



Au Fil du temps
Mars 2025

Monsieur
Vincent

RÉSIDENCE
LA PROVIDENCE

www.monsieurvincent.org

Éditorial

Savez-vous qu'à la Providence sur 108 résidents, il y a 87 femmes autrement dit 81% de nos résidents sont des femmes ! Et quoi de plus normal que de célébrer cette majorité en ce mois de mars, mois marqué par la Journée Internationale des Droits des Femmes. Rassurez-vous messieurs, ce phénomène est souvent observé au sein de nos institutions et il ne doit pas occulter les besoins spécifiques de la gent masculine.

Cette année, notre repas du printemps, permettra de fêter le retour de la douceur, en le célébrant, à partir de spécialités Bretonnes, mais aussi (surtout) en réunissant l'ensemble de notre grande communauté, constituée de vous tous, chers résidents, mais aussi de vos familles, proches et amis.

Et comme cet entourage est important !

Pour nous ceux qui sont chers à votre vie à la Providence est un point clé que nous facilitons autant que possible :

- en accueillant vos proches sur des horaires élargis
- en leur proposant, aussi souvent qu'ils le veulent, de venir partager un repas avec vous (réservation 72 H avant, auprès de l'accueil)
- en facilitant vos visites / séjours chez eux (organisation de la sortie, prêt de véhicule adapté – renseignement auprès de l'accueil)
- en les invitant à participer à certaines animations et en particulier à votre fête d'anniversaire (réservation auprès des animatrices)...

Car à La Providence nous considérons ceux qui vous sont chers comme partie prenante de l'accompagnement que nous vous proposons ; nous savons à quel point leur présence à vos côtés contribue à votre santé et à votre qualité de vie.



Bien vieillir,
c'est d'abord vivre !

La page de Sœur Raymonde et de La Communauté

La Prière



Jésus notre modèle

Nous lisons dans l'Évangile : « *En ce temps-là, Jésus se rendit sur la montagne pour prier, et il passa toute la nuit à prier Dieu. Quand le jour parut, il appela ses disciples, et il en choisit douze, auxquels il donna le nom d'apôtres.* » (Luc 6, 12-13). Ainsi, avant de prendre une décision importante, Jésus passe la nuit en prière.

Quelques citations sur la prière :

- Saint Charles de Foucauld : « *Quand on aime, on voudrait parler sans cesse à l'être aimé et la prière n'est pas autre chose.* »
- Saint curé d'Ars : « *La prière est une douce amitié, une familiarité étonnante... C'est un doux entretien d'un enfant avec son Père.* »
- Sainte Mère Térésa : « *La prière rend votre cœur plus grand jusqu'à ce qu'il soit capable de contenir le don de Dieu lui-même.* »
- Michel Quoist « *Clore les yeux de mon corps, clore les yeux de mon âme et rester silencieux. M'exposer à Toi, l'infini présent.* »
- Sainte Joséphine Bakhita « *Je crois en la prière. C'est le meilleur moyen pour nous de puiser notre force dans le ciel.* »
- Sainte Thérèse de l'Enfant Jésus : « *Pour moi la prière, c'est un élan du cœur, c'est un simple regard jeté vers le Ciel, c'est un cri de reconnaissance et d'amour au sein de l'épreuve comme au sein de la joie.* »

- Alain Delon : « *Tu crois en Dieu, tu n'y crois plus et quand tu as un gros problème, tu pries quand même.* »



St Charles de Foucauld



St Curé D'Ars



Ste Mère Térésa



Michel Quoist



Ste Joséphine Bakhita



Ste Thérèse de l'Enfant Jésus



Alain Delon

PRIÈRE DU MATIN

SEIGNEUR,
*dans le silence de ce jour naissant,
je viens Te demander la paix,
la sagesse et la force.*

*Je veux regarder aujourd'hui le monde
avec des yeux tout remplis d'amour.
Être patient, compréhensif et doux.*

