

LETTRE DES USAGERS



Chers usagers, chers proches,

Décembre est là, et avec lui, la magie des fêtes ! Avant que chacun ne prenne un peu de temps pour se reposer et profiter de ses proches, nous tenions à vous dire merci. Merci pour votre confiance, vos échanges et votre présence tout au long de cette année. Les fêtes sont l'occasion de partager, de sourire et de se créer de beaux souvenirs. Nous espérons que cette pé-

riode vous apportera beaucoup de joie et de sérénité. De notre côté, nous avons hâte de vous retrouver en 2026 pour continuer à avancer ensemble, avec des projets plein d'énergie et d'enthousiasme. En attendant, toute l'équipe vous souhaite de très belles fêtes et une excellente nouvelle année ! Prenez soin de vous et profitez de chaque instant. À très bientôt,

L'équipe communication du groupe EP'AGE 36



QUAND LA LANGUE NOUS JOUE DES TOURS !

Dans notre dernier article « Les napperons de Marie-Louise », une petite confusion s'est invitée : nous avons écrit « hôtel » au lieu d'« autel ». Rassurez-vous, il n'était pas question d'installer un minibar ou un service de chambre dans un lieu sacré !

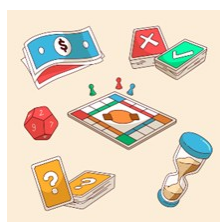
Pour la culture générale :

- **Autel** vient du latin *altare*, dérivé de *altus* (« élevé ») car il s'agit d'une table sacrée, souvent surélevée, destinée à la célébration de la messe.
- **Hôtel**, lui, descend de *hostel* (ancien français), issu du latin *hospitale* qui désignait un lieu d'accueil pour voyageurs. Deux mots proches à l'oreille mais éloignés par leur sens : l'un pour la spiritualité, l'autre pour le confort des voyageurs.

Et puisque nous parlons de précision, toutes nos excuses à Chantal, aumônière catholique au Centre Départemental Gériatrique de l'Indre car nous avons ajouté un « e » à son prénom par mégarde. Pour la petite explication :

- **Chantal** est la forme traditionnelle en France. Ce prénom vient d'un ancien nom de lieu (Chantal ou Cantal en Auvergne), lui-même dérivé du latin *cantalis*, lié au « chant » ou à la « pierre chantante ».
 - **Chantale**, avec un « e », est une variante apparue plus tard, surtout en Amérique du Nord (Canada, Québec). Elle s'est imposée par analogie avec d'autres prénoms féminins terminés par « e » (comme Pascale ou Michèle) pour renforcer la féminité du prénom.
- Bref, entre autel, hôtel, Chantal et Chantale, la langue française nous rappelle qu'elle aime les subtilités. Merci pour votre indulgence et votre compréhension.

CENTRE HOSPITALIER DE LEVROUX : APRES-MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ AVEC LES JEUNES DU CONSEIL MUNICIPAL



Mardi 19 novembre, le Centre hospitalier de Levroux a eu le plaisir d'accueillir les jeunes du Conseil Municipal pour une après-midi placée sous le signe du jeu, du partage et de la bonne humeur. Ces rencontres ont lieu environ trois fois dans l'année dont une séance est réservée à la confection des cartes de vœux. Autour de plusieurs tables, les jeux de société ont réuni résidents et jeunes : les classiques Uno, Triomino, petits chevaux fournis par l'établissement et Skyjo* inconnu de nos aînés, apporté par les jeunes. Chacun a pu choisir ce qui lui plaisait. Les éclats de rire, les échanges, la complicité et la concurrence se sont très vite installés. Ce moment a permis à tous de découvrir de nouveaux jeux mais aussi de créer de véritables liens entre générations.

Les résidents ont apprécié la présence attentive et dynamique des jeunes qui ont pris plaisir à expliquer les règles, jouer ensemble et commenter les parties. Beaucoup ont

souligné combien il était agréable de voir cette énergie positive dans l'établissement.

Cette après-midi intergénérationnelle illustre parfaitement l'importance des temps de rencontre entre les générations : apprendre les uns des autres, partager des souvenirs et transmettre.

Un grand merci aux jeunes du Conseil Municipal, aux équipes et à nos résidents pour cette belle réussite. Rendez-vous pour une prochaine rencontre pleine de convivialité !



WIKIPÉDIA
L'encyclopédie libre

*Qu'est-ce que le Skyjo ?

