

LA FONDATION
LAMBRECHTS
PETIT JOURNAL



AVRIL 2024

44 RUE DE FONTENAY, CHATILLON 92320

Citations Avril



En automne, je récoltai toutes mes peines et les enterrai dans mon jardin. Lorsque avril refleurit et que la terre et le printemps célébrèrent leurs noces, mon jardin fut jonché de fleurs splendides et exceptionnelles.

Citation Jardin & Mon





la Chorale

MARDI | 09 | À 15H
AVRIL

GRAND SALON 



ATELIER DE CHANT | UNE FOIS PAR MOIS



Notre atelier de chant collectif permet d'explorer le chant dans ses aspects tant ludiques que techniques : la posture, la respiration, le rythme, la justesse, les résonateurs, l'interprétation, la relaxation et surtout la confiance en soi. Le cours commence par une phase d'échauffement vocal et un réveil de la voix en douceur, puis continue en chansons préalablement choisies par l'ensemble du groupe et adaptées au goût des résidents : chorale, jazz, blues, etc.

Accompagnés d'un professeur de chant, les résidents passeront un moment convivial et chaleureux tout en découvrant des techniques de chant et d'harmonisation. Notre atelier de chant est source de bien-être physique et mental. En un mot, c'est un incontournable !

PROCHAINE DATE

14 | MAI
2024

de 15h à 16h

Objectifs et bienfaits

Maintenir les capacités physiques et cognitives

Réduire l'anxiété et stimuler la mémoire

Lutter contre l'isolement et le repli sur soi

Exprimer la sensibilité



MARDI

9 AVRIL



LA FONDATION LAMBRECHTS

concert de Piano

PAUL HUBERT
DES MESNARDS

Mardi 02 Avril

15h

GRAND SALON





CONCERT *de* PIANO



UN GRAND MERCI A PAUL HUBERT DES MESNARDS QUI A OFFERT AUX PERSONNES DE LAMBRECHTS UN TRÈS BEAU CONCERT DE PIANO, NOUS AVONS PASSÉ UN BEAU MOMENT MUSICAL ENSEMBLE, LE MARDI 02 AVRIL.



GYM DOUCE

en fauteuil roulant

Groupe 1
15h30 _ 16h15

**GRAND SALON
TOUS LES
VENDREDIS**

DYNAMIQUE

Groupe 2
16h15 _ 17h



LES SÉANCES DE GYM

MELISSA , ANIME LE PARCOURS
SANTÉ DE LAMBRECHTS TOUS
LES VENDREDIS;

DEUX GROUPES :

- 15H30 À 16H15 (GYM DOUCE)

- 16H15 À 17H (DYNAMIQUE)

L'ASSOCIATION "SIEL BLEU"
S'ENGAGE POUR LA SANTÉ DE
DEMAIN. LAURÉATE DE
DIFFÉRENTS PRIX ET
DISTINCTIONS À TRAVERS LE
MONDE. L'ASSOCIATION "SIEL
BLEU" N'A CESSÉ DE SE
DÉVELOPPER ET D'AGIR POUR
PROUVER QUE L'ACTIVITÉ
PHYSIQUE ADAPTÉE A UN
IMPACT SIGNIFICATIF SUR LA
SANTÉ DES BÉNÉFICIAIRES
ACCOMPAGNÉS AU QUOTIDIEN
ET UN IMPACT ÉCONOMIQUE
POSITIF SUR LES POLITIQUES
DE SANTÉ.





De nombreux résidents et résidentes ont vu le jour au mois de Mars, pas moins de 7 qui ont soufflé leurs bougies. Près de 50 personnes étaient présentes pour leur souhaiter en chantant tous en chœur "joyeux anniversaire".