*Voir au-delà des apparences,
tes enfants comme Tu les vois Toi-même ;
et ainsi ne voir que le bien en chacun.*

*Ferme mes oreilles à toute calomnie,
garde ma langue de toute malveillance ;
que seules les pensées qui bénissent
demeurent dans mon esprit.*

*Que je sois si bienveillant et si joyeux
que tous ceux qui m'approchent
sentent Ta présence.*

*Revêts-moi de Ta beauté, Seigneur,
et qu'au long de ce jour
je Te révèle.*

Chronique de l'Aumônerie

« **L'homme bon tire le bien du trésor de son cœur qui est bon** »

De quel sage est cette parole ? De Socrate, de Sénèque, de Platon....de Pascal ?

Notre cœur est un trésor. Dans la bible, le cœur désigne la personne toute entière en tant qu'elle jaillit de son intériorité, en tant qu'elle déborde de la source intérieure....

7

Cette source est immensément riche :

Elle est faite d'intelligence : quel bonheur d'écouter des personnes compétentes en leurs domaines professionnelles, ou des personnes sages en humanité et en spiritualité !

Elle est faite de sentiments, d'émotions : le mot émotion vient de « *movere* » en latin qui signifie mouvoir, bouger. Les émotions sont un bon signe à discerner dans nos vies. Elles peuvent nous mettre en mouvement pour faire le bien. « Le cœur a ses raisons que la raison ne connaît pas ».

Elle est faite de désirs, de décisions, de volontés qui mettent en action notre personne.

Elle est faite d'images qui ne cessent de nous habiter jusque dans nos rêves...

Elle est faite de souvenirs du passé et, plus étonnant encore, de souvenirs de l'avenir, de nos projets, ce qui s'appelle, en définitive, espoirs, espérance...

Le trésor de notre cœur est un trésor à entretenir, un trésor à sauvegarder et promouvoir jalousement, en étant « les portiers de notre cœur, les bergers de nos pensées », les veilleurs de nos désirs, les filtreurs de nos images, les gardiens de notre mémoire.

Nos relations mutuelles deviennent riches, si elles se partagent ces trésors cachés insoupçonnés, quel que soit l'âge : « J'ai 70 ans, mais en fait j'ai 20 ans et 50 ans d'expérience. Je me sens toujours jeune », avec l'envie de me ressourcer et de partager

C'est important de veiller à la source de notre cœur. Le philosophe Socrate disait qu'avant de parler, il fallait passer nos paroles à **3 tamis** : celui de la vérité. Ce que tu vas me dire, es-tu sûr que c'est vrai ? Ce que

tu vas me dire, es-tu sûr que c'est bon pour toi et pour moi ? Ce que tu vas me dire, es-tu sûr que c'est utile pour nous ? Les 3 tamis sont ceux de la recherche de la vérité, de la bonté, de l'utilité pour favoriser le progrès de tous.

« **L'homme bon tire le bien du trésor de son cœur qui est bon** ». De quel sage est cette parole ? De Jésus qui nous offre son Esprit pour vivre, en Église, de ses paroles.

Profitons de ce carême (du mercredi des cendres, le 5 mars, au dimanche de Pâques, le 20 avril) de notre année jubilaire 2025, pour remonter à la source et laisser déborder la surabondance de nos pensées, de nos paroles, de nos sentiments.....**En route vers Pâques !**

8

Père Pierre-Marie PERDRIX, Aumônier



Ils nous ont quittés...



