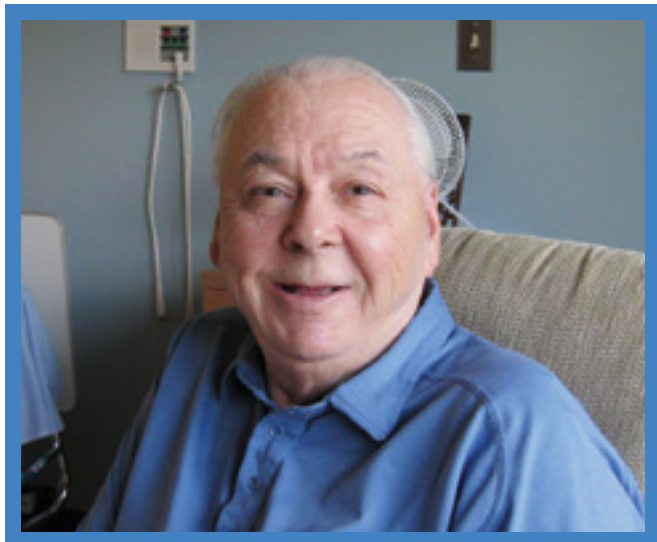


Mme Lucille Bergeron

de m'occuper sans cesse : je tricote et je m'informe. Je reste jeune !

Jeune, j'avais comme modèle...

Ma mère, une femme vaillante. J'étais très proche d'elle. ■



M. Delphis Bond

SOUVENIRS DE JEUNESSE, SENSATION DE BIEN-ÊTRE

Delphis Bond,
résident du Centre d'hébergement
de Limoilou

Rédaction : Dominique Ekker

Aide à la rédaction : Gérard Boucher,
externe en soins infirmiers

À mes souvenirs de jeunesse se mêle une sensation de bien-être. Je me rappelle avec beaucoup de bonheur être allé à la pêche à la morue avec mon père alors que j'avais sept ans. Le fleuve était calme. Quelle belle journée !

À douze ans, avec mon copain, j'ai joué un mauvais tour à une personne âgée : nous avons placé un fil pour l'empêcher de passer dans la rue. Une erreur de jeunesse... Plus tard, avec mon meilleur ami, Rénald, nous fumions en cachette des cigarettes que Rénald volait à son père. Malheureusement, j'ai perdu Rénald de vue il y a une dizaine d'années. Malheureusement également, les jeunes semblent fumer autant qu'avant. Un mélange plus fréquent des générations permettrait peut-être aux plus âgés de faire part de leurs expériences aux plus jeunes.

Jeune, j'avais comme modèle...

Mon père, un homme poli, courageux et doux.

J'aimerais dire aux jeunes...

Écoutez les conseils de vos parents. ■



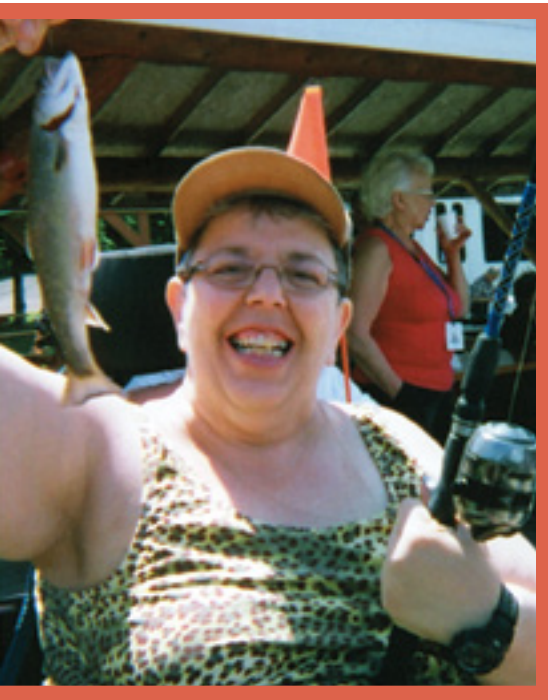
UNE OPÉRATION POUR UN REGAIN DE JEUNESSE

Linda Boucher,

résidente de l'îlot jeunesse, Centre d'hébergement Christ-Roi

Rédaction : Dominique Ekker

Aide à la rédaction : Amélie Caron, étudiante en éducation spécialisée



Mme Linda Boucher

J'habite à l'îlot jeunesse du Centre d'hébergement Christ-Roi en raison de la maladie dégénérative dont je suis atteinte, soit le Parkinson. Je suis actuellement sur une liste d'attente pour une possible opération au cerveau qui pourrait changer ma vie, m'ouvrir des portes inaccessibles pour le moment. Cette opération me permettrait de bien vieillir et de rester jeune tout à la fois, puisque je pourrais réaliser les mêmes choses qu'une personne jeune et continuer à m'adonner à mes passions : l'informatique, les animaux et surtout les arts en général. Mon avenir est donc entre les mains des médecins. Mais la jeunesse est aussi une histoire de cœur. Posséder un cœur d'enfant et une tête d'adulte, s'amuser, faire rire et savoir rire de soi aident à rester jeune.

Je trouve parfois difficile de côtoyer les résidents plus âgés, car cela implique de fréquenter la souffrance. Je me suis attachée à trop de bonnes personnes aujourd'hui décédées. Je pense, entre autres, à deux femmes en particulier, avec qui j'ai eu tellement de plaisir. Elles avaient le sens de l'humour ! Cela me fait mal au cœur juste d'y penser. Maintenant, j'apprécie la présence de ces résidents, mais je ne développe plus d'amitié avec eux. Je préfère garder une certaine distance protectrice. Toutefois, je ne peux pas m'empêcher d'avoir de la tendresse pour ces personnes âgées. Je les croise tous les jours et je participe à des activités en leur compagnie. J'aimerais qu'elles aient plus souvent du plaisir, les voir rire et s'amuser. ■

PAROLES D'UNE JEUNE ÉTUDIANTE

Amélie Caron, étudiante en éducation spécialisée
Centre d'hébergement Christ-Roi

Qu'importe la famille, qu'importent les traditions, qu'importe tout : nous avons tous été jeunes, nous avons tous fait de bons et de mauvais coups, et nous avons tous mûri. Toutefois, lorsque je vois des personnes âgées heureuses et souriantes, l'âge n'a plus d'importance. Pour moi, le temps s'est arrêté à leur jeunesse. En outre, la jeunesse est intérieure et personnelle à chacun d'entre nous. Certains la cultivent en gardant leur sens de l'humour, en charmant ou en aimant.

J'ai appris de mon expérience auprès des personnes âgées qu'il n'y a pas d'erreurs, que des expériences. Il faut profiter de la vie, s'amuser, rire et vieillir avec cet esprit-là. Aller de l'avant sans regretter ce qui se trouve derrière. Pour cette raison, j'entrevois la vieillesse comme du bon temps. Après avoir travaillé toute sa vie et s'être occupé des enfants, il est temps de penser à soi. Je me souhaite d'être centenaire, de sourire et d'aimer la vie, de vivre sans remords et d'apprécier chacune de mes rides, résultat de mes années vécues et de mes rires. ■



ARMÉE POUR AFFRONTER LA VIE

Véronique Chamberland,
résidente du Centre d'hébergement
Notre-Dame-de-Lourdes
Rédaction : Dominique Ekker
Aide à la rédaction : Francine Nadeau,
préposée aux bénéficiaires

J'ai aimé ma jeunesse. J'étais dans un milieu très chaleureux. Ma famille m'adulait. En retour, j'ai essayé d'être bonne pour tout le monde. Une telle jeunesse m'a formée pour la vie. Aujourd'hui, j'ose dire que j'accepte ce que la vie me donne.

À l'adolescence, j'ai été très malade. Mes passe-temps étaient rares. J'ai quand même pu participer aux pièces de théâtre montées par les religieuses. J'aimais beaucoup jouer un rôle. Au patronage, le rassemblement des jeunes filles, j'avais beaucoup d'amies. Nous avons gardé de bonnes relations pendant une vingtaine d'années.

Contrairement au XX^e siècle, où les changements se sont succédé de manière inouïe, je n'ai pas beaucoup changé au cours de mes 98 ans d'existence : je suis demeurée généreuse et j'ai toujours bon caractère. ■

*JE N'OSERAI PAS DONNER
DE CONSEILS AUX JEUNES,
PARCE QUE MES NEVEUX ET
MES NIÈCES FONT TOUT LEUR
POSSIBLE POUR RÉUSSIR.*



Mme Véronique Chamberland



M. Roma Dufour

LE LOUP DANS LA BASSE-COUR

Roma Dufour,
résident du Centre d'hébergement
Notre-Dame-de-Lourdes
Rédaction : Dominique Ekker
Aide à la rédaction : Francine Nadeau,
préposée aux bénéficiaires

Je me sens très jeune. Mon cœur me garde jeune, même si une de mes pattes me retarde dans tout. Aujourd'hui, j'arriverais avec difficulté à répéter mon erreur de jeunesse : j'avais tué les poules de ma voisine parce qu'elles me réveillaient. Ma mère m'a donné une bonne volée quand elle l'a appris. Mais, dans notre entourage, tous ne partageaient pas l'avis de ma mère. À leurs yeux, je passais

pour un héros : je les avais débarrassés des poules.

