

JEAN S'EXCLAME

Le magazine des 4e D et E du collège Jean-Monnet de Broons

Juin 2020



Bienvenue à l'Ehpad

TÉMOIGNAGES

Guerre, métiers d'antan...
Des résidents racontent



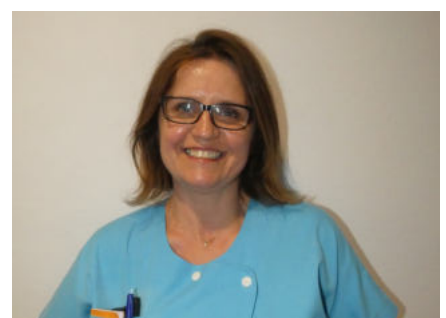
FOCUS

Animations, nourriture... :
le quotidien à l'Ehpad



PORTRAITS

Des soignants passionnés
par leur métier



Edito

En début d'année, quand nous avons choisi de consacrer l'intégralité du magazine à l'Ehpad Michel-Lamarche de Broons, l'idée était de susciter la rencontre entre générations et de s'immerger dans un lieu méconnu, objet de craintes et d'idées reçues. Le Covid-19 est venu perturber nos plans. Il a privé les apprentis journalistes d'un élément qui nous est cher : le terrain, meilleur moyen de se confronter à la réalité. Le projet a malgré tout donné lieu à des rencontres d'une grande richesse. Nous retiendrons de cette année particulière le long échange entre les élèves et Valentine, l'animatrice de l'Ehpad, qui s'est conclu par de sincères applaudissements. Nous avons aussi été épatées par la curiosité et l'attention des jeunes envers leurs aînés lors des interviews, malgré des conditions moins favorables. Les journalistes en herbe se sont penchés sur l'organisation de l'Ehpad, sur le vécu des résidents et celui du personnel. Nous espérons que ce magazine contribuera à mieux faire comprendre la réalité d'un établissement pour personnes âgées dépendantes et à faire entendre des voix trop peu écoutées. C'est aussi à cela que sert le journalisme.

Nous souhaitons enfin remercier chaudement l'Ehpad, sa directrice et tout le personnel, notamment Valentine, l'animatrice, pour leur réactivité, leur accueil et leur grande disponibilité.

Les journalistes : Elodie Auffray et Isabelle Halliez

Nous sommes heureuses, aujourd'hui, de vous présenter la concrétisation de ce projet qui nous tenait à cœur. En effet, cette année 2020 fut bien singulière et riche en émotions. Tout était prêt, les élèves devaient retrouver leurs aînés, quand soudainement nous avons dû improviser et revoir toute notre organisation à cause du Covid-19 ! Finalement, les rencontres ont eu lieu de façon virtuelle ! Des échanges riches et chargés en émotions sont nés dans ces conditions inattendues ! Et grâce à toutes ces forces vives et à la volonté des élèves, le journal a vu le jour.

Mille fois merci aux résidents ; à Valentine pour sa disponibilité et son engagement ; aux journalistes, Isabelle et Elodie, sans qui ce projet n'aurait jamais pu aboutir ; aux élèves qui ont su être à l'écoute et créer de nouveaux liens pour communiquer.

Les enseignantes : Isabelle Garot-Cherbonnel, Armelle Hervé, Clémence Ligot, Florence Poulain, Valérie Duménil.

Sommaire

MAKING-OF

Dans les coulisses d'un projet chamboulé par le Covid-19

pages 4-5

EN IMAGES

A la découverte de l'Ehpad Michel-Lamarche

pages 6-7

RENCONTRE

La directrice dresse le portrait de l'établissement

page 8

PREMIER JOUR

Un accueil soigné

page 9

ACTIVITÉS

Une animatrice dynamique et des bénévoles très investis

pages 10-11

EN CUISINE

Une équipe et du matériel professionnels

pages 12-13

MÉTIERS

Une aide-soignante et une infirmière partagent leur passion

pages 14-15

ALZHEIMER

Un étage dédié

page 16

AMOURS

En couple à l'Ehpad

page 17

TÉMOIGNAGES

Une ancienne couturière et une ex-bijoutière racontent

pages 18-19

TÉMOIGNAGE

La guerre d'Eugène

page 19

PORTRAIT

Germaine, une nonagénaire pétillante

page 20

Directeur de publication : Pierre Daniel. Rédactrices en chef : Elodie Auffray, Valérie Duménil, Isabelle Garot-Cherbonnel, Isabelle Halliez, Armelle Hervé, Clémence Ligot, Florence Poulain. Contact : Collège Jean-Monnet, 15 route de Lamballe 22250 Broons. Tél: 02.96.84.61.56. Imprimé en juin 2020 à l'imprimerie Le Maire (Merdrignac). Ce projet a été porté par le Club de la presse de Bretagne et a reçu le soutien de la Direction régionale des affaires culturelles de Bretagne, dans le cadre d'un appel à projets sur l'éducation aux médias.

Making-of : Des reportages perturbés par la pandémie



Prévus les 3 et 6 mars, les reportages à l'Ehpad n'ont pas pu avoir lieu dans les conditions prévues, en raison des restrictions de visite liées au coronavirus. Même si l'établissement n'était pas encore confiné, il n'était plus possible à cette date de permettre à des élèves d'y rentrer. Malgré tout, au vu du travail déjà effectué et des échanges mis en place entre l'Ehpad et le collège, l'équipe a décidé de maintenir les reportages à distance.

