

## PRÉSENTATION D'UN RÉSIDENT : M. Étienne Cloutier

M. Cloutier habite à la Villa du Moulin depuis plus de 4 ans. Il a marié une très belle femme, Mme Francine Pépin (décédée en 2018). Ils ont eu trois enfants (Simon, Rémy et Valérie) et sept petits enfants. Il a beaucoup voyagé avec son épouse.

Auparavant, il était ingénieur civil pour le ministère du Transport. Il a toujours aimé que les choses soient bien faites. Il utilisait donc son niveau pour s'assurer que sa corde de bois était droite et pour planter des arbres. Il a joué dans la pièce de Théâtre, *Une Beauce d'une vie*. Il y tenait le rôle d'un chef Autochtone.

M. Cloutier est atteint de la maladie d'Alzheimer à un stade avancé. Il a perdu la capacité de tenir une conversation. Malgré sa maladie, il sait lire, reconnaître les chansons et les visages des gens alors n'hésitez pas à le saluer, à lui parler et lui remémorer de vieille histoire, il en sera ravi.

*Vous voulez nous faire connaître une personne qui travaille ou réside à la Villa. Déposez le texte ou vos suggestions dans la boîte de suggestion à l'entrée.*

## MOIS DE JANVIER – MOIS DE L'AZHEIMER

Chaque année en janvier, le mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer est là pour conscientiser la population. Pour les Canadiens(es) atteints d'une démence, la discrimination constitue un des plus gros obstacles à vaincre pour vivre avec la maladie.

Cessons de porter des jugements sur les personnes atteintes de démence et de les percevoir comme une maladie mais regardons plutôt ces personnes comme des êtres humains qui désirent notre amitié ou qui en ont besoin, et qui méritent d'être soutenus dans la dignité et le respect. Ayons de l'empathie pour les personnes qui en sont atteintes et envisageons la vie selon leur perspective.

La démence ne touche pas seulement les personnes qui ont la maladie. En effet, les membres de la famille, les amis, les aidants doivent également apprendre à vivre avec la démence.

Il est essentiel que nous fassions de la Villa du Moulin, un endroit sûr et inclusif pour chaque personne qui vit avec la démence. Faites passer le message et amorcez les discussions afin d'aider la population à voir cette maladie autrement. Pour de l'information :

**Société Alzheimer**  
CHAUDIÈRE-APPALACHES

Sans frais : 1 888-387-1230  
Courriel : info@alzheimerchap.qc.ca



**M. Étienne Cloutier et son épouse Francine**



**Villa du Moulin**  
Le chez-soi des retraités



## LE BULLETIN DES RÉSIDENTS

**JANVIER 2020**

### MOT DE LA DIRECTION

Cher(ère) résident(e)s,

Tout d'abord, nous tenons à vous souhaiter une belle et heureuse année 2020. Que cette nouvelle année soit remplie de joie et de bonheur mais surtout que la santé vous accompagne tout au long de l'année.

Nous vous remercions également pour tous les beaux commentaires vis-à-vis le personnel de la Villa. Que ce soit dans les soins, la cuisine, l'entretien, les activités ou à la réception nous sommes heureux de vous servir.

Nous savons que chaque jour n'est pas toujours parfait avec toutes les épreuves que la vie nous apporte; parfois la maladie, les décès, la tristesse rendent certaines journées plus pénibles. Soyez assuré que nous faisons de notre mieux pour vous accompagner durant ses moments difficiles.

Nous tenons également à vous remercier de votre précieuse collaboration lors des changements que nous apportons dans la résidence. Sachez que les règlements et les politiques d'entreprise sont mises en place pour le bien être et la sécurité de chacun.

### BIBLIOTHÈQUE

Un nouveau livre sur l'histoire de la municipalité de St-Joseph sera disponible à la bibliothèque. Si vous avez des suggestions d'achats, inscrivez le titre et l'auteur et déposez le tout dans la boîte de suggestion à l'entrée.

### NOUVELLE RÉSIDENTE

Nous souhaitons la bienvenue à Mme Monique Poirier à la Villa du Moulin. Nous savons qu'un changement de résidence n'est jamais chose facile. Nous souhaitons que vous trouviez, votre place à La Villa et que vous participiez pleinement à la richesse et à la diversité de la vie qui la caractérise.