« Le **Skyjo** [ski3o] est un jeu de cartes d'origine allemande sorti en 2015. Il est imaginé par Alexander BERNHARDT et est édité par sa propre maison d'édition, Magilano. En plus de l'allemand, le jeu est disponible en plusieurs langues dont le français^[1]. Il est parfois comparé au Uno^[2]. Le but du jeu est de terminer la partie en ayant la plus petite valeur cumulée de ses douze cartes. Les douze cartes de chaque joueur sont initialement face cachée sur la table, le jeu consiste donc à tenter de se débarrasser des cartes à grosse valeur en les remplaçant progressivement par des plus petites cartes. Au fur et à mesure que le jeu progresse, de plus en plus de cartes sont révélées. Une manche se termine lorsque toutes les cartes d'un joueur sont retournées. La partie se termine lorsque l'un des joueurs atteint 100 points, c'est alors le perdant. »

CENTRE HOSPITALIER DE LEVROUX : DES SOUVENIRS EN MUSIQUE GRÂCE À L'ASSOCIATION VMEH

Jeudi 27 novembre, l'association VMEH 36 (Visite des Malades en Etablissements Hospitaliers et des résidents des EHPAD) a offert aux résidents et aux patients du Centre Hospitalier de Levroux un moment magique et inoubliable. Élodie DIAMANT, artiste très connue sur notre territoire, a illuminé la salle à manger du service Bellevue de ses paillettes et de son talent. Sa voix puissante et chaleureuse a transporté chacun dans un voyage musical rempli d'émotions. Entre sourires, larmes et éclats de joie, les souvenirs ont refait surface au rythme des grands classiques. Les airs d'Édith PIAF



et de Michèle TORR ont résonné, repris à tue-tête par les résidents, les patients, les bénévoles de l'association VMEH ainsi que les professionnels de l'équipe animation présents. Ce spectacle n'était pas seulement une performance : c'était une parenthèse enchantée, un lien entre les générations, où la musique a réveillé la mémoire et le cœur.

Un immense merci à l'association VMEH et à Élodie DIAMANT pour ce cadeau qui a apporté chaleur, convivialité et bonheur à l'établissement. Ces instants précieux rappellent combien la culture et l'art sont essentiels pour le bien-être de nos aînés.



CENTRE HOSPITALIER DE VALENÇAY : UN FRANC SUCCES POUR L'ÉDITION 2025 DU MARCHÉ DE NOËL



Samedi 29 novembre, le Marché de Noël du Centre Hospitalier de Valençay a connu un véritable succès grâce à la participation enthousiaste des résidents, des familles, des professionnels et des visiteurs extérieurs.

Cet événement, placé sous le signe de la convivialité et de l'artisanat, a permis de mettre en avant des productions locales et des créations originales. Nos visiteurs ont pu découvrir et apprécier des artisans producteurs (pineau, miel, cacahuètes) et des créateurs talentueux et passionnés : accessoires de maison, bijoux, maroquinerie...

Nous remercions chaleureusement Photospeed de Châteauroux qui a gracieusement mis à disposition une borne photo pour la journée, permettant à chacun de repartir avec un souvenir gratuit de ce moment chaleureux.



oublier les magnifiques décorations réalisées par les habitants lors des ateliers d'arts plastiques.

Merci à toutes les personnes présentes pour leur soutien et leur bonne humeur. Ce marché de Noël fut une belle réussite grâce à vous !



CENTRE HOSPITALIER DE VALENÇAY : UN MOMENT FESTIF ET DANSANT

Mercredi 26 novembre, l'équipe d'animation a eu le plaisir d'accompagner cinq habitants de nos résidences au repas des seniors offert par la Ville de Valençay pour les Valencéens. Cet événement, placé sous le signe de la convivialité, a été l'occasion de partager un repas festif et dansant dans une ambiance chaleureuse. Les invités ont profité de ce moment pour échanger,



rire et même retrouver d'anciennes connaissances ce qui a rendu la journée encore plus spéciale.

Un grand merci à la Ville de Valençay pour cette belle initiative qui favorise les rencontres et le lien social.

Nous sommes ravis d'avoir pu contribuer à ce moment de bonheur partagé !