Skype, Facetime, téléphone sur haut-parleur, les apprentis journalistes ont testé des techniques diverses, comme les professionnels

des rédactions confrontés quelques jours plus tard au confinement. Malgré cette barrière de la distance, de nombreux échanges ont eu lieu entre résidents, professionnels et élèves.

Le reste du travail s'est fait à distance puisque les élèves, comme les professeurs et les journalistes, n'ont pas pu retourner au collège pendant plusieurs semaines. Malgré la difficulté de ces conditions, les élèves ont travaillé avec sérieux sur le projet jusqu'au bouclage.



Paroles d'élèves

« Nous avons trouvé cette expérience très intéressante. On a maintenant, grâce à ces échanges, une idée nouvelle de ce que les gens ressentent lors de leur premier jour à l'Ehpad. Les résidents sont parfois contraints de se séparer de leurs affaires personnelles et de leurs familles, ce qui nous a fait un pincement au cœur. »
Mélissande, Océane, Elorine et Suzon

« Nous étions stressés mais Madame Duval avait l'air heureuse de discuter avec nous. »
Fanny, Thomas, Kyllian et Dylan

« Surprise pendant l'interview de Marcelle : tout comme Sullivan, l'un des apprentis journalistes, elle a habité à Lanrelas. Elle l'a même eu aux TAP couture, à l'école. Cela nous a beaucoup amusés ! »
Dorian, Emilien et Sullivan

« Nous avons dû effectuer cette interview en vidéoconférence. Nous aurions certes préféré être avec Germaine et les aides-soignants. Nous aurions été plus à l'aise. Mais, même avec ce désagrément, cela a été un plaisir pour nous d'écouter Germaine. Tout s'est bien passé. On les remercie de nous avoir accordé un peu de leur temps. »
Emma, Flavie et Louann



Présentation du projet, conférence de rédaction, séance d'éducation aux médias sur les fake news, les journalistes et les élèves se sont rencontrés à plusieurs reprises au cours de l'année scolaire. Au fil des séances, les apprentis journalistes ont choisi leur sujet et leurs interlocuteurs, affiné leurs angles, préparé leurs questions avant de pouvoir effectuer leurs entretiens.



A la découverte de l'Ehpad Michel-Lamarche

L'Ehpad comporte de nombreuses chambres et tout ce dont ont besoin les locataires. Les résidents peuvent apporter une petite touche personnelle pour être plus à l'aise.

Pour sortir de l'Ehpad, en cas de besoin, il faut taper un code mais pour y entrer, on n'en a pas besoin. A l'extérieur du bâtiment, il y a de grands espaces verts, malheureusement en travaux en ce moment. Le bâtiment comporte un rez-de-chaussée et quatre étages avec en tout 76 chambres dont 13 à l'étage sécurisé.

Au rez-de-chaussée se situent les bureaux, un pour la secrétaire et un pour la directrice. A cet étage sécurisé résident aussi les personnes qui déambulent. Au rez-de-chaussée, il y a également

le bureau de l'infirmière coordinatrice, l'infirmier, une petite salle à manger, une salle de préparation des médicaments et la salle de transmissions. Il faut un code pour rentrer et sortir de cet étage. La lingerie, le garage et les vestiaires du personnel se trouvent également à ce niveau.

Des salles pour les résidents

Au premier étage, on a la grande salle à manger et les cuisines, la salle de kinésithérapie, le salon de coiffure ainsi que les bureaux administratifs.

Au deuxième étage se trouve la salle de soins esthétiques, l'atelier de l'agent d'entretien et une petite salle à manger.

La salle d'animation est au troisième étage ainsi que la bibliothèque. Au dernier étage, on trouve des zones de stockage pour le matériel non utilisé.

Des chambres se situent à chaque étage. Au quatrième étage, il s'agit des chambres pour les résidents hébergés temporairement.

Eléa, Elina et Lorine (4E)





Chambres

Les chambres sont particulièrement grandes. Elles possèdent une petite cuisine, une petite salle de bain. On peut y apporter ses meubles et sa propre décoration, excepté pour les résidents temporaires du 4ème étage où les chambres sont déjà meublées.

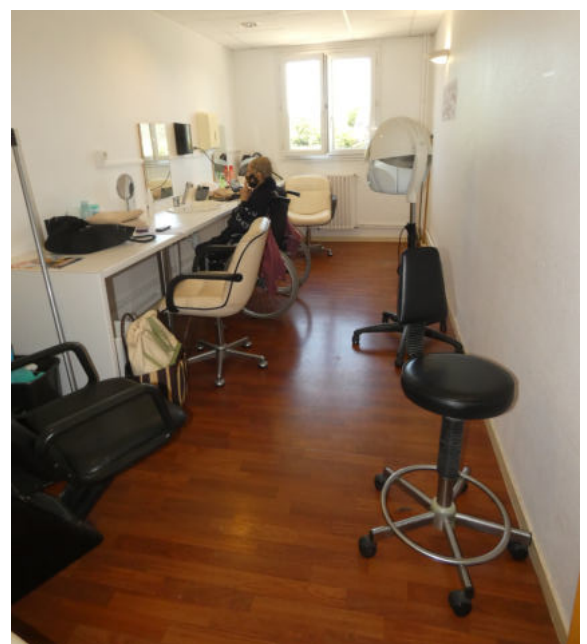


Salon de lecture

Les résidents ont un salon lecture pour se détendre ou s'instruire. Ils ont également une salle d'animation pour passer de chaleureux moments ou être créatifs.