Mr VEILLON
Yves décédé
le 10/02/2025



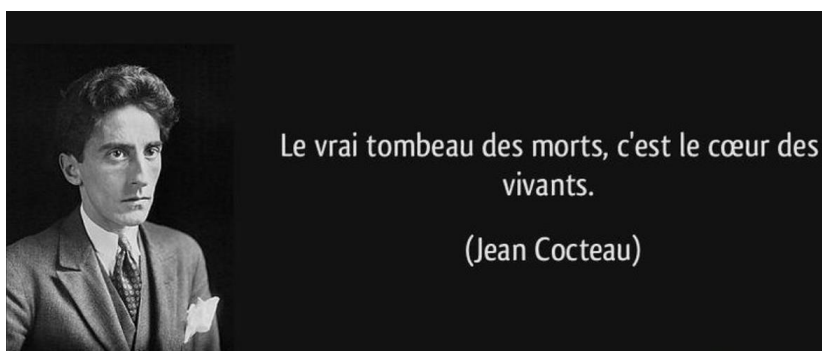
Mr ROMAGNE
Gérard décédé
le 14/02/2025



Mr ILLAND
Roger décédé
le 15/02/2025



Mme ROBLIN
Monique décédée
le 26/02/2025



La vie aux Rives



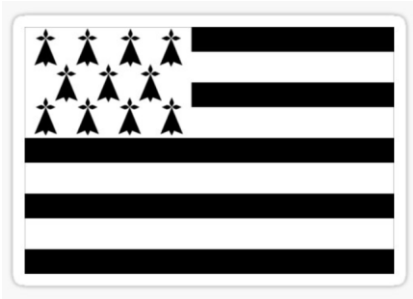
Nous souhaitons un joyeux anniversaire à Mme BAUCHER Andrée qui a fêté ses 97 printemps !

9



Quand Marie Noelle prend les choses en main et nous prépare une activité « Crêpes party », tout le monde se régale !





Pour préparer le repas du 6 mars prochain sur le thème de la Bretagne et décorer le service, soignants et résidents ont réalisé des créations dans le cadre des activités de travaux manuels.



10



Tout le monde chante et danse lorsque fabienne est avec nous pour un moment musical...



Ça s'est passé en Février...

Animation Carnaval avec
Martine, Valérie, Michel et
« Momo »...



Cette année, les résidents et les bénévoles ont bien mérité de s'amuser ! Nous avons fêté le Carnaval doublement masqué mais il n'en reste pas moins divertissant.

Découvrez quelques images de cet évènement au sein de La Providence.





L'Éloge de la Chanson

La chanson, ce souffle vivant de la musique, est bien plus qu'un simple arrangement de notes et de mots. Elle est une forme d'expression pure, capable de véhiculer les émotions les plus profondes, les pensées les plus intimes, et d'unir les êtres humains au-delà des frontières de l'espace et du temps. Dans sa simplicité apparente, la chanson porte en elle la complexité de l'existence humaine : elle peut être douce ou poignante, légère ou grave, mais elle a toujours cette puissance de toucher l'invisible.

Ce qui rend la chanson unique, c'est sa capacité à capturer des instants fugaces, à transformer des émotions éphémères en une forme.

À travers l'histoire, la chanson a été une alliée des révolutions, des luttes sociales, des moments de joie, de paix et d'amour. Elle a marqué les époques, portée des messages de rébellion ou de réconfort, et parfois, simplement servi de remède aux peines du cœur. Que serait le monde sans la chanson ? Un espace vide, un silence lourd, une coquille vide...

Aujourd'hui, la chanson continue de faire son travail, de façonner des souvenirs, de porter des luttes et d'exprimer ce que les mots seuls ne sauraient dire et Fabienne le fait avec brio.

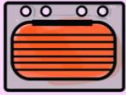
Merci à elle,



Atelier confection de cookies



Ingrédients



Préchauffer le four à 175°C



Fouetter le beurre avec l'œuf, le sucre et le sucre mou.



Ajouter ensuite la farine et la levure. Puis mélanger.



Ajouter les pépites de chocolat et l'extrait de vanille.



Mettre une feuille de papier sulfurisé sur une plaque allant au four.



Disposer des boules de pâtes sur la plaque en laissant de l'espace entre elles.



Enfourner durant 15 min.