CDGI : DES « VISITEURS IMPROMPTUS » AU SERVICE DU LIEN SOCIAL ET DE L'ESTIME DE SOI

Depuis maintenant quatre ans, des personnages hauts en couleur franchissent les portes des différentes résidences du CDGI. Cette année, les interventions ont été réservées aux résidents atteints de maladies neurologiques. En effet, ces interventions se prêtent particulièrement aux personnes atteintes de ces maladies car elles privilégient la communication non verbale, l'émotion et la spontanéité. Là où les mots deviennent parfois difficiles, le rire, la gestuelle et la musique ouvrent une autre voie pour entrer en relation. Cette approche favorise la stimulation cognitive et émotionnelle, tout en respectant le rythme

et les capacités de chacun. La mission de ces « visiteurs impromptus » est simple mais essentielle : offrir des instants de joie, redonner confiance et tisser des liens là où la maladie tend parfois à isoler.

Le 4 novembre dernier, en présence de La Nouvelle République, nous avons partagé l'un de ces moments à la résidence Les Albizias. Nez rouges, sourires éclatants et costumes colorés, Alain BOUTHIER alias « Jean-Roger » et Nathalie GALIBERT alias « Zouzou » ne sont pas de simples visiteurs : ce sont des porteurs d'émotions et des ravi-viseurs de souvenirs. Avec leur humour tendre et leur fantaisie, ils font naître des éclats de rire, des regards complices, parfois même des larmes...

Ces rencontres orchestrées par la compagnie Le Théâtre du Délégé s'inscrivent dans un calendrier bien défini.



Douze « visites » sont prévues en novembre et décembre 2025 : elles offrent aux résidents un souffle d'air frais, une parenthèse enchantée où la maladie s'efface pour laisser place à la vie, tout simplement.

Ces instants magiques ne seraient pas possibles sans la collaboration étroite avec les équipes soignantes. Leur présence bienveillante et leur implication permettent d'intégrer ces moments dans le quotidien des résidents, en toute sécurité et sérénité. Mais ces rencontres sont aussi une source d'apprentissage : en observant les clowns, les soignants découvrent d'autres techniques de communication, basées sur l'humour, la gestuelle et l'émotion, qui enrichissent leur pratique professionnelle et renforcent la qualité de la relation avec les personnes dont ils prennent soin.

En assistant à cette rencontre, j'ai été profondément émue par l'empathie qui se dégage de « Jean-Roger » et « Zouzou ». Leur capacité à capter l'attention, à respecter la sensibilité de chacun et à créer un lien authentique est bouleversante. Ces instants nous rappellent que le soin ne se limite pas aux traitements : il se nourrit aussi de chaleur humaine, de créativité et de tendresse.



Assia EL AMRAOUI



EP'AGE 36 : REJOIGNEZ LE CONSEIL DE LA VIE SOCIALE (CVS)

Vous êtes résident, représentant légal ou famille d'un résident ?

Participez activement aux décisions qui concernent le quotidien, le bien-être et la qualité de vie des résidents.

Le Conseil de la Vie Sociale est un lieu d'échanges et de propositions où chaque voix compte. Chaque candidat représente un service et non pas un résident.

Il existe quatre CVS à : Levroux, Valençay, Vatan et au CDGI.

DATE LIMITE DE DEPOT DES CANDIDATURES : 16 JANVIER 2026

A adresser à cdgi@cdgi36.fr

PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE

À compter du lundi 15 décembre 2025

En raison d'un niveau épidémique élevé d'infections respiratoires, le port du masque chirurgical est obligatoire pour tous :

- Professionnels et visiteurs
- Même en l'absence de symptômes

Cette mesure restera en vigueur tant que le niveau épidémique sera élevé ou modéré.



CDGI : UN MERVEILLEUX MOMENT DE PARTAGE AU PASA



Le 13 novembre, le Pôle d'activités et de soins adaptés (PASA) du site principal du CDGI a vibré au rythme des rires et des échanges lors d'une rencontre intergénérationnelle pleine de douceur et de complicité. Les enfants de l'école maternelle Les Planches à Saint-Maur et les résidents qui fréquentent le PASA ont

vécu ensemble une matinée riche en émotions. L'équipe a imaginé une organisation pensée pour le plaisir de tous. Dès leur arrivée à la cafétéria, les enfants, impatients de rencontrer leurs aînés, ont été répartis en quatre groupes pour débiter un parcours plein de découvertes :

- Atelier Socio-Esthétique : création d'un baume à lèvres bio, un moment de bien-être et de douceur.
- Atelier Créatif : réalisation d'une fresque colorée et initiation au travail du cuir pour laisser libre cours à l'imagination.
- Atelier Motricité : jeux, parcours moteurs et défis ludiques pour bouger ensemble dans la bonne humeur.
- Atelier Musical : chanter, écouter et partager des

rythmes joyeux, avec des instruments pour faire vibrer la matinée.