Salon de coiffure et d'esthétique

Les résidents peuvent profiter d'un salon de coiffure et d'esthétique pour les plus coquets.





Béatrice Herment, directrice de l'Ehpad.

Une résidence qui évolue !

La résidence Michel-Lamarche est un établissement géré par le centre communal d'action sociale de Broons. Il s'agit d'un établissement public. Béatrice Herment dirige la résidence.

L'Ehpad Michel-Lamarche a été créé en 1972. Au début, ce n'était qu'un petit foyer avec très peu de chambres et il n'y avait pas beaucoup de services. Il y a eu une première extension en 1986 et une deuxième a suivi en 2007. L'Ehpad est un établissement qui accueille des personnes âgées dépendantes, en priorité de Broons, de l'ancien canton de Broons ou ayant de la famille proche sur cette zone.

Un étage pour Alzheimer

« Nous pouvons aussi accueillir des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, nous avons un étage dédié pour les personnes déambulantes », explique la directrice Béatrice Herment.

Un pôle d'activités et de soins adaptés est d'ailleurs en cours

d'aménagement. Il s'agit d'un lieu d'accompagnement des personnes atteintes de troubles cognitifs. Un parc avec des espaces sensoriels est également en projet.

Les conditions d'accueil

Pour être admis dans l'Ehpad, il faut avoir 60 ans au minimum mais la plupart des résidents sont beaucoup plus âgés. « *Cependant nous pouvons accueillir des personnes de moins de 60 ans sur dérogation de la part du conseil départemental,* explique la directrice. *Ces derniers sont handicapés ou atteints de troubles, ce qui justifie la demande d'entrée en établissement.* »

Pour obtenir cette dérogation, il faut voir un médecin qui va confirmer que la personne ne peut

plus vivre toute seule. Une personne âgée ne peut rentrer que si elle perd son autonomie. La personne peut garder son animal de compagnie seulement si elle peut s'en occuper. Elle est alors installée au rez-de-chaussée, car c'est plus pratique.

Il y a 50 membres du personnel. Les résidents payent leur loyer entre 1.650 et 1.750 euros par mois. L'Ehpad compte 76 studios de 30 m², qui comportent une cuisine, un petit salon, un lit et une salle de bain. Les personnes viennent avec leurs meubles sauf lorsqu'ils sont hébergés temporairement.

**Ethan, Joshua,
Kilian et Timotey (4D)**

Un accueil soigné

Quand de nouveaux résidents arrivent, le personnel s'emploie à mieux les connaître et à les mettre à l'aise.

Pour le moment, il n'y a pas d'événement spécial prévu pour accueillir les nouveaux résidents, lors de leur premier jour à l'Ehpad. Mais, selon les retours que le personnel a pu avoir, les personnes âgées se sentent quand même bien accueillies.

Remplir le dossier

Le premier jour, le personnel essaye d'inscrire le plus d'informations sur eux dans leur dossier : le régime alimentaire, les préférences pour le petit-déjeuner,

« C'est compliqué de quitter son foyer, c'est comme une sorte de deuil. »

le souhait de participer aux animations... Ils demandent aux nouveaux résidents avant leur entrée s'ils connaissent d'autres personnes âgées dans l'établissement et, si c'est le cas, ils font en sorte de les rapprocher, par exemple en les plaçant à côté dans la salle de restauration, pour que la personne soit moins isolée.

Mettre à l'aise

Le personnel essaye de faire en sorte que les résidents se sentent à

l'aise, notamment en faisant visiter les lieux ou en demandant s'ils veulent apporter leurs anciens meubles. « De cette façon, ils ont en quelque sorte une petite part de chez eux qu'ils amènent à l'Ehpad », souligne Christelle Met, l'infirmière coordinatrice. « C'est généralement compliqué pour les gens de quitter leur foyer, c'est comme une sorte de deuil », rapporte-t-elle. Le temps d'adaptation varie selon les personnes.

Mélissande, Océane, Elorine et Suzon (4E)

Le premier jour de Pierrette, « bien prise en charge »

Pierrette, 86 ans, est une ancienne habitante de Mégrit. Elle est entrée à l'Ehpad le 3 novembre 2018. « Intimidée » : c'est la première chose qu'elle a ressenti lorsqu'elle est arrivée. Le plus dur pour elle, c'est quand elle a dû se séparer de certaines de ses affaires personnelles.

Elle trouve qu'elle a « bien été prise en charge » par le personnel des bureaux, puis par une infirmière : on lui a demandé ce qu'elle prenait pour le petit-déjeuner, si elle voulait aller aux animations, etc.

Son adaptation

Elle connaissait déjà quelqu'un avant d'arriver : sa voisine. Sur place, elle a aussi fait de bonnes rencontres, même si au début elle était « un peu perdue ».



Pierrette, 86 ans.

Il lui a fallu environ trois semaines pour s'habituer à l'heure des repas, prendre ses repères et s'intégrer.

Maintenant, Pierrette se sent « à l'aise ». « Il faut savoir vivre en communauté », conclut-elle.



Crêpes, loto, parcours santé : voilà quelques-unes des activités organisées par Valentine, toujours souriante !

Une animatrice dynamique et engagée

Valentine, l'animatrice de l'Ehpad, organise des activités pour le bonheur des résidents ! Elles permettent aussi de se rencontrer et de s'entretenir.