Adolescent, j'étais un adepte du sport. Je faisais également partie des scouts. Comme mon père était entrepreneur forestier, j'aimais bien aller dans le bois.

Et puis, comme tout le monde, j'ai eu vingt ans. À l'époque, j'étais militaire et j'avais une bonne condition physique. Je courais les filles et j'aimais bien jouer des p'tits tours. J'ai passé les plus belles années de ma vie dans l'armée. Les missions, les voyages avec l'ONU, même les moments de guerre sont de beaux souvenirs. De plus, dans l'armée, j'avais un tas d'amis. Je les ai perdus de vue lorsque je me suis installé à Québec après avoir quitté l'armée. Comme j'étais amoureux de Québec, je m'y suis fait de nouveaux amis. Aujourd'hui, j'ai deux petits-fils. Ils ne donnent pas leur place. (Rires.) Ils sont toujours contents de me voir, mais ils ne viennent pas souvent.

Au centre d'hébergement, je m'entends avec tout le monde. J'apprécie autant la compagnie des résidents âgés que celle des plus jeunes. Leurs expériences différentes m'intéressent.

Jeune, j'avais comme modèle...

Mon père, un vétéran de la Première Guerre mondiale, et mon frère, qui a combattu lors de la Seconde Guerre mondiale.

J'aimerais dire aux jeunes...

Les jeunes n'écoutent plus personne, alors... ■

*J'AIMERAIS DIRE
AUX JEUNES...
SOYEZ HONNÊTES,
TRAVAILLANTS
ET ÉCONOMES.*



Mme Simone
Filioux Clermont

UNE VIE DE LABEUR

Simone Filioux Clermont,
résidente du Centre d'hébergement de Limoilou
Rédaction : Dominique Ekker
Aide à la rédaction : Sylvie Mathieu, infirmière auxiliaire

Je n'ai jamais été jeune. Dès l'âge de quatre ans, j'ai travaillé. Aujourd'hui, j'arrive à me sentir jeune de cœur lorsque je reçois mon monde.

Au cours de mon adolescence, j'aimais patiner, broder, tricoter et danser la fin de semaine. Mais je n'avais pas d'amis, plutôt des connaissances. Je devais m'occuper de mes parents.

Mon plus beau souvenir de jeunesse est rattaché à la marine. J'y fréquentais des hommes d'honneur. Je regrette toutefois de m'être mariée à 23 ans. Je n'avais pas le choix : dans l'armée, c'était obligatoire.

Tout au long de ma vie, le travail est demeuré une priorité. Cela ne m'a pas empêchée de rester la même, soit une personne généreuse. ■



*J'AIMERAIS DIRE
AUX JEUNES...
GARDEZ LE MORAL
ET FONCEZ. TOUT DÉPEND
DE VOTRE POSITIVISME.
N'OUBLIEZ PAS :
PENSEZ À VOS PROJETS !*



Mme Johanne Harton

UN PROJET DE VIE

Johanne Harton,
résidente du Centre d'hébergement Notre-Dame-de-Lourdes
Rédaction : Dominique Ekker
Aide à la rédaction : Francine Nadeau, préposée aux
bénéficiaires

Vieillir ne me dérange pas, mais j'ignore comment cela se passera. Je vais faire le nécessaire pour atteindre ma vieillesse correctement. Toutefois, une chose est claire : pour demeurer jeune, il faut avoir un but dans la vie, ne serait-ce que celui de se trouver des raisons de vivre. Je vais donc rester jeune grâce à mes projets. Cela m'évite également de penser à la maladie.

Je ne partage pas les mêmes goûts et les mêmes valeurs que mes parents : je n'aime pas les mêmes sports qu'eux et j'aime cuisiner, contrairement à ma mère. Je suis croyante tout comme elle mais de façon différente. Cela ne m'empêche pas d'apprécier ses visites en compagnie de son mari. Nous rions et nous échangeons nos points de vue.

Regrouper les résidents de mon âge (52 ans) dans un même centre d'hébergement présenterait beaucoup d'avantages. Nous pourrions participer à des activités et manger ensemble sans toujours parler de maladies. Cependant, je comprends que les résidents plus âgés soient tracassés par leurs ennuis de santé. ■

*J'AIMERAIS DIRE AUX JEUNES...
SOYEZ PRUDENTS ET ÉCONOMES, RÉFLÉCHISSEZ
AVANT D'AGIR, AIMEZ ET PRENEZ LE TEMPS
D'ÉCOUTER LES PERSONNES ÂGÉES.*



Mme Johanne Lapierre

DES VALEURS QUI PORTENT LEURS FRUITS

Johanne Lapierre,
résidente du Centre d'hébergement Saint-Antoine
Rédaction : Dominique Ekker
Aide à la rédaction : Fatiha Menia, infirmière auxiliaire

La jeunesse réside en plusieurs choses : la joie, les copains, l'argent de poche, etc. Pour ma part, je compte bien demeurer jeune en prenant soin de moi-même, par exemple en surveillant mon alimentation. Mais je n'y arriverai pas sans ma bonne humeur, mes amis et mes passions : fabriquer et vendre des colliers, confectionner des pantoufles.

Quand je regarde les jeunes de mon âge, je me demande si, une fois vieux, ils se retrouveront en centre d'hébergement. (Rires.) J'ai deux amies plus vieilles que moi. Elles me gâtent et m'apportent beaucoup de bonheur. Je les aime et prendrai toujours soin d'elles. J'allume des lampions à leur intention. Je tiens à ces deux grandes amitiés.

Bien que je n'entrevois pas la vieillesse comme quelque chose de réjouissant, j'aime vivre avec des personnes âgées. Je participe à beaucoup d'activités en leur compagnie : peinture, bingo, fêtes, etc. Peut-être cela me vient-il des valeurs que m'ont enseignées mes parents : être heureuse, respectueuse et serviable. Je crois que je suis bien leur exemple. ■





VIVRE VIEUX POUR DEVENIR UN PEU « TANNANT »

Maurice Petit,

résident du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec

Rédaction : Dominique Ekker

Aide à la rédaction : Cynthia Linteau, préposée aux bénéficiaires



M. Maurice Petit

Profiter de la vie chaque instant, bien manger et faire de l'exercice : voilà comment je compte rester jeune. Jeune dans mon cœur également. Et pour jouir de tous les moments, je veux conserver un esprit vif et alerte.

Contrairement à mes parents, j'ai eu la chance de faire ce que je voulais et non pas d'agir par devoir. Je vis au jour le jour tout en tentant de faire le moins d'erreurs possibles. Je suis passionné par la lecture et les voyages.

Bien que je ne fréquente pas beaucoup les personnes âgées du centre d'hébergement où je demeure, j'entrevois la vieillesse avec sérénité. Je veux vivre vieux pour devenir un peu « tannant ». Aurais-je avantage à vivre uniquement avec des gens de mon âge ? Pas nécessairement, la personnalité ayant plus d'importance que les années. ■

*J'AIMERAI DIRE AUX JEUNES...
FAITES CE DONT VOUS AVEZ ENVIE SANS NUIRE
AUX AUTRES, DEMEUREZ EN SANTÉ ET JEUNE
DANS VOTRE CŒUR ET FAITES PREUVE
DE GÉNÉROSITÉ.*

VIVRE JEUNE EN CENTRE D'HÉBERGEMENT

James Russell, résident, et Linda Boucher, résidente
Centre d'hébergement Christ-Roi

Pour une personne de moins de 65 ans, vivre en centre d'hébergement signifie habiter avec des personnes beaucoup plus âgées qui présentent souvent des problèmes cognitifs. Cela signifie aussi faire partie d'une minorité au sein d'une communauté où tout est organisé en fonction de personnes du 4^e âge : les horaires de lever et de coucher, les menus des repas, les activités de vie, etc. Cela veut également dire faire continuellement face à la mort, car des visages devenus familiers disparaissent régulièrement.

La création d'un îlot pour jeunes au Centre d'hébergement Christ-Roi a suscité beaucoup d'espoir d'amélioration de notre qualité de vie. Une éducatrice spécialisée consacrait deux jours par semaine à organiser des activités mieux adaptées à nos goûts : ateliers de peinture, de chant, de cuisine ; sorties à l'extérieur selon nos choix ; animation. Mais cette éducatrice a obtenu rapidement un autre poste et, progressivement, avec le roulement de personnel, les vacances, les congés de maladie, ces activités ont cessé.

L'arrivée de Valérie St-Hilaire, aussi éducatrice spécialisée, a permis de relancer certaines activités telles l'organisation de repas spéciaux, de belles sorties et des rencontres thématiques avec des échanges intéressants entre ceux et celles dont l'état de santé le permet. Sa présence nous stimule, et nous souhaiterions l'avoir plus souvent avec nous.