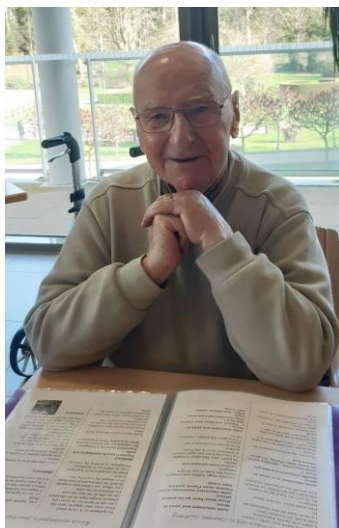


Laisser refroidir et savourer.

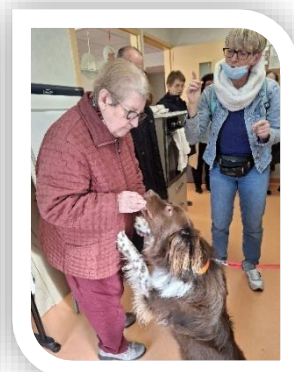
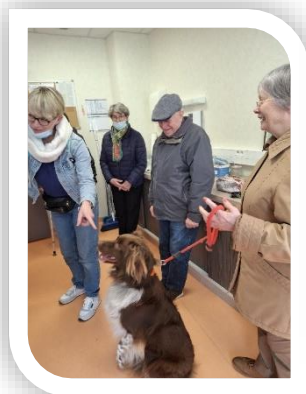


13

Et les anniversaires du mois de Février



Retour en images sur les activités de l'accueil de jour à Saint Charles



14

Lorsque Salto nous fait la surprise de venir voir les personnes de l'accueil de jour, tout le monde est ravi ! Des caresses, des léchouilles, de l'émotion et le tour est joué pour le plus grand bonheur de tous !

Un après-midi convivial à la halte répit avec la Maison des aidants



Au sein des haltes-répit, on trouve des personnes, qui bien qu'étant en bonne forme physique, souffrent de maladies neurodégénératives. Elles peuvent participer, dans un environnement sécurisé, à une demi-journée ou une journée d'activités ludiques, récréatives ou socioculturelles, en dehors de leur domicile.

De leur côté, les aidants peuvent ainsi bénéficier également d'un moment de pause, vaquer à leurs occupations et s'octroyer une précieuse bulle d'oxygène et de liberté.

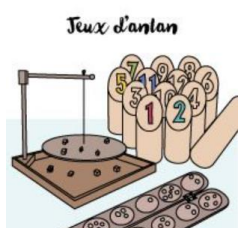
Certains viennent avec le proche aidant, d'autres profitent d'un service de transport adapté. En effet, tous les aidants ne sont pas toujours disponibles pour accompagner leur proche et, surtout, ce gain de temps leur permet de mettre à profit la moindre minute pour souffler et se ressourcer.

Pêle-mêle des activités proposées à l'accueil de jour avec Caroline



Après-midi crêpes pour stimuler la mémoire et les papilles, jeux en bois géants pour aider à résoudre des problèmes en s'amusant, partage d'un goûter pour renforcer les liens sociaux. Tout est réuni pour que nos bénéficiaires passent de bons moments en compagnie de Caroline qui ne manque pas d'idées.

BONNEHUMEUR
LUMIÈRE FIDÉLITÉ
TEMPS GAÏTÉ
SERETROUVER BON RESPECT
MORAL
BONNE ENTENTE
CONVIVIALITÉ
JOIE
DISCUSSION
ÉCOUTE GAÏTÉ FIDÉLITÉ
ATTACHEMENT
CHALEUR HUMAINE



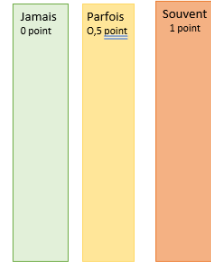


Êtes-vous proches aidant.e? N'attendez pas d'être épuisé.e pour demander de l'aide