Joyeux anniversaire

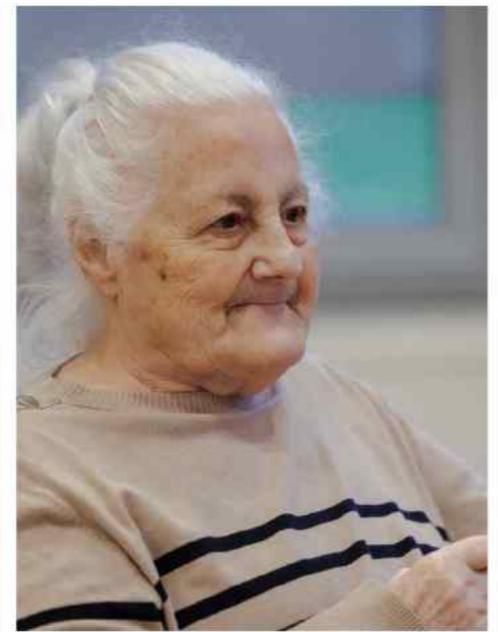
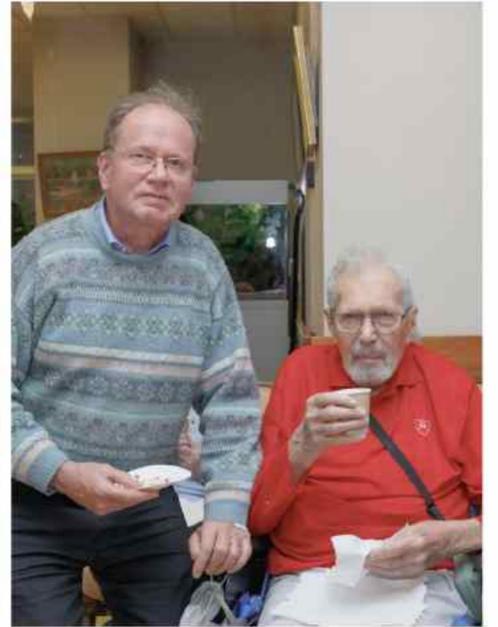


Joyeux anniversaire



Je tiens à remercier le photographe professionnel Gérard ETIENNE le fils de M. Nguyen qui nous a offert un superbe cadeau le jour de la fête d'anniversaire.
 Merci pour toutes ces belles photos que vous nous avez prises
 Merci pour le travail il est absolument magnifique, vos photos sont si émouvantes, vous avez fait un travail exceptionnel en capturant magnifiquement les souvenirs d'anniversaire.





**ECRIRE À
LAMBRECHTS -
ECRIRE À LA
CABANE**

Par Catherine GRAS

SALLE DE RÉUNION

JEUDI 16:00 À 17H

Après le culte de

BIENVENUE

LA FONDATION LAMBRECHTS

L'atelier d'écriture s'est réuni jeudi 28 mars, après le culte, dans la bibliothèque. Le thème du jour était LE PRINTEMPS. Chacune et chacun était invité à écrire quelque chose sur le printemps. Cinq dames étaient venues de Paris écrire avec nous. Avant de nous dire « au revoir », chacune et chacun a lu son texte. Un très bon moment partagé ! C'est aussi ça le printemps !

*

Le printemps s'annonce, l'herbe reverdit, les boutons de roses s'entre ouvrent à demi et, sur la montagne, la neige fond. Voici le printemps que nous aimons !

Je suis dans mon 93ème printemps.

Le printemps m'évoque la fête de l'épanouissement, les coucous jaunes qui s'ouvrent, les arbres qui commencent à fleurir, le retour du soleil et l'herbe qui reverdit.

A l'approche des vacances de printemps, je me souviens des balades que je faisais avec mes enfants, en Auvergne.

Je pense au poème de Prévert, Deux escargots s'en vont à l'enterrement d'une feuille morte : « Deux escargots s'en vont. Ils ont la coquille noire, du crêpe autour des cornes. Ils s'en vont dans le soir, un très beau soir d'automne. Hélas, quand ils arrivent, c'est déjà le printemps. Les feuilles qui étaient mortes sont toutes ressuscitées ... »

Marie – Claude

*

C'est une grande joie de courir après les œufs colorés que Papa et Maman ont cuits, durs et passés dans le thé, ou quelques couleurs !! Heureusement qu'ils sont durs parce que c'est une vraie course au plus chanceux. Et puis, on raccroche, pour quelques mois, son manteau d'hiver.

On est joyeux ; bientôt les vacances de Pâques ...

Dans le jardin, la nature s'est réveillée : primevères, jacinthes, les arbres se parent également de fleurs et de bourgeons. Je me souviens des odeurs.

Et puis, plus récemment, j'ai assisté un jour à un spectacle inattendu : mon plus jeune petit-fils (il avait 4 ans), grimpé sur un fauteuil de jardin, des jumelles en main, m'appelant de toutes ses forces car le lapin de Pâques allait pondre ses œufs !! Vous savez, celui qui en fait en chocolat. Nous avons des origines alsaciennes d'où le « lapin ».

Quant à mon petit-fils, l'aîné, il a voyagé vers le Danemark avec, sur les genoux, un gros œuf bien emballé et contenant beaucoup de petits chocolats. Ce n'était pas encore le jour de Pâques. Il ne fallait pas tricher... tricher comme ses sœurs qui avaient tout avalé de suite.