Valentine, âgée de 27 ans, travaille en tant qu'animatrice à l'Ehpad Michel-Lamarche depuis septembre 2018. Avant ceci, la jeune femme, originaire du nord de la France, a fait des études de psychomotricienne en Belgique. Elle a découvert le travail avec les personnes âgées en faisant son mémoire en maison de retraite. « *C'est un public qui m'a beaucoup plu* », dit-elle. Comme elle n'a pas d'équivalence en France de son diplôme belge, Valentine a donc cherché un emploi pour être animatrice en Ehpad :

« C'est ce qui se rapprochait le plus de ce que je pouvais apporter avec mon diplôme. »

Des résidents très demandeurs

L'animatrice organise des activités tous les jours, sauf le mardi et le week-end (à part un samedi sur deux). Les activités changent très peu le matin, « *pour que les résidents puissent avoir des repères* », explique-t-elle. Le lundi, ils ont presque toujours la lecture du journal quotidien. Le mercredi, c'est soit sortie au marché, soit atelier de tricot. Le jeudi, ils font

de la gym douce et le vendredi ce sont les soins esthétiques. L'après-midi, les activités varient. Les plus régulières sont l'atelier mémoire, les diaporamas photos culturels créés par des bénévoles, la pâtisserie, l'épluchage de légumes, les ateliers créatifs, les thés dansants grâce à un bénévole qui vient jouer de l'accordéon, la chorale, le loto une fois par mois... Sans oublier les tournois de pétanque et de bowling. Des sorties sont aussi organisées. Les activités qui ont le plus de succès sont le remue-méninges et le loto.

Les résidents sont « très demandeurs », selon Valentine, mais ils ne sont jamais obligés de participer aux animations. Les différents objectifs sont de rencontrer de nouvelles personnes, d'apprendre à se connaître, de travailler la mémoire et les capacités physiques et de divertir les résidents.

Un budget de 3.500 euros

Le budget d'animation est de 3.500 euros pour l'année. Au total, cela revient à 0,12 centime par résident et par jour. Cet argent sert à acheter les cadeaux pour les anniversaires et pour Noël, à financer les sorties et à acquérir le matériel pour les ateliers créatifs. L'Ehpad a aussi une association qui permet de récolter de l'argent pour compléter le budget d'animation (lire ci-contre). Elle peut payer par exemple les spectacles et d'autres choses nécessaires. Ses bénévoles aident également Valentine à organiser les activités. « Cette association est très importante », souligne-t-elle.

« On se plaît avec Valentine »

Marie, une résidente de 88 ans, « ne rate aucune activité ». Celles qu'elle préfère sont le remue-ménages et les activités créatives, comme la peinture à main levée. Celle qu'elle aime le moins, c'est l'accordéon. Marie fait souvent de nouvelles rencontres grâce à son occupation principale, qui est le crochet, car les autres résidents s'intéressent beaucoup à sa passion. Elle leur montre comment faire. La dame âgée conclut avec un mot touchant : « On se plaît beaucoup avec Valentine ! »

Clara, Julie, Olivia (4D)

Des amis très investis

Les bénévoles de l'association Les Amis de la résidence Michel-Lamarche donnent de leur temps pour améliorer le quotidien des résidents.

L'association Les Amis de la résidence Michel-Lamarche a été créée le 27 janvier 2015. Elle propose des activités aux résidents et aide l'animatrice à les réaliser. Les activités proposées sont la chorale, l'accordéon, de temps en temps le loto et bien d'autres. Les bénévoles varient les activités pour essayer de plaire à tous les résidents. Leurs activités sont financées grâce à des manifestations comme le marché de Noël, un vide-greniers ou la récolte de journaux avec Bleu Azur.

Une majorité de femmes

Grâce à ces manifestations, ils peuvent acheter du matériel pour l'Ehpad comme un chariot de relaxation et des jeux de société géants ou financer l'édition d'un journal de l'Ehpad. L'association

finance aussi des spectacles pour Noël ou pour la fête de l'été. Sur la vingtaine de bénévoles, douze sont des femmes. Les bénévoles travaillent souvent avec l'animatrice, selon les activités. Leur temps de présence est en fonction du calendrier des activités et de leur disponibilité. L'âge des

bénévoles varie beaucoup. Jacques, 74 ans, anime des thés dansants deux fois par mois, avec son accordéon : « Ça me fait plaisir de leur faire plaisir », dit-il. Émeline, 24 ans, vient quatre après-midis par semaine à l'Ehpad et participe à toutes les activités proposées. « Etre bénévole rapporte de la gaieté pour les retraités », explique-t-elle. L'association recherche toujours des bénévoles sérieux, majeurs et polyvalents.

« Ça me fait plaisir de leur faire plaisir. »

Yanis, Elias et Mathis (4E)



Jacky et Emeline, deux Amis de la résidence.

Toque, toque, toque, entrez dans la cuisine

Bien manger, un plaisir partagé pour les résidents de l'Ehpad. Pour répondre aux différents besoins, une équipe professionnelle est présente.

A l'Ehpad, huit personnes s'occupent des repas : six agents de service et deux cuisinières. « *Mon métier n'est pas forcément stressant, ce qui me plaît dans ce métier, c'est de cuisiner et il y a aussi le choix des produits* », explique la cuisinière Corinne Gachet. Elle précise que le plus difficile sont les impératifs demandés avec, entre autres, les mesures d'hygiène et les différents protocoles à respecter (mise en chauffe, mise au froid) qui sont très stricts. Le métier de bouche est pour elle un beau métier et un métier innovant. Elle peut laisser libre court à son imagination pour les repas et les adapter.