Sachant qu'une centaine de résidents de moins de 65 ans demeurent dans les 8 centres d'hébergement du CSSS de la Vieille-Capitale, ne devrait-il pas exister, dans la région de Québec, un centre d'hébergement pour les jeunes ? Nous croyons que c'est à cette condition que nous pourrions bénéficier d'un milieu de vie vraiment adapté à nos goûts et à nos besoins. ■



M. James Russell



Mme Linda Boucher



Mme Bertha Murray



JEUNE ET SANS SOUCI À 76 ANS

Bertha Murray,
résidente du Centre d'hébergement Saint-Antoine
Rédaction : Dominique Ekker
Aide à la rédaction : Fatiha Menia, infirmière auxiliaire

Profiter de la vie et du bon temps, se sentir à l'abri de tout : c'est ce qu'on pourrait appeler la jeunesse folle. Pour ma part, j'ai 76 ans et je me sens toujours jeune. Je n'ai pas de soucis. Je pense souvent à mon enfance. J'avais des parents formidables (que je n'écoutais pas). Je me vois encore au bord de la rivière, mon passe-temps préféré avec la lecture. J'aimais aussi prendre des risques, me rendre dans des endroits dangereux. J'ai tant de beaux souvenirs de jeunesse !

De ce temps, je garde encore des amitiés. Une de mes amies demeure à Ottawa et vient me visiter de temps à autre. Une autre demeure en Gaspésie. À ces amitiés s'ajoutent mes deux filles, Denise et Diane, mes quatre petits-fils et mon arrière-petite-fille.

Aujourd'hui, les jeunes sont plus éveillés. Nous étions plus naïfs. Avec le temps et l'expérience, je suis toutefois devenue plus maligne. Je vis le moment présent et je ne regrette jamais rien.

Jeune, j'avais comme modèle...

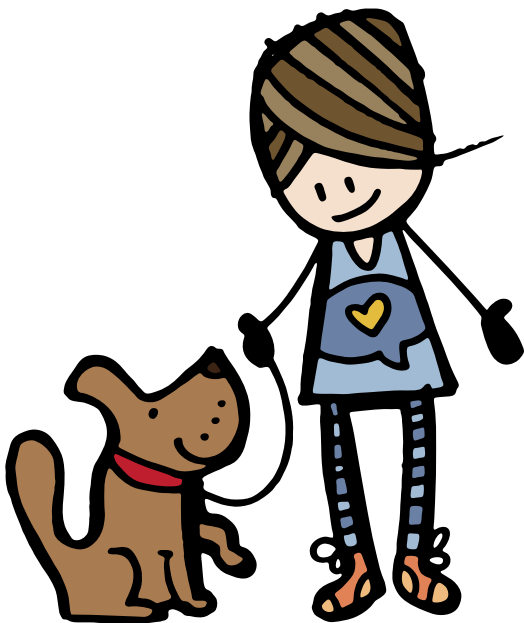
Mon père, mon complice. Je me suis beaucoup identifiée à lui. Il était un exemple pour moi.

J'aimerais dire aux jeunes...

Soyez à l'écoute des personnes âgées. Notre vécu est très enrichissant. ■



Mme Francine-Élise Patry



ÉNERGIE ET PENSÉE : GAGES DE JEUNESSE

Francine-Élise Patry,
résidente du Centre d'hébergement Sacré-Cœur
Rédaction : Dominique Ekker
Aide à la rédaction : Vicky Baillargeon, étudiante en
éducation spécialisée

Ce n'est pas nécessairement le corps, mais la pensée qui nous garde jeunes. Pourtant, lorsque j'accomplis quelque chose, je me sens jeune. Cela vient peut-être de l'énergie que les activités et les tâches me demandent.

Enfant, j'étais une grande lectrice. J'aimais lire plusieurs genres de livre, mais surtout les romans, qui étaient illustrés à l'époque. J'avais comme amies mes deux cousines. J'adorais passer du temps avec elles. Nous nous promenions au parc Lafontaine. J'avais également comme compagnie un petit chien que mon père m'avait acheté pour me consoler de la perte d'une tasse que j'aimais énormément. Je garde de ce petit chien beaucoup de bons souvenirs. Plein de péripéties me reviennent en tête lorsque je repense à cette petite bête.

Je trouve facile de m'entendre avec des personnes qui ont une bonne différence d'âge avec moi. Pour cette raison, j'aime bien voir mes trois petites-filles. Je vois les petites « tannantes » au moins une fois par année. L'une d'elles étudie en France ; je la vois donc moins souvent.

Jeune, j'avais comme modèle...

Mon père adoptif. Il ne parlait pas, mais remarquait tout ce qui se passait. Il m'a beaucoup inspirée.

J'aimerais dire aux jeunes...

Réfléchissez avant d'agir. ■



S'OUVRIR LES YEUX AU BONHEUR

Sébastien Smith,

résident du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec

Rédaction : Sébastien Smith et Stéphanie Guay, étudiante

Je suis arrivé au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec vers la fin du mois de mars 2007. Je n'ai pas eu de difficulté à m'intégrer aux résidents, car je suis une personne très sociable. J'ai choisi de demeurer dans ce centre d'hébergement, puisque cet endroit me semblait le plus avantageux pour vivre. En fait, le choix de m'installer ici fut principalement influencé par l'historique du bâtiment et la proximité du centre-ville.

Je suis toujours à l'école afin de terminer mon diplôme d'études secondaires. Chaque matin de la semaine, je quitte le centre d'hébergement vers 7 h 30 pour me rendre à l'école et je suis de retour en fin d'après-midi. Ces déplacements se font à l'aide du transport adapté.

En dehors de mes heures passées à l'école, je m'adonne à mes passe-temps. Je suis très artistique. Je joue de la guitare et de la basse. La photographie est l'une de mes passions, tout comme le cinéma qui, pour moi, est un beau sujet de conversation pour mieux connaître une personne.

Ce que je préfère au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec, c'est la liberté dont je dispose pour mes sorties extérieures, les échanges avec les résidents et le personnel, et les liens que j'y ai développés, surtout avec



M. Sébastien Smith

M. Dussault, malheureusement décédé¹. Par contre, je déteste qu'on me vouvoie, je trouve cela dépassé.

Le fait de vivre dans une microsociété, comme c'est le cas au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec, m'a amené à me questionner et à vouloir en apprendre davantage sur la condition humaine. Plus jeune, j'imaginai des scénarios sur ce que ma vie pourrait être plus tard ; le fait de vivre ici me rattache beaucoup plus au moment présent.

¹ Voir *Le Causeur*, volume 12, numéro 2, été 2011, p. 19.

Toutefois, j'aimerais beaucoup marquer les gens, j'aimerais qu'ils se souviennent de moi.

Selon moi, présenter une ouverture d'esprit et savoir apprécier le mystère aident à rester jeune.

Je tiens sincèrement à remercier tous ceux qui m'ont aidé à ouvrir les yeux sur des choses positives comme le bonheur et le fait qu'aucune attente n'est inutile. ■

DANS LA MIRE DE LA JEUNESSE

Henri Tremblay,
résident du Centre d'hébergement Sacré-Cœur

Rédaction : Dominique Ekker

Aide à la rédaction : Vicky Baillargeon, étudiante en éducation spécialisée

On ne peut pas parler de jeunesse sans parler de projets et de buts. La jeunesse fait place également à l'amélioration et à l'apprentissage. Elle n'a donc pas d'âge. Ainsi, un retraité qui met de l'avant ses projets en profitant de ses expériences et de son potentiel demeure jeune. Moi-même, malgré mes 88 ans, je me sens jeune, puisque je veux continuer d'évoluer et d'acquérir des connaissances.

Aujourd'hui, les jeunes ont beaucoup de projets, mais ils manquent d'expérience. Il est vrai que leur jeunesse est très différente de la mienne. À l'adolescence, je profitais de la nature. Je n'ai pas exercé de sport en particulier, mais j'aimais m'amuser à l'extérieur. J'ai également vécu aux États-Unis de 1934 à 1960. Au cours de ce séjour, j'ai joint une communauté religieuse. J'y ai vécu

une belle vie de famille et j'y avais de nombreux amis dont des Français. Aujourd'hui, en centre d'hébergement, je connais certains des résidents, mais je n'entretiens pas de relations avec eux.

Jeune, j'avais comme modèle...

Mon plus jeune frère. Très courageux, il a su se débrouiller avec le talent dont il avait hérité. Il était humble. J'étais très près de lui. ■

*J'AIMERAIS DIRE AUX JEUNES...
LAISSEZ-NOUS VOUS DONNER NOTRE AVIS
ET ÉCOUTEZ LES GENS D'EXPÉRIENCE,
PROFITEZ DE TOUTES LES VALEURS ET DE
LA RICHESSE DE TOUTES LES MENTALITÉS
QUE VOUS POUVEZ DÉCOUVRIR.*

JAMAIS DEUX SANS TROIS

METTANT EN VEDETTE

Laure Maheu et Marie-Berthe Trépannier, résidentes de l'Unité de vie Aux Quatre vents,
et Carmen Turcotte, résidente de l'Unité de vie L'oasis

Centre d'hébergement Christ-Roi

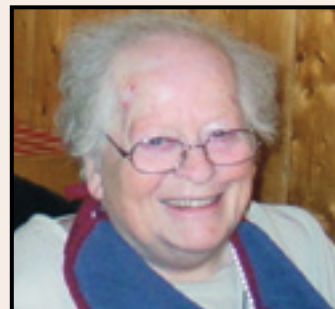
Intervieweuse : Amélie Caron, étudiante en éducation spécialisée



Mme Laure Maheu



Mme Marie-Berthe
Trépannier



Mme Carmen Turcotte

POUR VOUS, QUE VEUT DIRE ÊTRE JEUNE ?