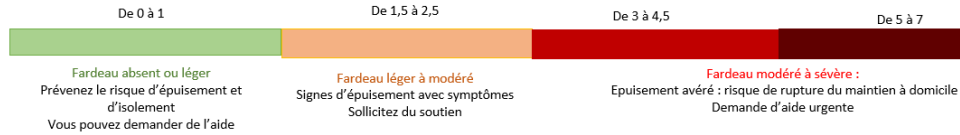
Je teste mon degré d'épuisement à l'aide de l'échelle

Evaluation à faire par l'aidant ou un soignant

- ✓ Le fait de vous occuper de votre proche entraîne t-il :
 - Des difficultés dans votre vie familiale
 - Des difficultés dans votre relation avec vos amis, l'accès aux loisirs, aux sorties, ou dans votre travail
 - Un retentissement sur votre santé physique et/ou psychologique
- ✓ Avez-vous le sentiment de ne plus reconnaître votre proche?
- ✓ Avez-vous peur pour l'avenir de votre proche?
- ✓ Souhaitez-vous être davantage aidé.e pour accompagner votre proche?
- ✓ Ressentez-vous une charge en vous occupant de votre proche?



Mon score _____ /7



Fardeau absent ou léger
Prévenez le risque d'épuisement et d'isolement
Vous pouvez demander de l'aide

Fardeau léger à modéré
Signes d'épuisement avec symptômes
Sollicitez du soutien

Fardeau modéré à sévère :
Epuisement avéré : risque de rupture du maintien à domicile
Demande d'aide urgente



Quel que soit votre score, informez-vous :

En appelant **La Maison des Aidants** au 06 60 30 67 12

Des solutions existent:

- Être écouté.e et soutenu.e
- Participer à des groupes de parole, des ateliers bien être
- Bénéficier d'un moment de relève à domicile
- Suivre une formation

Rencontre seniors : Comment accompagner son proche sans s'épuiser ?

Evènement gratuit
Ouvert à tous
Collation offerte

Mardi 1er avril 2025 de 14h30 à 16h30
Salle des Châteliers
Rue du chemin Montois à MAYENNE

Comment se reconnaître comme aidants ?

Quels sont les signes d'épuisement, les mécanismes du stress et leurs conséquences sur la santé ?
Quelles solutions ou aides pour faire face et les prévenir ?

Intervenants :

Stéphanie MONTEBRAN, Infirmière coordinatrice de la Maison des Aidants, accompagnée de témoins
Docteur Maxime LE FLOCH, Médecin à la consultation Mémoire à Laval
Mélissa PERRIER, Psychologue à la Maison des Aidants
Marie-Laure VERGER, Sophrologue au sein de l'Equipe mobile de soins palliatifs du Centre Hospitalier du Nord-Mayenne.


Présentation et découverte d'une solution de répit à travers une séance de sophrologie, ouverte à tous.

Besoin d'organiser la prise en charge de votre proche et de votre transport ce jour-là ?
Contactez le Centre de Ressources Territorial au 06-26-33-48-03.



C'est prévu en Mars ...

Ce programme est indicatif et pourra être adapté au cours du mois ; **chaque semaine le programme définitif est affiché dans les offices d'étage et à l'accueil.**

	Matin	Après-midi
Samedi 1er		Animation avec Isabelle
Lundi 3	Gym douce : Siel bleu (groupe 1)	Après-midi chants avec Fabienne Chauvin (bénévole)
Mardi 4		Après-midi crêpes
Mercredi 5		Préparation repas à thème (pas d'animation)
Jeudi 6	Repas à thème : la Bretagne 	
Vendredi 7		Messe à l'oratoire
Samedi 8		Animation avec Philomène
Lundi 10	Gym douce : Siel bleu (groupe 1)	Belote et jeux de mémoire
Mardi 11		Projet de groupe avec Sandrine Cazée
Mercredi 12		Séance plénière Projet d'établissement
Jeudi 13	Gym douce : Siel bleu (groupe 2)	Loto avec des élèves du lycée Lavoisier
Vendredi 14		Messe à l'oratoire
Samedi 15		
Lundi 17	Gym douce : Siel bleu (groupe 1)	Groupe de discussion