Maintenant, Pâques représente toujours pour moi une grande fête, celle du renouveau dans la nature, des espoirs de joie, des vœux de calme, de la générosité les uns envers les autres.

Violette

*

Quand j'étais petite fille, il y avait deux épisodes. L'épisode de la petite fille qui recherche de l'affection qui réunirait la famille. La famille était en Bretagne, à Saint-Malo.

Le printemps à Saint-Malo, c'était bien !

On avait 15 ans de différence avec ma sœur, Monique. Elle était ma grande sœur. Nous ne jouions pas ensemble car elle était grande. Je jouais avec des voisines.

Joëlle

Le printemps est une des 4 saisons de l'année solaire. Il commence le 20 mars à l'équinoxe de printemps. Il va jusqu'au 20 juin, date du solstice d'été et il a une durée de 3 mois.

Le climat du printemps est généralement ensoleillé, avec de fréquents passages d'averses, les giboulées ... du moins au début du printemps.

Le dérèglement climatique peut en perturber le déroulement classique.

René

*

Le printemps, c'est une belle saison qui revient tous les ans.

Les fleurs fleurissent, les arbres aussi.

J'allais cueillir des pâquerettes dans un champ, à côté de chez moi,

A L'Hajj-les-Roses.

Je promenais ma chèvre dans les prés.

Il y avait des clapiers pour les lapins,

Je m'en occupais aussi,

A L'Hajj-les-Roses.

*

Lydie

Le Printemps

Le printemps, c'est la plus belle saison, non seulement pour ce que l'on voit, mais aussi pour ce que l'on entend et ce que l'on ressent.

J'ai des lunettes mais ce qui est important, c'est ce que l'on ressent au fond de soi.

Cela donne des souvenirs lumineux : le soleil permet d'apprécier mieux tout ce qui se passe et vous entoure. Si vous me parlez, cela me donne des idées, imaginer plein de choses agréables.

Le printemps permet de profiter de tout ce qui vous entoure. Plus rien n'est sombre.

Je suis née le 3 janvier 1929, j'ai donc vécu 96 printemps !!

Pendant les autres saisons, il fait nuit plus tôt, les gens ne sortent pas, n'ont pas envie de se distraire.

Au printemps, chacun s'habille gracieusement ...

Au printemps, je me sens plus sûre de moi et je suis plus heureuse ...

Le Printemps, C'est quelque chose de formidable ...

Jeanne Juliette



La Liberté

Liberté chérie

Oui cette fois c'est notre dernière liberté_ nous avons beaucoup réfléchi ,peser le pour et le contre où terminer notre vie ?

Pouvons-nous nous assumer seul ?

au début on s'organise entre le voisinage pour quelques courses alimentaires ou médicales, car nous nous déplaçons plus difficilement .

profiter de toute l'aide à domicile organisée par notre Pays et nos Mairies = repas livrés à domicile, soins infirmiers , l'aide du kiné , la visite de notre famille, de nos amies (qui eux aussi sont sur le même chemin du grand âge, de la vieillesse, des anciens,...)

Alors on pense(mais difficilement pourtant) à la grande maison près du centre ville où il est possible, de " rentrer" ... rêve projet ou réalité c'est possible



mais.....





La Liberté

On repousse la décision, la grande décision... !

Alors on dit "oui" mais !!

Mais il faut bien comprendre que dans cette maison il faut :

- respecter et accepter le vivre ensemble "chacun dans sa chambre".
- il y a l'heure des soins l'heure des repas , l'heure du lever et du coucher. -
- mais il y a aussi la communauté les animations les fêtes...

le temps d'adaptation n'est pas le même pour tout le monde; en général, il dépend de notre acceptation volontaire ou imposée, "c'est là le grand piège" car entrer c'est adhérer et non se rebeller...

La situation n'est pas la même pour tous et dépend aussi de notre état de santé.





La Liberté

Rappelons-nous, obligation et acceptation ne donnent pas le même résultat.

Je pense qu'il serait souhaitable que la réflexion suscite un débat au sein même de la maison.

Sachons bien que les volontaires à l'entrée s'adaptent le mieux et finalement s'y trouvent bien.

Réflexions au bout d'un an de résidence.

VF





SÉCURITÉ

SECOURS

INCENDIE

La sécurité incendie est l'affaire de tous. Soyez vigilants et agissez en conséquence pour un environnement de travail sûr et protégé !

1

Arrêter le signal sonore.

2

Lever le doute.

3

Toucher la porte du haut en bas avec le dos de la main.