Les horaires sont différents en fonction du poste. Les prises de fonction peuvent commencer dès 6h45 jusqu'à 13h45 et le soir de 17h à 19h30. Il faut environ trois heures de préparation pour un seul repas. L'équipe sert 76 repas sur place pour les résidents et environ une trentaine pour les repas à domicile.

Un équipement adapté

La cuisine n'est pas très grande au vu du nombre de repas à préparer. Elle est bien rangée et bien équipée. Il y règne une bonne odeur de soupe. « *Notre cuisine mesure environ 64 m², dit la cuisinière. Il y a un four d'une valeur de 17.000 euros, j'ai aussi*



Corinne, chef de la cuisine, et son personnel.

une tour chauffante d'une valeur de 3.200 euros et un lave-vaisselle qui est récent d'une valeur de 12.000 euros ». La cuisine de l'Ehpad dispose de beaucoup d'équipements : sauteuse, piano de quatre feux, robot à trois matières, frigo de jour, etc. Il y a aussi quatre chambres froides, une cellule réfrigérante et un réfrigérateur.

Une cuisine équilibrée

La cheffe de la cuisine décide des repas pour les résidents. Ces derniers mangent équilibré, grâce à une diététicienne qui vérifie les menus. Une fiche technique existe pour chaque résident. Le plat principal est toujours composé d'un légume, d'un féculent et d'une viande ou un poisson. Les rési-

dents de l'Ehpad mangent environ 80 grammes de viande et environ 100 grammes de légumes. Un repas coûte en moyenne 2,38 euros. L'Ehpad travaille avec des producteurs locaux.

Sur l'année 2018, 65.166 repas ont été effectués. Les résidents peuvent recevoir des invités. Ces derniers doivent payer le repas qui est de dix euros en semaine et de quinze euros les dimanches et jours fériés. Pour ces occasions, les résidents sont changés de place pour pouvoir être avec leur famille. Ils peuvent aussi fêter leur anniversaire avec leur famille comme au restaurant.

Alexis, Enzo et Théo (4D)



Un équipement professionnel adapté pour répondre aux différents besoins nécessaires pour bien cuisiner.

L'organisation des repas

Comment s'organisent les repas ? Explications avec les résidents et l'aide-soignante Laëtitia Berhault.

Les résidents se rendent seuls ou accompagnés, selon leur pathologie, à la salle de restaurant. Le repas dure en moyenne une heure à une heure quinze. Les résidents mangent habituellement à la même place, selon leurs affinités.

La commission menus

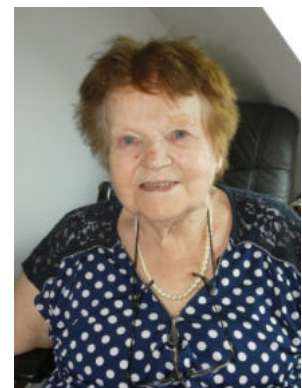
La commission des menus s'organise une fois par an, en présence de la cheffe de la cuisine, de la directrice, de l'animatrice et des résidents. Elle vérifie que les résidents apprécient la nourriture, ce qu'ils aimeraient avoir pour repas, si le service leur convient. Pour les fêtes, les

cuisines préparent des repas spécifiques et pour 2020, ce sera un repas à thème : l'Italie et ses pizzas.

Marcelle et Lucienne témoignent

Dans l'ensemble, les résidents apprécient les repas préparés. Selon Marcelle et Lucienne, les plats sont très bons et surtout très copieux. Ils peuvent boire du vin rouge et partagent un moment de convivialité. Mais, surtout, elles préfèrent se faire servir. Marcelle est nostalgique de son temps passé en cuisine quand elle préparait certains plats à sa façon.

Daniel, Medhy et Raphaël (4D)



Marcelle, 85 ans.



Lucienne, 86 ans.

Un accompagnement de chaque instant

Une présence qui fait du bien au quotidien des personnes âgées, c'est celle de Stéphanie Revault qui passe sa journée à les aider sans relâche. Être à l'écoute, attentionné et passionné, il faut avoir ces qualités pour exercer son métier.



Stéphanie, sourire aux lèvres, est toujours prête à accompagner les résidents.

Stéphanie Revault, 44 ans, travaille à l'Ehpad de Broons depuis douze ans. Son métier : aide-soignante. Le but d'une aide-soignante est de maintenir les acquis des personnes âgées. « *Ce qu'ils peuvent faire, ils doivent le faire* », explique Stéphanie Revault. Mais les aides-soignants sont là pour les aider, les accompagner et être présents à leur côté lorsque les résidents sonnent pour avoir de l'aide.

Un lien affectif se crée

Ils sont entre 12 et 15 aides-soignants à l'Ehpad. Stéphanie doit répondre aux besoins des personnes âgées. Au fil des années, un lien affectif se crée aussi. Elle s'attache à eux et c'est donc dur quand ils décèdent. Stéphanie a choisi d'être aide-soignante parce que, quand elle

était petite, elle voyait beaucoup d'aides-soignants. Ce métier lui plaît avec les résidents mais lui fait aussi peur à cause de la vieillesse. Ce métier est très complet et intéressant. Pour devenir aide-soignant, il faut passer un diplôme d'Etat. Jusqu'ici accessible sur concours, l'admission à la formation se fait sur dossier et entretien à partir de la rentrée 2020.