Quand nous avons eu nos enfants, nous étions jeunes. À partir de ce moment-là, nous le sommes restées. Comprendre et aimer nos enfants, et savoir rire, c'est ça, le secret de la jeunesse.

VOUS SENTEZ-VOUS ENCORE JEUNE PARFOIS ?

Mme Maheu : Nous sommes entourées de personnes du même âge, alors nous sommes toutes jeunes !

Mme Turcotte : Moi, c'est d'être amoureuse, d'avoir une personne avec qui partager ma vie qui me fait sentir jeune.

QUEL EST VOTRE PLUS BEAU SOUVENIR DE JEUNESSE ?

Les trois en cœur : L'amour !

Mme Trépannier : Quand j'ai rencontré mon ami, avant qu'il ne devienne mon mari !

Mme Turcotte : Aller danser ! J'aimais donc aller danser. On en fait des rencontres dans ces moments-là !

Mme Maheu :
Quand j'ai rencontré
mon mari.

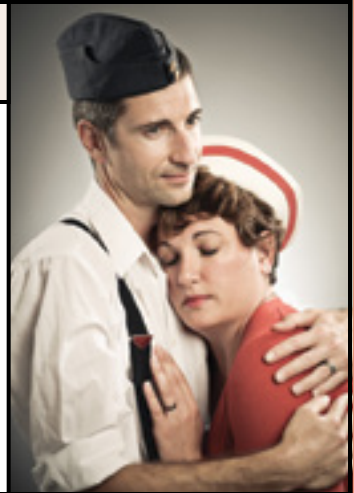


<i>VOUS RAPPELEZ-VOUS UNE ERREUR DE JEUNESSE ?</i>		
---	--	---



QUELS SOUVENIRS GARDEZ-VOUS DE VOS AMITIÉS DE JEUNESSE ?

Mme Turcotte : Je me rappelle surtout mes histoires de cœur, particulièrement celle avec mon pilote de l'air. C'est lui qui m'a demandée en mariage pour la première fois, et j'ai refusé. J'étais jeune, et il voulait m'emmener dans le Grand Nord. Moi, je voulais rester près de mes parents. J'ai eu beaucoup de peine.



QUELLES SONT LES DIFFÉRENCES ENTRE LES JEUNES D'AUJOURD'HUI ET LES JEUNES DE VOTRE ÉPOQUE ?	
Mme Turcotte : Les jeunes sont trop laissés à eux-mêmes. Il y a de l'exagération dans tout : la boisson, les fêtes, les rencontres...	
Mme Trépanier : On dirait que les jeunes d'aujourd'hui manquent de discipline. À notre époque, le respect et le bien-parler étaient très importants. Aujourd'hui, j'entends beaucoup de jeunes sacrer, même des femmes, et ce n'est pas tellement délicat!	

Mme Turcotte : Les jeunes sont trop laissés à eux-mêmes. Il y a de l'exagération dans tout : la boisson, les fêtes, les rencontres...

Mme Trépanier : On dirait que les jeunes d'aujourd'hui manquent de discipline. À notre époque, le respect et le bien-parler étaient très importants. Aujourd'hui, j'entends beaucoup de jeunes sacrer, même des femmes, et ce n'est pas tellement délicat !



**AVEZ-VOUS DES PETITS-ENFANTS ET DES
ARRIÈRE-PETITS-ENFANTS ?**

Mme Turcotte : J'ai deux arrière-petits-enfants et neuf petits-enfants (qui ne sont plus des enfants : ils sont tous dans la vingtaine !). Ils viennent me voir de temps en temps. Je garde un bon souvenir de la visite de ma petite-fille lorsqu'elle est venue me présenter son bébé de quelques semaines à peine. Nous étions ici, entourées de personnes âgées. Nous nous sommes installées dans la salle commune, et tout le monde s'est retrouvé autour du bébé, les résidents comme les préposés. C'était tout un événement !

**D'APRÈS VOUS, Y A-T-IL DES
CHOSSES QUI N'ONT PAS CHANGÉ
DEPUIS VOTRE JEUNESSE ?**

Mme Trépannier : Pour moi, tout a changé : les voitures, les maisons, les vêtements, les gens...



Mme Turcotte : Selon moi, les gens n'ont pas changé : ils ont toujours besoin de se divertir, de danser et d'aimer.

VOTRE PERSONNALITÉ A-T-ELLE BEAUCOUP CHANGÉ DEPUIS VOTRE JEUNESSE ?

Les trois en chœur : Nous sommes les mêmes. Notre personnalité n'a pas changé !

Mme Turcotte : C'est mon corps qui change, pas moi ! (Rires.)



Mme Trépannier : Je dirais que j'ai plus de sagesse qu'avant ; je me donne le temps nécessaire pour réfléchir avant de prendre une décision.

**DANS VOTRE JEUNESSE, UNE
PERSONNE VOUS A-T-ELLE
SERVI DE MODÈLE ?**



Mme Trépannier : Ma mère ! Notre famille comptait dix enfants. J'ai donc arrêté l'école à ma quatrième année pour aider ma mère à la maison. Elle m'a tout appris. Nous étions très proches. Elle est morte depuis longtemps, mais je pense souvent à elle.

Mme Turcotte : Mon aviateur. Nous n'avions pas grandi de la même façon, lui et moi. Alors, j'ai appris certaines choses grâce à lui, dont la discipline. En fait, j'ai plus appris des hommes que des femmes.

**QUEL CONSEIL AIMERIEZ-VOUS DONNER AUX
JEUNES D'AUJOURD'HUI ?**

Mme Turcotte : Bénéficiez de la vie, car le temps passe vite. Et voyagez autant que vous le pouvez !



Fin



LA JEUNESSE AUTREMENT

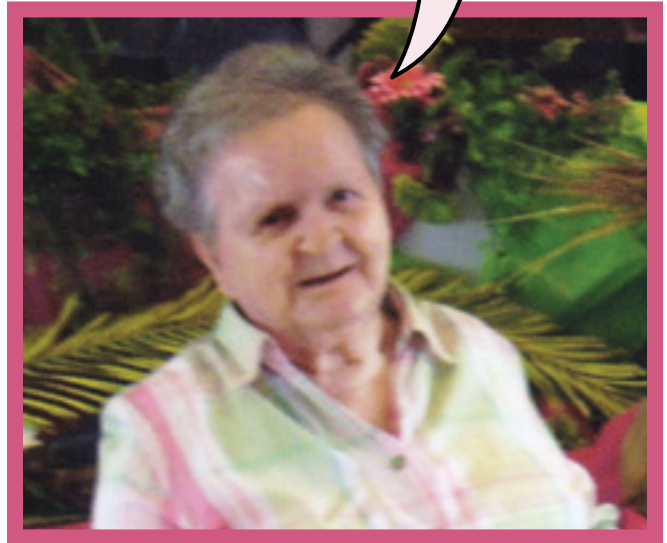
Jeannine Simard,
résidente du Centre d'hébergement
Hôpital général de Québec
Rédaction : Dominique Ekker
Aide à la rédaction : Cynthia Linteau,
préposée aux bénéficiaires

À 81 ans, je me sens encore jeune. Je suis en santé et je trouve mon bonheur dans les petites choses. À vingt ans, la jeunesse se vit autrement. C'est l'âge pour faire des folies, s'amuser et profiter pleinement de la vie.

Enfant, j'étais « agaceuse ». Je jouais des tours. Chaque fois, j'entendais quelqu'un dire : « C'est Jeannine qui a fait ça. » Vers l'âge de quinze ans, j'allais au cinéma avec mes amis, puis nous allions manger à la « cabane de frites ». Vers dix-neuf ans, je suis tombée amoureuse. Voilà mon plus beau souvenir de jeunesse. Je me suis mariée à vingt-cinq ans et j'ai eu des jumeaux. Malheureusement, je les ai perdus.

Avec le temps, je suis devenue plus sérieuse. Devant tout ce qui se passe ailleurs dans le monde, je ne vois plus les choses comme avant. ■

*J'AIMERAIS DIRE
AUX JEUNES...
SOYEZ TOUJOURS POLIS,
HONNÊTES, SINCÈRES ET
LOYAUX, ÉCOUTEZ VOS PARENTS
ET RESPECTEZ LES AUTRES.*



Mme Jeannine Simard



UNE HISTOIRE DE COURAGE À SUIVRE

Joe Tweddell,
résident du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec
Rédaction : Joe Tweddell et Pauline Boutin

Je me présente : Joe Tweddell. J'ai 36 ans et je demeure au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec depuis le mois de janvier 2010.

Quand je suis arrivé ici, je n'étais pas du tout autonome. Confiné au lit, j'avais besoin d'aide pour manger, et mes aliments étaient en purée. Quand le personnel a commencé à me sortir du lit, il devait utiliser un lève-personne.

À l'automne 2010, j'ai entrepris des traitements en physiothérapie. Petit à petit, j'ai repris des forces, de sorte que, en décembre dernier, je commençais à circuler avec mon fauteuil roulant. J'allais de plus en plus loin dans mes déplacements. À force d'exercices, j'en suis venu à me servir d'une marchette et, là aussi, de semaine en semaine, je franchissais des distances de plus en plus longues.