Mardi 18		Belote et jeux
Mercredi 19		Cinéma
Jeudi 20	Gym douce : Siel bleu (groupe 2)	Atelier sur le thème de Jean de la Fontaine avec Michel et Valérie (bénévoles)
Vendredi 21		Messe à l'oratoire
Samedi 22		Chorale du club d'athlétisme de Mayenne
Lundi 24	Gym douce : Siel bleu (groupe 1)	Travaux manuels
Mardi 25		Belote et jeux
Mercredi 26		Cinéma
Jeudi 27	Gym douce : Siel bleu (groupe 2)	Fête des anniversaire des résidents nés au mois de mars
Vendredi 28		Messe à l'oratoire
Samedi 29		
Lundi 31		Belote et jeux

A noter aussi :

Nous fêterons leur **anniversaire en Mars** :

- Mme BAUCHER Andrée le 3 mars
- Mme HUAULT Marie Josèphe
- Mme GESLIN Berthe le 21 mars
- Mme GUYARD Thérèse le 24 mars
- Mme FORET Odette le 25 mars





VIDE dressing



Lors de la préparation de notre conseil de la vie sociale, vous nous avez fait part de votre souhait de renouveler plus souvent des « vides dressing ».
Pour se faire, un vide dressing vous sera proposé le 22 Mars à partir de 11h00 jusqu'à 15h00 au niveau du restaurant.

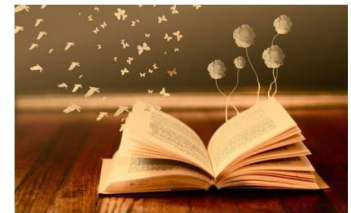


19

Point LECTURE



Avis aux lectrices et lecteurs ! Nous pouvons vous prêter romans ou livres documentaires en gros caractères afin de s'adapter à tous.



Ces livres nous sont prêtés par la médiathèque et sont renouvelés tous les 3 mois.
Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à vous rapprocher des animatrices.



VALORISATION
des
bénévoles



Chaque année, c'est plusieurs dizaines de bénévoles qui interviennent auprès de vous pour des temps d'animation de la vie sociale, des sorties à l'extérieur, de l'aide au transport, des moments de discussion, un accompagnement à la vie spirituelle, etc.

En 2024, c'est l'équivalent de **plus de 2232 heures** qui ont été effectuées auprès de vous.
Un grand merci à eux !!!

MERCI

Election du Conseil de la vie Sociale

Monsieur
Vincent
RÉSIDENCE
LA PROVIDENCE

Notre prochain CVS
aura lieu le 11 mars
2025 à 14H30.

20

BIENVENUE!

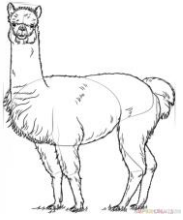
Mme LEFEVRE Madeleine
arrivée le 12 Février 2025



COUP DE PROJECTEUR !

Félicitations à Myriam et Emilie pour l'obtention
de leur diplôme d'aide-soignante.





N'oublions pas nos bénévoles...



Association des Amis
de la Providence



21

Il est resté notre ami depuis l'école primaire...

Il s'est servi des animaux et de la nature pour nous instruire...

Il est décédé voilà exactement 330 ans...

Ce fabuliste de la société du XVII^{ème} siècle ne mérite-t-il pas d'être redécouvert ?

Nous vous proposons un exercice de mémoire élégant et tous ensemble....

Alors, avez-vous trouvé de qui nous parlons ?

Rendez-vous le 20 mars à 15h30 en salle d'animation...

Ce sera l'occasion de redécouvrir le monde riche de rencontres multiples de ... Jean de la Fontaine. N'a-t-il pas grandi avec Louis XIV ?