Des moments d'échange

Stéphanie commence à 7h par la transmission avec l'équipe de nuit : « *Que s'est-il passé la nuit ? Y a-t-il eu des incidents ? Des changements de médicaments ?* ». Les aides-soignants connaissent les résidents et savent dans quel ordre ils doivent aller les voir pour les lever, les accompagner aux toilettes et

faire la toilette. Ensuite, les collègues apportent le petit-déjeuner. Pendant ce temps, l'aide-soignant passe la matinée à faire des toilettes, mais aussi discuter, dialoguer, chanter. La toilette est aussi un moment d'échange.

Le midi, il y a une coupure de 11h45 à 13h15.

De 13h15 à 13h30, il s'agit d'un moment de transmission avec les infirmières. Jusqu'à 14h, l'aide-soignant accompagne les résidents aux toilettes, à la sieste et aux animations pour ceux qui veulent. De 14h à 15h, c'est un moment un peu plus léger. Les résidents sont à la sieste ou en animation.

Stéphanie nettoie alors son matériel (chariot d'étagère, de douche, etc.).

De 15h15 à 16h, c'est le goûter (limonade, eau, sirops, crèmes enrichies pour ceux qui ont des soucis nutritifs, café). Elle « *donne en bouche* » pour ceux qui en ont besoin. L'aide-soignant a une pause entre 16h et 16h30.

De 16h30 à 17h45 elle accompagne les résidents aux toilettes et en salle à manger lorsqu'ils sont prêts. A 17h45, les résidents sont installés à table. Stéphanie accompagne certains résidents, plus fatigués, en repas au lit : deux au premier étage. A 18h30, elle va au service thérapeutique du premier étage pour la fin du repas. Elle termine sa journée à 19h.

Manolo, Noah et Robert (4E)

Une infirmière passionnée

Caroline, infirmière à l'Ehpad depuis deux ans, parle de son parcours et de son attachement pour les résidents.

Caroline est une infirmière de 53 ans. Elle ne fait pas son âge mais son visage semble marqué par la fatigue. De sa voix douce et posée, elle raconte avec passion son métier. « *J'aime bien m'occuper des gens, j'ai un bon contact avec les personnes. Le côté médical m'intéressait et c'est aussi un métier qui bouge* », explique-t-elle, semblant ravie d'en parler.

L'organisation des soins

Au total, elles sont quatre infirmières à l'Ehpad. L'après-midi de l'interview, c'était au tour de Caroline de travailler, puisque les infirmières se relaient : il y en a une le matin et une autre l'après-midi. Elles sont amenées à soigner tous les résidents de l'établissement. Il faut leur donner leurs médicaments et surveiller les effets secondaires. Il faut aussi faire des pansements ou des prises de sang et veiller à l'hygiène des personnes. L'infirmière s'occupe également des soins pour les yeux (gouttes, etc.) et pour la peau, en appliquant des crèmes.

Un parcours varié

Caroline n'est infirmière que depuis huit ans. Auparavant, elle a été secrétaire et agent administratif. Elle a aussi travaillé dans le commerce. Pour apprendre son nouveau métier, elle a étudié pendant trois ans dans une école d'infirmière, puis elle a travaillé à l'hôpital, dans les soins de convalescence. Mais elle n'avait pas le temps de s'attacher aux

gens, puisqu'ils partaient de l'établissement au bout de quelques jours. Elle ne pouvait donc pas vraiment créer du lien. « *Mon envie, c'était de connaître un peu mieux les gens que je soigne* », raconte-t-elle.

Les complications du métier

Depuis deux ans, elle a donc choisi de travailler en Ehpad, parce qu'elle aime le contact avec les résidents. « *Le plus dur, c'est de voir les gens qui souffrent,*

qui décèdent. C'est difficile, surtout en Ehpad, justement parce qu'on connaît les gens », confie Caroline.

Autre difficulté : le manque de personnel, qui se traduit par une importante charge de travail et fait ressentir une grande fatigue. « *Je suis à temps partiel parce que je ne suis plus toute jeune. A temps plein, j'aurais du mal, ça serait trop pour moi* », explique Caroline.

Stella, Léa et Lylou (4D)



Caroline pendant son service.

Alzheimer : un étage dédié

Les résidents atteints de la maladie d'Alzheimer habitent un étage sécurisé. Angélique, aide-soignante, explique la façon dont on s'occupe de ces personnes.

A l'Ehpad Michel-Lamarche, près de la moitié des résidents sont atteints de troubles cognitifs plus ou moins avancés, mais ceux qui souffrent de la maladie d'Alzheimer ne sont pas tous diagnostiqués. En tout cas, « *leur nombre est en augmentation* », indique Angélique Allain, une aide-soignante qui travaille auprès de ces résidents. Et ce pour une raison simple : les gens vivent plus longtemps.

Excepté au tout début, les personnes n'ont souvent pas

conscience d'être atteintes. Mais elles ont toutefois des moments de lucidité, pendant lesquelles elles réalisent la situation.

Ces moments sont souvent difficiles.

Les résidents qui souffrent d'Alzheimer bénéficient d'une prise en charge spécifique : un étage sécurisé est réservé aux malades les plus

atteints, avec treize chambres et une salle à manger séparée pour la

dizaine de personnes qui mange à part.

Quant au mobilier de leur chambre, il est principalement constitué de leurs meubles personnels, pour stimuler leur mémoire. Même si ces résidents n'en manifestent pas forcément l'envie, c'est tout de même

Le personnel s'adapte au rythme des malades et ne cherche pas à empêcher leurs marches nocturnes.

rassurant pour eux d'avoir des repères.