Actuellement, je vais en physiothérapie deux fois par semaine où je fais, entre autres choses, 20 à 25 minutes de vélo stationnaire et du « soccer ». Je m'entraîne aussi de façon personnelle deux heures tous les jours : marche et exercices. Je marche maintenant 3 km avec l'aide d'une canne, et mon alimentation est tout à fait normale : je peux manger de tout.

En septembre, j'irai à l'Institut de réadaptation physique de Québec pour continuer à m'améliorer et je verrai aussi un orthophoniste pour mes problèmes d'élocution.

Mon père a toujours cru en moi. Il me disait : « Tu vas remarquer Joe. » Il me visite régulièrement toutes les semaines. On fait également des sorties ensemble : nous allons



M. Joe Tweddell

pique-niquer, nous promener sur les Plaines. Nous sommes aussi allés au cinéma.

La cohabitation avec les personnes âgées ne me dérange pas. Je m'entends bien avec tous les résidents de mon unité de vie. Ça me donne du courage de les voir comme ça, à leur âge...

Je prends ma réadaptation bien à cœur. J'ai vraiment espoir de quitter un jour le centre d'hébergement pour autre chose. Je souhaiterais retourner aux études pour terminer ma cinquième année du secondaire ; il me manque seulement mes mathématiques. C'est à suivre... ■

DANS LES PETITS POTS, LES MEILLEURS ONGUENTS!

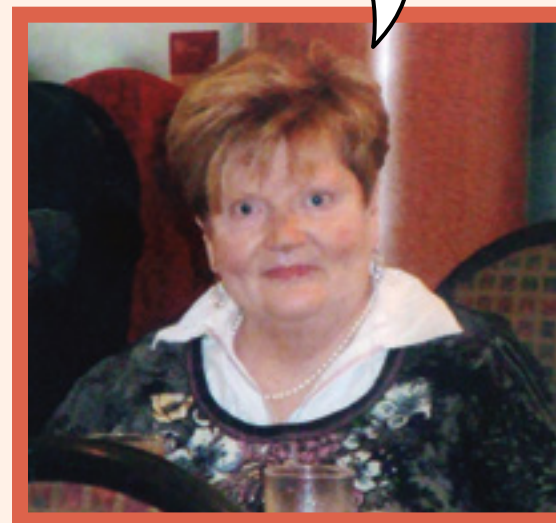
Odette Lavertue,
résidente du Centre d'hébergement Le Faubourg
Rédaction : Dominique Ekker
Aide à la rédaction : Mélanie Pelletier, préposée aux
bénéficiaires

Les personnes âgées que je côtoie tous les jours m'apportent un regard différent sur le vieillissement. Bien que je n'aie pas développé de liens avec certaines d'entre elles, j'aime participer à des activités en leur compagnie, dont les activités musicales.

Toutefois, j'entrevois avec difficulté la vieillesse. Vais-je cesser d'être enjouée et perdre mon amour de la vie ? En attendant, j'entends bien utiliser tous les produits de beauté et les soins personnalisés pour rester jeune. J'aime la beauté, les vêtements, les bijoux. Ce qui me passionne ? Les hommes. (Sourire.)

Ai-je appris quelque chose de mes erreurs ? Oui, la vie ! ■

*J'AIMERAIS DIRE
AUX JEUNES...
RESTEZ EN SANTÉ
ET PROFITEZ DU
MOMENT PRÉSENT.*



Mme Odette Lavertue



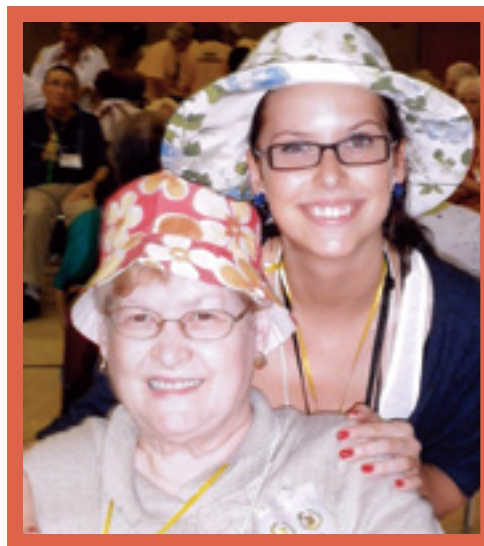
DÉCOUVRIR LES PERSONNES ÂGÉES

Vicky Baillargeon, étudiante en éducation spécialisée

Je m'appelle Vicky Baillargeon et je suis étudiante en éducation spécialisée au Cégep de Sainte-Foy. L'hiver dernier, grâce à un stage réalisé dans le cadre de mes études, j'ai fait la connaissance de personnes exceptionnelles. J'ai en effet côtoyé, trois jours par semaine, des résidents qui ne demandaient qu'une simple présence pour égayer leur vie. Avant ce stage, je connaissais très peu le potentiel des personnes âgées. Par le fait même, je ne savais pas à quel point elles pouvaient me faire grandir grâce à leur générosité et à leur personnalité.

Après mon stage, j'ai eu la chance d'obtenir un emploi d'été dans le même centre d'hébergement. Avec mon expérience, j'ai pu offrir aux résidents une saison estivale à la hauteur de leurs attentes. Nous avons fait de nombreuses activités ensemble. Il ne faut pas négliger les capacités des personnes vivant en centre d'hébergement et oublier leur intérêt à participer à des activités.

Parfois, les gens me demandent ce que je peux bien faire avec des personnes âgées. Je leur réponds tout simplement que les résidents ont une vie tout comme eux et qu'ils ne demandent pas mieux que de se distraire. Ils ont seulement besoin de quelqu'un afin



Mme Vicky Baillargeon en compagnie de Mme Lina Dion, résidente du Centre d'hébergement Sacré-Cœur

de conserver ou de réapprendre certains petits plaisirs de la vie.

Bref, ce stage et cet emploi d'été m'ont réellement fait grandir en tant que future éducatrice spécialisée. Désormais, je reprendrai chaque individu qui osera juger les personnes âgées s'il le fait sans même savoir de quoi il parle. Ces personnes aux mille et une histoires doivent être traitées avec respect.

Tout au long de ce périple, je suis demeurée moi-même. Cela m'a permis d'atteindre les buts que je m'étais fixés et de développer une véritable passion pour ma profession. Puisque je termine bientôt mon contrat, je souhaite saluer tous les résidents du Centre d'hébergement Sacré-Cœur ainsi que le personnel au très grand cœur. On se revoit bientôt ! ■



POUR FORMULER UNE PLAINTE OU NOUS FAIRE PART DE VOTRE INSATISFACTION

Qui peut présenter une plainte ?

Tout usager peut présenter une plainte écrite ou verbale sans crainte de représailles de qui que ce soit. Le représentant de cette personne peut aussi porter plainte.

À qui devez-vous adresser votre plainte ?

Chaque établissement confie, à un professionnel, le mandat de recevoir et de traiter les plaintes concernant les services de l'établissement. Cette personne est appelée « commissaire locale aux plaintes et à la qualité des services ».

La commissaire locale aux plaintes et à la qualité des services de notre établissement est **Suzanne Gagné**.

Vous pouvez joindre Mme Gagné :

Par téléphone :

418 529-4777, poste 20433

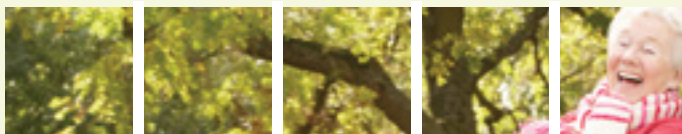
Par la poste :

Centre de santé et de services
sociaux de la Vieille-Capitale
1, avenue du Sacré-Cœur
Québec (Québec) G1N 2W1

Pour les plaintes écrites, un formulaire est disponible sur notre site Web.

www.csssdc.qc.ca





CENTENAIRE, QUI DIT MIEUX ?

Il n'y a pas si longtemps, devenir centenaire tenait de l'exploit, du prodige même, et suscitait l'admiration. Bien que les centenaires soient plus nombreux aujourd'hui, il n'en reste pas moins que leur longévité est exceptionnelle.

Le Causeur tient à offrir ses meilleurs vœux à tous les centenaires qui ont célébré leur anniversaire au cours des derniers mois.

Âge	Nom	Date de naissance	Centre d'hébergement
100 ans	Dolores Migneault	5 août 1911	Le Faubourg
100 ans	Jeanne Maranda	11 août 1911	De Limoilou
101 ans	Rose-Anna Villeneuve	21 septembre 1910	Hôpital général de Québec
102 ans	Fernande Carbonneau	11 août 1909	Le Faubourg
103 ans	Simone Marquis	8 août 1908	Hôpital général de Québec
108 ans	Marguerite Rochette	19 septembre 1903	Hôpital général de Québec

DOUBLE CÉLÉBRATION POUR UNE CENTENAIRE

Lise Savoy, animatrice de pastorale
Centre d'hébergement Christ-Roi

Au Centre d'hébergement Christ-Roi, nous avons eu le bonheur et la fierté de célébrer, ce printemps, le centième anniversaire de naissance d'une résidente, Mme Berthe-Émilie Moisan.

En effet, le dimanche 5 juin dernier, une quarantaine de personnes de la famille de Mme Moisan se sont réunies et ont participé avec les résidents et les résidentes à une célébration eucharistique. Cette célébration pieuse, chaleureuse et vivante fut présidée par l'abbé Martin Laflamme et animée par le groupe musical Duo Ambiance plus. Un hommage a été rendu à Mme Moisan qui a aussi reçu une bénédiction manuscrite spéciale de l'archevêque de Québec, Mgr Gérald Cyprien Lacroix. Un repas familial a suivi au cours duquel Mme Moisan a fraternisé joyeusement avec tous les siens.