4

Regarder les plafond pour les fumées.

5

Après diagnostic
Alarme Alerte
évacuation.

6

Appuyer sur un(DM)
rouge déclenchement
manuel.

7

Attente des secours
au point de
rassemblement.

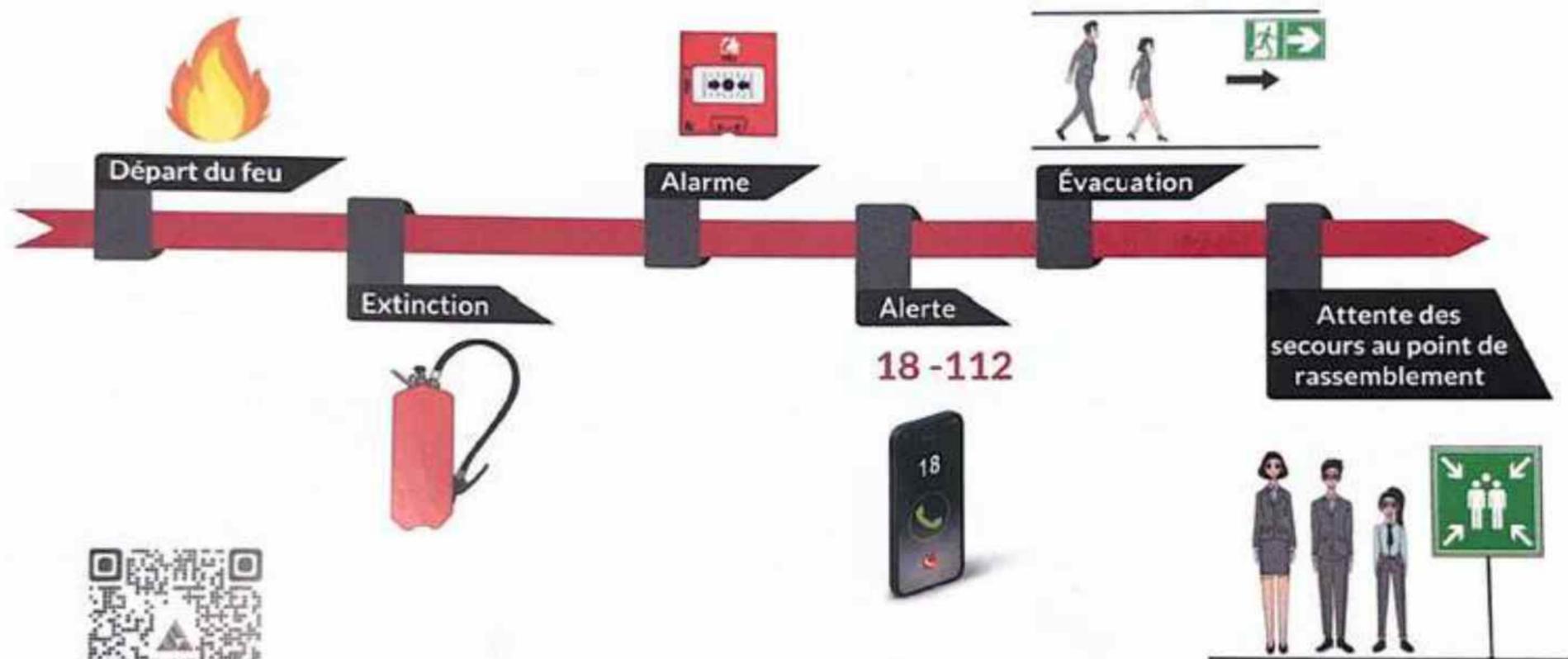
ISOLEMENT ETOUFFEMENT

REFROIDISEMENT

NUMERO D'ALERTE 18 - 112



// LA CONDUITE À TENIR EN CAS DE DÉPART DE FEU



Flashez le QR code pour regarder la vidéo d'une évacuation

ILS NOUS ONT QUITTÉ

C'est avec beaucoup de tristesse que nous vous faisons part du décès de :

. Mme Andrade Violetta survenu

le 11 / 04 / 2024

. Mme Ramamaonjisoa Irène survenu

le 14 / 04 / 2024

. Mme Barrière Claire survenu

le 01 / 04 / 2024

Toutes nos pensées vont à leurs
proches



NOUS LEUR SOUHAITONS
LA BIENVENUE

Mme Lejeune 02/04/2024.



NOUS SOMMES TRÈS
HEUREUX DE VOUS
ACCUEILLIR AUJOURD'HUI