## RETOUR

sur le mois dernier

Quel beau mois de décembre nous avons vécu! Avec des défis différents à chaque jour, le concert de la Chorale des Aînés, celui de la Chorale des Amis de la chanson, la visite de Rachel pour nous faire chanter. Notre délicieux souper des fêtes suivi du chansonnier avec des sets carrés, avec plusieurs cadeaux offerts aux résidents. Vie Active avec le Père Noël et ses rennes magnifiques, film et chocolat chaud, bingo, fabrication de bonbons aux patates, ont complétés ce mois de Décembre!

Merci énormément aux employés, bénévoles et surtout à vous qui participez avec vos rires, vos sourires et votre bonne humeur !

### Chorale de la Villa

Une mention spéciale pour la chorale de la Villa "Le Chœur des Aînés" qui, comme à chaque Noël, nous ont offerts un très beau concert.

Nous vous remercions de partager votre passion avec nous. La chorale sera de retour en 2020, nous vous invitons à vous joindre à eux.



## INFORMATIONS SUR LES ACTIVITÉS À VENIR

### ACTIVITÉS SPÉCIALES

Venez prendre le thé et quelques biscuits à notre activité "Piano-thé". Différentes sortes de thés vous seront proposés. Nous aurons la chance d'avoir en spectacle Mme Sara-Émilie Chabot qui chantera pour vous. Invitez vos familles et amis. Apportez votre tasse préférée, le thé aura meilleur goût !

### NOUVELLES ACTIVITÉS

Deux nouvelles activités offertes par la commission scolaire commenceront en janvier : Atelier de cerveau actif et de Yoga- doux.

### CHANGEMENT D'HORAIRE

- **Les pratiques de la chorale auront lieu le vendredi matin de 10h à 11h au lieu du jeudi en après-midi.**
- Le temps de prière avec Sœur Thérèse sera le premier jeudi du mois au lieu du vendredi. Toujours à 10h45, à la chapelle à partir du mois de février.

**\*\*\* Surveiller nos babillards pour connaître davantage de détails \*\*\***

## JEUX DE NEURONES

Relier le mot de la colonne de gauche dont les lettres sont rangées dans le désordre, au mot de la case de droite

MEOANENE	BLEUET
ETBELU	COQUELICOT
QUEOCLTICO	ROSE
LTPUIE	PAVOT
SEOR	TULIPE
LEJLNOQUI	ANEMONE
TMRGAEUIRE	JONQUILLE
OVPTA	MARGUERITE

## CONSEILS SANTÉ ET SÉCURITÉ EN SAISON HIVERNALE

### Quelques recommandations pour profiter d'un hiver sans chute:

- Habillez-vous chaudement avant de sortir à l'extérieur. Quand nous avons froid, nous sommes plus tentés de nous hâter, ce qui augmente le risque de chuter;
- Assurez-vous d'être bien chaussé. Optez pour des talons larges et peu élevés. Les souliers et les bottes avec des semelles non glissantes sont plus sécuritaires;
- Procurez-vous des semelles d'appoint adhérentes (crampons). Ces semelles se vendent à la pharmacie. Choisissez un modèle et une taille vous permettant de les mettre et de les enlever facilement de vos bottes d'hiver. N'oubliez pas de les enlever à l'intérieur ainsi que pour conduire une voiture;
- Soyez actifs! L'activité physique est un excellent moyen pour renforcer ses muscles en plus d'améliorer l'équilibre et la souplesse. Être en bonne condition physique contribue à diminuer les risques de chutes. N'oubliez pas qu'il est important de rester actif durant toute l'année.

## AVIS CONCERNANT LES BACS DE RÉCUPÉRATION

Prendre note qu'il n'y aura plus de bac de récupération au 2<sup>e</sup> étage de la villa.

- 1- Pour faciliter la circulation lorsque la porte de l'ascenseur est ouverte
  - 2- Certains articles qui ne sont pas recyclables s'y retrouvaient
  - 3- Des bacs sont disponibles aux casiers postaux au 1<sup>er</sup> étage et à l'extérieur
  - 4- Votre récupération peut être ramassée à votre appartement moyennant un frais
- Il y a des caméras de surveillance sur les étages. S'il le faut, nous vérifierons qui laisse leurs déchets sur le sol et une facture sera remise à la fin du mois au contrevenant.