D'autant plus que le rythme de vie des malades est bien souvent dépourvu d'horaire. De plus, ils déambulent beaucoup, de jour comme de nuit. Le personnel s'adapte donc et ne cherche pas à empêcher leurs marches nocturnes.

L'importance du lien social

Plus la maladie est à un stade avancé, plus les résidents atteints ont du mal à créer un lien social, du fait de leur caractère anxieux. Elles ont aussi des difficultés à se lier aux autres car elles s'énervent rapidement.

Pour maintenir ce lien social, les visites de la famille sont fortement conseillées. Les personnes atteintes d'Alzheimer se retrouvent aussi avec les autres résidents pendant les animations. Mais les activités qui leur sont proposées sont évidemment adaptées.



Angélique Allain est l'une des aides-soignantes qui interviennent à l'étage sécurisé.

**Lancelot, Ethan,
Enzo et Louka (4E)**



Paulette et Robert Duval lors de la galette des rois de l'Ehpad.

En couple à l'Ehpad

Comment se passe une vie de couple dans un établissement pour personnes âgées ? Arrivée avec son mari, Paulette Duval évoque son vécu.

Paulette Duval et son mari Robert se sont rencontrés à Dinan au début des années 1950, lors de la Mi-carême, une fête carnavalesque traditionnelle qui n'existe plus. A l'époque, les jeunes ne sortaient pas beaucoup et les occasions de rencontrer du monde étaient rares. Ils se sont mariés en 1955 et ont eu un fils, qui a maintenant une soixantaine d'années.

Respecter l'intimité

Les Duval se sont installés à l'Ehpad début 2019 mais, peu après, Robert a été atteint de la maladie d'Alzheimer. Il a donc déménagé à l'étage sécurisé (lire ci-contre) et le couple ne dort plus dans la même chambre. Mais ils se voient quand même tous les

jours, mangent à la même table et participent ensemble aux activités de groupe. « *Le matin, le temps des soins, le mari est dans l'unité sécurisée. Dès que les soins sont finis, on l'accompagne avec sa femme en animation, dans la chambre ou en salle de restaurant. Ils ont vécu toute leur vie ensemble, c'est important de respecter cette intimité* », souligne Christelle Met, infirmière coordinatrice.

Lits séparés

Au total, l'Ehpad compte trois couples, dont un qui s'est formé au sein de l'établissement. « *Les couples n'ont pas de*

chambres plus grandes, parce qu'elles le sont toutes déjà assez. Ils dorment tous dans des lits séparés, médicalisés », informe Christelle Met. Ils ne fêtent pas la Saint-Valentin et il n'y a pas d'activités spécifiques pour eux mais, s'ils le veulent, « *ils peuvent rester dans l'intimité* ».

« Ils ont vécu toute leur vie ensemble, c'est important de respecter cette intimité. »

Fanny, Thomas, Kyllian et Dylan (4E)

Quelques semaines après l'interview, nous avons malheureusement appris le décès de Robert Duval. Nous présentons toutes nos condoléances à Madame Duval et à sa famille.



Marcelle et sa machine à coudre.

Marcelle, ancienne couturière

Cette résidente originaire de Lanrelas parle du métier qu'elle a exercé : celui de couturière. C'est une femme qui a travaillé longtemps et qui reste passionnée.

« J'ai cousu des vêtements du quotidien : des pantalons, des vestes... mais aussi des robes de mariée ! Je prenais les mesures pour faire mon patron : du dos, de largeur, de longueur, de taille et de hanche. Puis je coupais les vêtements. »

Son parcours professionnel

« Je n'ai pas fait d'études, mais j'ai travaillé trois ans en contrat d'apprentissage, à Broons. Puis j'ai passé un concours de coupe pour apprendre à tailler, à faire mes patrons et couper les vêtements. J'ai commencé à travailler à 18 ans.

J'ai travaillé chez Monsieur et Madame Cochet, à Lanrelas, jusqu'à mes 24 ans. On riait beaucoup ! Ensuite, j'ai élevé mes enfants et j'ai continué un peu la couture. J'ai continué à travailler tant que j'ai pu, même en retraite. »

« J'ai même animé des Temps d'activités périscolaires à l'école de Lanrelas pendant trois ou quatre ans. C'était un très bon souvenir. Les enfants m'ont beaucoup apporté, plein de chaleur. Ça m'a rendue heureuse. »

« J'ai beaucoup aimé mon métier. J'étais réputée pour faire de bonnes

manches. Ce que je préférais travailler, c'était les robes de mariée. C'était très intéressant, très riche. »

« Mon métier a changé »

« Si j'avais 30 ans de moins, j'aimerais continuer la couture. Mais de toutes façons, je n'ai plus l'âge et puis mon métier a changé ! Maintenant, c'est la confection : on trouve tout déjà tout fait, les gens n'appellent plus la couturière. »

Propos recueillis par
Dorian, Emilien et Sullivan (4D)

« J'ai appris mon métier sur le tas »

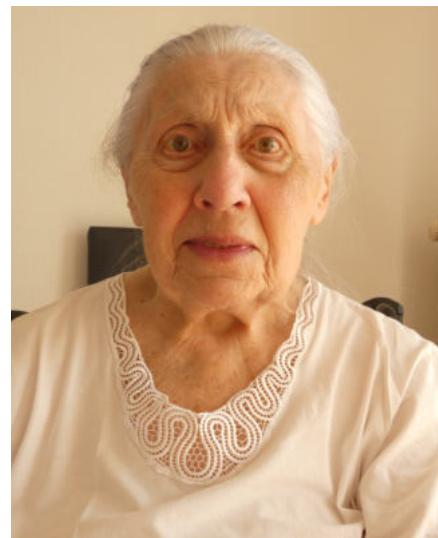
Monique était bijoutière à Paris. Une profession pour laquelle elle n'a pas fait d'études.