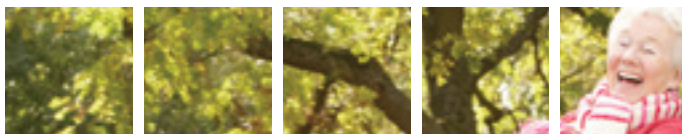
De plus, la journée même de son anniversaire, le mercredi 8 juin, le service des loisirs du centre d'hébergement a organisé, à l'unité de vie de Mme Moisan, une fête avec ballons, gâteau et fleurs. C'est avec joie que les résidents et les résidentes y ont participé de même que le personnel de l'unité, plusieurs professionnels du milieu et les membres de la direction du centre d'hébergement.



Mme Berthe-Émilie Moisan

Quel beau témoignage de vie offre cette dame au regard vif, toujours bien mise, souriante et ouverte aux autres ! Elle se dit fière de ses 100 ans, de sa famille et de sa vie, et heureuse de vivre encore aujourd'hui. « Chaque jour qui vient, on le prend, que ça aille bien ou mal, dit-elle. On prend un jour à la fois. »

Merci à cette grande dame pour tout ce qu'elle partage généreusement avec tous ceux et celles qui l'entourent. Mme Moisan est une belle source d'inspiration. Nous lui offrons nos plus sincères félicitations et nos meilleurs vœux de bonheur et de santé. ■



POURQUOI ISOLE-T-ON PARFOIS UN RÉSIDENT ?

L'isolement en cas d'infection

Isabelle Langlois, conseillère en prévention et en contrôle des infections

Les personnes âgées sont vulnérables aux infections, et plusieurs facteurs y contribuent, par exemple les maladies chroniques, comme le diabète, ou les maladies pulmonaires. Le regroupement de plusieurs personnes dans un même établissement augmente aussi le risque de transmission d'infection.

Le personnel des centres d'hébergement qui donne des soins aux résidents est formé afin de déceler rapidement tout signe ou symptôme pouvant laisser croire à la présence d'une infection. Ces symptômes peuvent être de la fièvre, de la confusion, de l'agitation, une perte d'appétit ou de la fatigue.

Si un résident attrape la grippe, il est nécessaire de l'isoler. Cet isolement temporaire permet d'évaluer son état de santé, tout en réduisant le risque de propager l'infection aux autres résidents de l'unité de vie, au personnel et aux visiteurs. L'isolement individuel est maintenu pendant environ sept jours lorsqu'il s'agit d'une infection respiratoire comme la grippe. Si un résident doit être isolé, un membre du personnel téléphone à un de ses proches pour l'en informer.

Lorsqu'un résident est isolé, nous recommandons aux proches de **ne pas lui rendre visite**. Toutefois, s'ils doivent



**Nous suggérons
à toute personne
ayant la grippe
de ne pas rendre
visite aux résidents
afin de les protéger.**

LA VIE DANS LES CENTRES D'HÉBERGEMENT

absolument venir le rencontrer, nous leur suggérons d'appliquer les mesures suivantes :

- S'informer, auprès du personnel de l'unité, des mesures particulières à prendre avant d'entrer dans la chambre de leur proche ;
- Se laver régulièrement les mains à l'aide de la solution antiseptique offerte dans les distributeurs (voir photo).

En respectant ces mesures, les visiteurs favorisent la récupération et la guérison de leur proche. Cela leur permet également de ne pas attraper une infection qu'ils pourraient transmettre aux autres membres de leur famille.

Pour des informations complémentaires, communiquer avec l'infirmière de l'unité de vie. ■



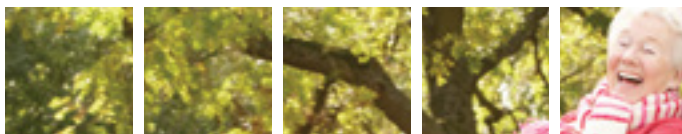
Distributeur de solution antiseptique pour les mains

Mesures de prévention et vaccination contre la grippe

La grippe peut être attrapée partout, même dans un établissement de santé. Plusieurs pratiques de base réduisent les risques de contagion, entre autres :

- Le lavage des mains ;
- La vaccination.

La vaccination est la mesure la plus efficace pour prévenir ou atténuer les effets de la grippe et ses complications. Elle est offerte à tous les résidents chaque automne. Pour limiter la transmission de la grippe aux résidents, il est recommandé au personnel, aux bénévoles et aux membres des familles de se faire vacciner. Pour connaître l'horaire des séances de vaccination, communiquez avec votre médecin de famille ou le CSSS de votre région.



Un concert mémorable

André Girard, préposé aux bénéficiaires
Centre d'hébergement Le Faubourg

Au début du mois d'août dernier, le monde de la musique a été secoué par le décès de Jeanne Landry. La mère de Mme Landry avait vécu les dernières années de sa vie au Centre d'hébergement Le Faubourg. Nous avons donc côtoyé Mme Landry pendant quelques années.

Tout en générosité et en simplicité, elle nous a fait le plaisir d'interpréter quelques œuvres sur le modeste piano de notre centre d'hébergement lors du centième anniversaire de sa mère. Lauréate du prestigieux Prix d'Europe, Mme Landry s'est produite sur les plus grandes scènes du monde, et ce, jusqu'en Union soviétique.

Ce miniconcert fut assurément le plus beau moment musical de l'histoire de notre centre d'hébergement, et j'ai eu le bonheur d'y assister.

Jeanne Landry 1922–2011

À l'Hôtel-Dieu de Québec, le 2 août 2011, à l'âge de 89 ans, est décédée Mme Jeanne Landry, pianiste, compositrice, auteure et professeure émérite. C'est un grand chagrin pour les membres de sa famille et pour ses nombreux amis et collègues.

Jeanne Landry a poursuivi une carrière exceptionnelle jusqu'au début du nouveau millénaire. Sa longue vie professionnelle est notamment marquée d'interprétations de

pièces contemporaines et classiques, de nombreuses tournées nationales et internationales ainsi que de compositions musicales et de créations littéraires. Aussi, pendant plus de 38 ans, Jeanne Landry mène brillamment une carrière de professeure à la Faculté de musique de l'Université Laval. Plusieurs musiciens professionnels ont bénéficié de son enseignement et de sa passion à transmettre généreusement son art. Enfin, engagée dans le rayonnement de la musique et des musiciens d'ici, elle contribue à la création des Jeunesses musicales du Canada et à la fondation de la société Musique de notre temps avec, notamment, le compositeur, pianiste et chef d'orchestre Serge Garant.

Née à Ottawa en 1922, Jeanne Landry fait preuve d'un remarquable talent musical dès son plus jeune âge, interprétant à l'oreille des mélodies complexes sur le piano familial. Elle poursuit sa formation musicale, développe ses qualités d'interprète et obtient un baccalauréat en musique de l'École de musique Vincent-d'Indy. En 1946, elle remporte le prestigieux Prix d'Europe avec une note presque parfaite, ce qui témoigne une fois de plus de son extraordinaire talent. Dès 1948, elle collabore activement au volet musical de la radio et de la télévision de Radio-Canada alors en pleine expansion. De nombreux concerts diffusés en ondes pendant plus de 25 ans contribuent à sa réputation d'interprète de grand talent. Parallèlement aux nombreuses tournées au Québec et au Canada, le succès de sa collaboration avec le ténor Jean-Paul Jeannotte la mène aux États-Unis, en France, en Autriche et même en Union soviétique. Enfin, une retraite dédiée à la composition et à l'écriture permet la création de plus de 70 œuvres musicales variées et de plus de 300 poèmes de forme libre. Éditées pour la plupart, les œuvres de Jeanne Landry bénéficient aujourd'hui, à leur tour, d'une diffusion nationale et internationale. ■



Hommage À MONIQUE LACHANCE¹

1922-2011



Mme Monique Lachance

Monique, madame Lachance, madame Paradis, maman, grand-maman², autant de vocables pour désigner cet être cher dont nous commémorons le souvenir aujourd'hui.

Ceux qui l'ont connue durant ses meilleurs jours se rappelleront comment grand-maman était une femme pleine de vie, qui aimait rire, chanter, danser, nager et même jouer au tennis. Elle trouvait son bonheur dans les choses simples, conviviales et familiales. Sa personnalité était marquée par un dévouement inconditionnel et une empathie envers ses proches qui constituaient sa raison d'être. Bonne cuisinière, semble-t-il que ses pâtés, ses tartes au sucre et ses carrés au chocolat étaient très prisés dans le temps. Issue d'un milieu rural, elle aimait contempler la nature et particulièrement la vue sur le fleuve près de cette église où nous sommes réunis aujourd'hui. Elle y emmenait ses enfants pour déguster un cornet de crème glacée et y admirer le paysage. Plus tard, ce fut à leur tour de la promener en voiture sur le boulevard Champlain, ce qui constituait une autre activité de prédilection pour elle.