Un après-midi décontracté comme dans nos souvenirs d'enfance dans le chahut d'une classe d'école la veille du départ en vacances... Et quelles vacances ? Le 20 mars ? Les vacances de printemps bien entendu !!!!

A très bientôt,



Martine, Valérie et Michel

A vous de jouer !

Qui suis-je ?



Le proverbe caché

Réécrivez le proverbe en remplaçant les symboles par des lettres grâce à la table de traduction :

Table de traduction														
☼	⌘	▲	⊠	✦	♣	◆	♥	♠	❖	♂	■	♁	◎	☀
A	B	C	D	E	F	I	L	M	N	O	R	S	T	U

☁ ✦ ▲ ■ ♂ ◆ ■ ✦ ♥ ✦ P ■ ✦ ♠ ◆ ✦ ✦
 S [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] []
 ♠ ♂ ☀ ◎ ☼ ■ ⊠ ◆ ✦ ✦ ⊠ ☀ P ☼ P ✦
 []

Qui aime quoi ?

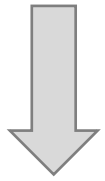
Quelle est la fleur préférée de Marie, Léontine, Gabrielle et Rose ?

Les indices :

1. Marie la met en sachet pour parfumer son linge.
2. Léontine n'aime ni les tulipes, ni les roses.
3. Rose porte bien son nom.

Reliez par un trait chaque prénom avec la fleur qui lui correspond :

- | | | | |
|-----------|---|---|---------|
| Marie | • | • | tulipe |
| Léontine | • | • | rose |
| Gabrielle | • | • | pensée |
| Rose | • | • | lavande |



Quel est ce phare ?
Où se trouve-t-il ?



Envie d'écrire un article ?



Vous souhaitez écrire un article dans le journal, inscrire un témoignage, raconter une anecdote ? Que vous soyez résident famille ou amis, cette page est faite pour vous... Surprenez-nous...

A series of horizontal dotted lines for writing an article.

Comment peut-on faire toute la différence dans le quotidien des résidents ?



L'Association Monsieur Vincent, est une association loi 1901 à but non lucratif et de bienfaisance. Créée en 1994, par la Compagnie des filles de la charité de saint Vincent de Paul, elle a pour but l'accueil de tous sans a priori et en priorité les plus démunis.

Nous accueillons toutes les personnes, quelles que soient leurs conditions de ressources, et nous en faisons notre priorité.

Les résidents sont amenés à payer leurs frais d'hébergement, parfois avec l'aide sociale du Conseil départemental, mais aucun bénéfice n'est généré par l'association.

Tous les projets d'amélioration du bien-être des résidents que nos équipes mettent en place ne sont pas financés par des subventions ou des aides publiques, mais essentiellement par les dons !





24

Que vous puissiez nous soutenir ponctuellement ou de façon régulière par prélèvement automatique, votre don participera à améliorer le bien-être des résidents dans chacun de nos établissements.

Merci, très sincèrement, d'encourager notre mission auprès de nos aînés par un don.

Pour réaliser votre don, deux solutions :

 Soit par carte bancaire directement sur notre site web à l'adresse www.monsieurvincent.org
Vous aurez la possibilité de faire un don ponctuel ou bien de mettre en place un prélèvement automatique.

 Soit par chèque en remplissant le bulletin de soutien ci-dessous

Bulletin de soutien

À remettre à la direction de l'établissement de votre choix où à retourner sous enveloppe affranchie à l'Association Monsieur Vincent – 77 rue de Reuilly 75012 Paris

OUI je souhaite contribuer à l'amélioration du bien-être des personnes accompagnées par l'Association Monsieur Vincent, par un don de :

30 € 50 € 100 € Autre montant : €

Je souhaite affecter mon don à la résidence : (facultatif)

Afin de recevoir mon reçu fiscal, je note ci-dessous mes coordonnées :

Madame Monsieur Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Téléphone : E-mail :

Je souhaiterais recevoir plus d'informations sur les legs et donations