« Je façonnais l'or. Je fabriquais des boucles d'oreilles, des bagues, des bracelets... Tout ce qui était en or. C'est nous qui devons faire les moules pour les bijoux. Il fallait stocker les lingots, puis les fondre. »

« Je n'ai pas fait d'études, j'ai appris le métier sur le tas, comme on dit.

Je n'ai pas choisi de faire ce métier. On prenait ce qui venait. Ce que je préférais, c'était façonner les bijoux. Si j'avais 30 ans de moins, je ne voudrais plus exercer ce métier. »

**Propos recueillis par
Dorian, Emilien et Sullivan (4D)**



Monique est âgée de 86 ans.

Guerre : « On ne réalise pas »

Eugène témoigne sur son expérience durant la Seconde Guerre mondiale. Il n'était encore qu'un enfant, à cette époque.

Eugène a 86 ans. Pendant la Seconde Guerre mondiale, il avait entre 5 et 10 ans. A l'époque, il habitait dans la campagne de Broons, au lieu-dit Biterne, et il faisait partie d'une famille d'agriculteurs. Avec un très fort

accent gallo, l'octogénaire raconte ses souvenirs. Pendant cette période, Eugène continuait d'aller à l'école : « Les garçons étaient obligés de se réfugier à l'école des filles car les Allemands avaient pris notre préau

pour ranger leur matériel », se remémore-t-il.

Côté nourriture, « on ne trouvait pas ce qu'il fallait ». Le blé noir était difficile à obtenir, pour faire des galettes. Pour le pain, pour tout, il fallait une carte. Les Allemands réquisitionnaient la nourriture : des saucisses, etc. « Ils nous permettaient d'avoir un demi-litre de pétrole par mois. »

Un convoi mitraillé

Parmi les épisodes qui l'ont marqué, Eugène se rappelle d'un affrontement qui a eu lieu entre Broons et Yvignac. « Un convoi allemand passait et nos avions de chasse les ont mitraillés en ligne droite. Leurs camions ne roulaient plus. » Mais il n'avait pas peur : « Quand on est enfant, on ne se rend pas compte », souligne Eugène, qui a « effacé tout ça ».



Eugène, 86 ans, agriculteur en retraite.

**Propos recueillis par
Naya, Juliette, Nina et Lucile (4D)**

Germaine, 95 ans de vie

Germaine est une personne heureuse, dynamique, qui croque la vie à pleines dents. Une personne avec un grand cœur. Elle a dû rentrer à l'Ehpad Michel-Lamarche il y a de cela un an. Elle nous explique quelle était sa vie avant.



Pouvez-vous vous présenter ?

Je m'appelle Germaine et j'ai 95 ans. Je suis née le 11 octobre 1925 dans la campagne, à Caulnes, où j'ai fait ma vie. Et aujourd'hui, je vis à l'Ehpad Michel-Lamarche.

Où étiez-vous à l'école ?

Je suis allée à l'école de Saint-Maur, un lieu-dit à côté de chez moi. J'y allais à pied, ce qui me faisait environ 2,5 km de marche. L'école était en béton et était chauffée avec un poêle à bois.

« On est heureux ici. C'est un refuge pour ceux (...) qui sont obligés de quitter la maison. »

Il y avait des grandes tables de cinq à six élèves accrochées à un banc. J'ai été scolarisée jusqu'à l'obtention de mon certificat d'études à mes 12 ans.

Qu'avez-vous fait après ?

J'ai dû arrêter l'école car mon père est décédé et, faute de moyens, j'ai aidé à la ferme familiale. Ainsi

à 13 ans, je gardais les vaches, je faisais la traite et tout ce que les enfants de mon âge pouvaient faire.

Avez-vous des enfants et petits-enfants ?

J'ai la chance d'avoir une grande famille. Avec mon mari, nous avons eu quatre enfants : deux garçons et deux filles. Et j'ai douze petits-enfants et 18 arrière-petits-enfants.

Quel travail faisiez-vous ?

J'étais fermière. La ferme nous appartenait, à mon mari et moi. Nous utilisions des chevaux pour travailler. Sinon, mon loisir était le tricot, c'était le repos et la distraction. Je faisais un peu de couture.

Avez-vous déjà voyagé dans d'autres pays ?

Je n'ai jamais voyagé. Le plus loin où je suis allée est Paris, où j'ai séjourné huit jours.

Regardiez-vous les écrans ?

J'étais très occupée au travail, je n'avais pas le temps de regarder les écrans.

Quand êtes-vous arrivée à l'Ehpad de Broons ?

Je suis arrivée à l'Ehpad Michel-Lamarche il y a un an. C'était en janvier 2019. Je ne pouvais plus marcher et j'ai subi trop d'opérations.

Êtes-vous heureuse d'être ici ?

On est heureux ici. C'est un refuge pour ceux qui n'ont pas d'endroit où aller ou qui sont obligés de quitter la maison.

Êtes-vous fière d'avoir 95 ans ?

Je suis fière d'être arrivée à cet âge. Mais fière ou pas de son âge, il faut vivre. Je voudrais bien devenir une centenaire, on ne sait jamais.

Emma, Flavie et Louann (4E)