Au cours de sa vie, cette mère au grand cœur a dû faire preuve de courage pour prendre soin de ses enfants. Surmontant les épreuves et les maladies, elle a pourtant su les soutenir et les aimer. Elle savait intervenir auprès d'eux avec douceur, mais aussi avec conviction. Femme de caractère, elle ne se gênait jamais pour dire les « vraies affaires » quand c'était le temps de remettre son monde dans le bon chemin.

Malheureusement, elle a dû traverser un long chemin de croix avant de connaître la libération de ses souffrances. Elle dut être placée en centre d'hébergement, ce qui fut bénéfique mais

¹ Mme Lachance est décédée le 22 juin 2011. La rédaction offre toutes ses condoléances à ses proches.

² Ce texte a été lu lors des funérailles de Mme Lachance par Martin et Carolane, ses petits-enfants.

TÉMOIGNAGES ET REMERCIEMENTS

après un certain temps d'adaptation plutôt difficile. Graduellement, elle a pu reprendre goût à la musique, à la danse et puis s'intégrer aux activités sociales. Pour tous les soins prodigués et le travail accompli pendant près de 18 ans, la famille tient à remercier chaleureusement le personnel du Centre d'hébergement Le Faubourg qui a contribué à son bien-être quotidien.

En apparence diminuée et plus tout à fait la même qu'auparavant, elle pouvait parfois, à notre grande joie, émerger de ses souvenirs au son de la musique qui l'aura accompagnée toute sa vie. Très jeune, elle fut initiée au chant et a même obtenu un certificat d'études musicales de la Faculté de musique de l'Université Laval. Je me souviens d'avoir été ébahi par sa prestation au piano à l'occasion d'une de mes visites à l'hôpital, lorsque j'étais enfant. Elle s'était assise au piano situé dans le salon de son étage et, pendant quelques minutes, j'ai oublié la raison de ma présence en ces lieux; un sentiment d'émerveillement et de fierté envers grand-maman m'avait habité.

Monique, Madame Lachance,
Madame Paradis, Maman, Grand-maman,

Malgré ton infortune et ta douleur, tu as su démontrer tout le courage qui te caractérisait, et ce, jusqu'à la fin. Nous profitons de l'occasion pour te dire que tu occuperas toujours une place de choix dans nos cœurs et que nous t'aimons énormément.

Bon voyage vers le paradis, tu es maintenant libérée! ■

Merci

À TOUT LE PERSONNEL DE L'UNITÉ DE VIE 450

Nous vous remercions très sincèrement pour la qualité des soins donnés à notre mère, Rita Cloutier¹, lors de son séjour au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec. Elle y a trouvé du réconfort, de l'assistance et d'excellents soins. Votre patience et vos attentions à son égard ont été grandement appréciées.

Notre mère est sûrement plus heureuse maintenant, libérée et en paix, car elle était très malheureuse de cet état de maladie qui la privait de contacts.

Les remerciements s'adressent à tout le personnel ainsi qu'aux résidents qu'elle a côtoyés, aux personnes de l'animation et aux nombreux bénévoles qui l'ont accompagnée dans ses derniers moments.

Nos meilleurs souvenirs et notre gratitude,

**Sylvie, Maryse et
Dominique Laplante** ■

¹ Mme Cloutier est décédée le 20 mai 2011. La rédaction offre toutes ses condoléances à ses proches.

À tout le personnel de l'Unité 3000 du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec

REMERCIEMENTS, HOMMAGES, HEUREUX SOUVENIRS

À chacun et à chacune de vous qui avez fait partie, d'une manière ou d'une autre, du quotidien de la vie de ma maman, dame Jeannette LeBlanc décédée le 24 juillet dernier, je présente mes plus élogieux mercis et je vous offre ma profonde gratitude.

Pendant deux ans et quatre mois, maman a été dorlotée, aimée et respectée pour ce qu'elle était et ce qui se dégageait de sa si belle personne.

Je porterai toujours, dans mon cœur et mes pensées, une vive reconnaissance et une admiration pour vos personnalités, toutes aussi attachantes les unes que les autres, lesquelles vous servent à merveille dans ce dévouement incessant et empressé dont vous faites preuve auprès des personnes nécessitant un besoin d'accompagnement.

Merci infiniment pour tous les petits soins particuliers et très appréciés, je le sais, de feu ma maman et, bien évidemment, de moi-même. Je vous rends un hommage spécial pour votre discernement à avoir vu en elle un être exceptionnel, doux, souriant, courtois, aimant, spirituel, valorisant et reconnaissant envers tous, sans oublier son sens de l'humour !

De mon côté, je me permets de souligner sa magnifique sérénité, laquelle d'ailleurs en surprenait plusieurs. Son acceptation, sa



Mme Jeannette LeBlanc à l'occasion de son 91^e anniversaire, le 3 octobre 2010

résignation quant à son état général de santé était marquée par sa grandeur d'âme, offrant tout d'elle-même et de sa vie à son Jésus tant aimé par elle, pour qu'au moins ses souffrances, tout comme ses joies, puissent servir à quelque chose de salubre, me disait-elle.

Cette adorable complicité qui s'est tissée au fil du temps entre maman, vous tous et moi m'a apporté beaucoup de réconfort et un contentement, à savoir que j'y découvrais une réelle solidarité. Aussi, je la savais en sécurité ; c'est pourquoi vous aviez incessamment toute ma confiance et mon estime.

Soyez assurés de mes plus beaux et meilleurs souvenirs se rattachant à ce « passage de la vie » de ma maman en ce « milieu d'amour » qu'elle a connu et reçu grâce à chacune et à chacun de vous.

Recevez mes plus sincères remerciements.

Louise, la fille de celle qu'il vous plaisait tant d'appeler votre charmante « petite Acadienne ». ■

Un mot **DE RECONNAISSANCE**

Je veux remercier de tout cœur les membres de l'équipe de l'Unité 250 du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec pour les soins qu'ils ont prodigués à l'endroit de Roland Auger¹.

Je n'ai pas de mots assez beaux à leur dire.

J'ai été impressionnée par le souci du personnel et de l'infirmier. Ils ont la vocation.

Qu'ils reçoivent donc mes remerciements les plus sincères.

Carmen Gilbert ■

¹ M. Auger est décédé le 15 juillet dernier. Toutes nos condoléances à ses proches.

À L'ÉQUIPE DU CAUSEUR²

J'ai lu avec un immense intérêt votre numéro sur les métiers. Ma mère (résidente du Centre d'hébergement Christ-Roi) et moi-même avons trouvé que ce numéro est le plus « accrochant » depuis longtemps.

Il est tellement facile d'oublier que nos aînés ont contribué activement à la société qui est maintenant celle des plus jeunes.

La variété de leurs métiers, l'enthousiasme qu'ils démontrent pour tout ce qu'ils ont donné et les sacrifices consentis. Dans ce temps-là, presque tout métier devenait une vocation (entendre presque agir bénévolement avec un salaire ridicule). Aujourd'hui, on n'oserait pas exiger tant ? (Je me questionne sur le sort des immigrants sous-payés et...)

Mais revenons à vos articles. Des trésors à fréquenter, des gens riches d'une expérience qu'on néglige, des gens qui ont aimé, dérangé, construit, vécu ! Des gens qui ont encore à partager si on s'y prend bien pour les connaître.

Ces articles humains et révélateurs méritent d'être reproduits à large échelle. Des journaux diffusent sans discernement plein de préjugés et attisent l'âgisme et la croyance que nos aînés sont un poids pour la société. Nous vivons dans une société de consommation, on jette tout... même nos chers parents âgés.

Continuez le travail excellent que vous faites.

Andrée Moreau ■

² Il ne s'agit ici que d'un extrait de la lettre de Mme Moreau.

MOT CACHÉ

Mot de 6 lettres – Bon appétit

Solution page 46

E	C	I	P	E	T	E	L	U	O	P	B
D	T	E	V	I	D	N	E	L	A	O	O
A	I	R	R	U	O	N	E	L	S	I	U
L	E	G	E	R	E	G	A	M	O	R	F
A	C	E	A	S	U	I	U	I	I	E	F
S	U	N	E	M	S	A	T	V	V	L	E
S	I	I	E	A	E	E	M	A	F	F	A
O	T	S	N	N	S	I	D	A	R	V	E
U	E	I	R	G	R	E	L	B	A	T	A
P	U	U	U	E	E	S	O	L	I	D	E
E	O	C	F	R	V	R	E	N	I	D	R
F	T	E	L	I	F	R	E	T	U	O	G

A

Affamé
Aliment
À table
Avaler

B

Bouffe

C

Cuisine
Cuite

D

Dessert
Dîner

E

Endive
Épicé

F

Filet
Fourneau
Fromage
Fruits

G

Goûter

I

Ingéré

L

Légère
Légumes

M

Manger
Menus

N

Nourri

O

Œuf

P

Palais
Poire
Poulet

R

Radis

S

Salade
Solide
Soupe

T

Tarte

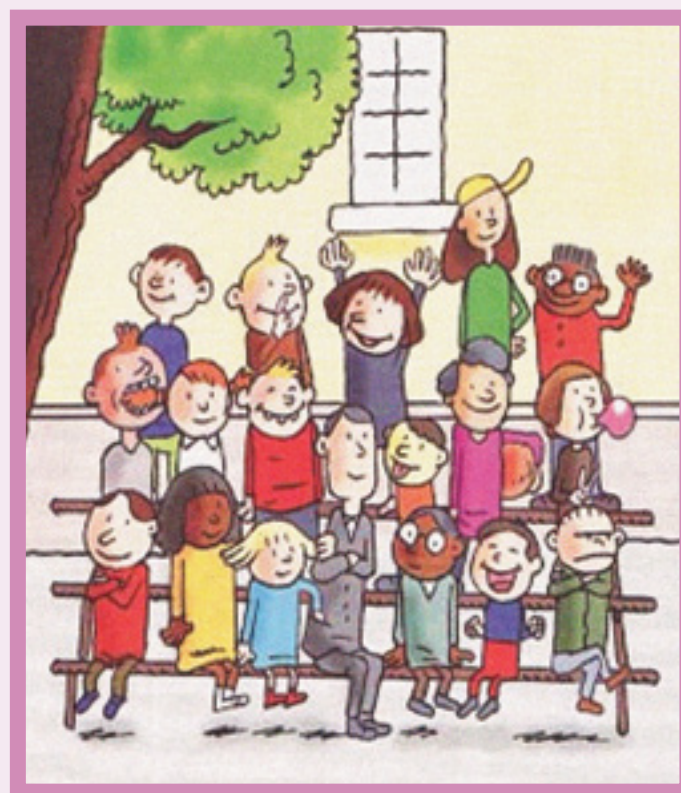
V

Verse
Viande

LES DIFFÉRENCES

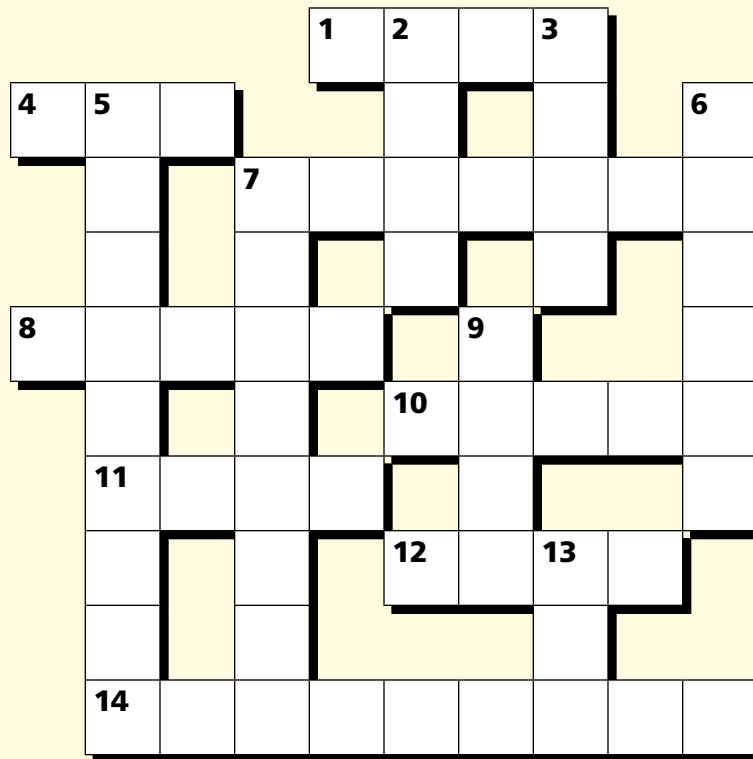
**Trouvez
les 11 différences**

Solution page 46



GRILLE À REMPLIR

Solution page 47



Horizontalement

1. Poudre blanche qui absorbe l'humidité
4. À l'opposé de l'ouest
7. Cercle de bois, de plastique
8. Voiture en forme de fourgonnette
10. Herbe courte que l'on a semée
11. Indication du jour, du mois et de l'année
12. Émotion que l'on ressent face au danger
14. Personnes qui écrivent les paroles des chansons

Verticalement

2. Surface
3. Instruments qui servent à ouvrir et à fermer les serrures
5. Tissu collant pour faire des pansements
6. Petits personnages imaginaires
7. Personne dont le métier est de chanter
9. Devin, sorcier
13. Abîmé à force d'avoir servi

AU MILIEU DU MOT

Il manque les trois lettres centrales de chaque mot.

À vous de combler les espaces en vous servant des définitions.

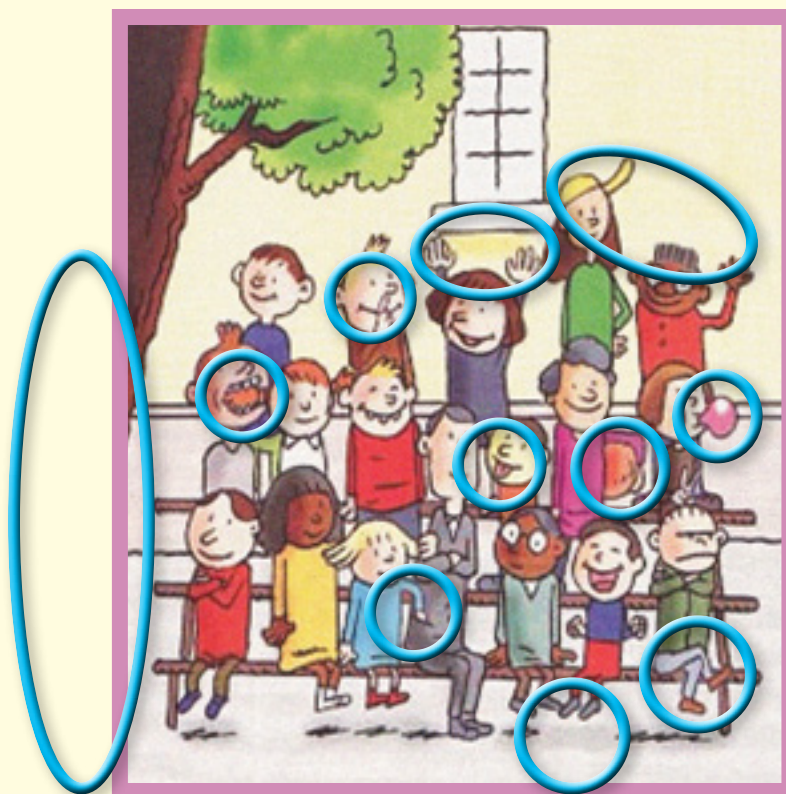
Solution page 47

G	A				I	N	Garnement
A	N				I	S	Langue
G	O				H	E	Peinture
G	O				R	E	Grotte
B	E				R	D	Prénom
A	T				E	S	Capitale
A	Q				U	C	Canal
B	R				L	I	Légume
R	I				R	E	Cours d'eau
D	A				E	R	Grand palmier
D	A				I	N	Mammifère marin
É	D				U	R	Profession

SOLUTION
MOT CACHÉ

SAVEUR

SOLUTION
LES DIFFÉRENCES



SOLUTION GRILLE À REMPLIR

					T	A	L	C				
E	S	T				I		L			L	
	P			C	E	R	C	E	A	U		
	A			H		E		S		T		
B	R	E	A	K		M				I		
	A		N			G	A	Z	O	N		
	D	A	T	E		G				S		
	R		E			P	E	U	R			
	A		U					S				
	P	A	R	O	L	I	E	R	S			

SOLUTION AU MILIEU DU MOT

G	A	L	O	P	I	N	Garnement
A	N	G	L	A	I	S	Langue
G	O	U	A	C	H	E	Peinture
G	O	U	F	F	R	E	Grotte
B	E	R	N	A	R	D	Prénom
A	T	H	È	N	E	S	Capitale
A	Q	U	E	D	U	C	Canal
B	R	O	C	O	L	I	Légume
R	I	V	I	È	R	E	Cours d'eau
D	A	T	T	I	E	R	Grand palmier
D	A	U	P	H	I	N	Mammifère marin
É	D	I	T	E	U	R	Profession

Thèmes à découvrir dans les prochains numéros

- Hiver 2011-2012 : Les résidents, on en parle !
- Printemps 2012 : La qualité dans tous ses états !

Nous avons besoin de vous !

Résidents, membres des familles, bénévoles ou employés, vous aimeriez faire partie des collaborateurs au journal *Le Causeur* ? Vous avez le goût d'écrire un article ? Si l'expérience vous tente, joignez-nous au 418 529-4777, poste 20570.

Vous aimez lire *Le Causeur* ?

Dès sa parution, des copies de ce journal sont disponibles à la réception de votre centre d'hébergement. N'hésitez pas à le demander à la réceptionniste. Bonne lecture !

Vous avez des commentaires, des suggestions à nous faire ? Une opinion à donner ? Des articles à publier ? Une adresse à modifier ? Écrivez-nous ou téléphonez-nous :

Le Causeur

Dominique Ekker
Service des communications
1, avenue du Sacré-Cœur
Québec (Québec) G1N 2W1

Téléphone : 418 529-4777, poste 20570
Télécopieur : 418 691-0767
Courriel : dominique.ekker@csssvc.qc.ca
Site Web : www.csssvc.qc.ca

Le Causeur

**Le journal des centres
d'hébergement :**

- **Christ-Roi**
- **De Limoilou**
- **Hôpital général
de Québec**
- **Le Faubourg**
- **Louis-Hébert**
- **Notre-Dame-de-
Lourdes**
- **Sacré-Cœur**
- **Saint-Antoine**