Chaque activité a été pensée pour favoriser les échanges et la complicité entre générations, dans une ambiance dynamique et chaleureuse. Les groupes ont changé d'atelier pour que chacun profite de toutes les animations. Une signalétique avait été installée pour faciliter les déplacements et garantir une ambiance sereine.

Ces ateliers avaient un but simple mais fondamental : offrir un temps de rencontre et de partage entre générations. Et le pari a été réussi ! Les sourires échangés, les regards complices et les éclats de rire ont témoigné de la richesse de ces instants. Ensemble, nous prouvons que la magie opère quand les générations se rencontrent !



CDGI : UN MARCHÉ DE NOËL MAGIQUE ET RICHE EN EMOTIONS

Toute la journée du 26 novembre, le Marché de Noël du CDGI a offert aux visiteurs une expérience inoubliable, mêlant convivialité, gourmandises et animations. 25 exposants ont présenté leurs créations artisanales, produits locaux et spécialités culinaires, accompagnés de stands tenus par les professionnels du CDGI proposant sandwiches, crêpes et boissons chaudes.

L'événement a été marqué par des moments forts :

- Arrivée spectaculaire du Père Noël et de sa mascotte, le renne, tractés par des chiens de traîneau (huskies notamment) sous les applaudissements des



visiteurs, en présence des enfants du centre de Loisirs de la Valla qui ont apporté joie et rires tout au long de l'après-midi.

- Activités avec les chiens de traîneau de l'association Huskin Creuse, spécialisée dans la cani-marche, la cani-rando et le cani-fauteuil. Les enfants et les résidents ont pu caresser

ces véritables peluches vivantes, apprendre à leur donner des consignes (avancer, ralentir) et vivre l'expérience unique d'être tractés par les chiens. Même des résidents en fauteuil ont pu profiter de cette animation grâce à un attelage adapté.



Ce marché a été

bien plus qu'un rendez-vous festif : un moment de partage, d'inclusion et de convivialité où la magie de Noël a réuni toutes les générations.

Autre geste solidaire : les bénéfices des stands tenus par les professionnels seront reversés à l'association Loisirs les Grands Chênes afin de financer des animations au profit de toutes les résidences du CDGI.

Nous remer-

cions chaleureusement les professionnels (et en particulier le pôle animation) ainsi que les exposants, les bénévoles et tous les participants pour leur engagement et leur enthousiasme. Rendez-vous l'année prochaine pour une édition encore plus féérique !



Parce que le plaisir de bien manger est essentiel au bien-être et à la convivialité, le groupe EP'AGE 36 a engagé une transformation ambitieuse de sa restauration.

Le repas est un moment attendu dans la journée et notre objectif est de répondre aux besoins des résidents pour maintenir leur santé et apporter du plaisir à travers l'alimentation, tout en respectant notre environnement. Offrir des repas savoureux, variés et proches de l'esprit « fait maison », tout en tenant compte des volumes importants que nous préparons chaque jour (jusqu'à 1 800 repas selon les sites).

Pour répondre à ce défi, une organisation a été mise en place :

- Valérie GRAMON, directrice restauration, garante de la qualité et de la stratégie globale.
- Sylvain GILBERT et Arnaud CHAMPALONE, chefs gérants, respectivement en charge des sites de Levroux et Valençay et des sites du CDGI et de Vatan, pour garantir le choix des produits cuisinés et la qualité des plats proposés aux résidents.
- Un responsable de production par site qui orchestre la fabrication des plats.

Les menus sont élaborés en concertation avec les équipes locales, en tenant compte des souhaits des résidents et des retours du terrain. Les cuisiniers travaillent de concert avec les diététiciens et les cadres de santé pour ajuster textures, modes de cuisson et garantir l'équilibre nutritionnel.

En fonction des possibilités, nos chefs ont testé les mousses, les lasagnes, les pains d'épices « fait maison ».

Par exemple, le Centre Hospitalier de Valençay teste la cuisson lente à basse température, déjà en place sur le CDGI, cuisson qui rend les viandes plus tendres et savoureuses. Cette méthode permet aussi de réduire le recours aux textures hachées pour des repas plus appétissants.

Pour soutenir cette ambition, les établissements ont investi dans du matériel performant. Nous menons une réflexion pour réduire progressivement les emballages en plastique et les barquettes. Cette transition se fera étape par étape.

Les repas de fêtes sont des moments précieux, nos équipes ont préparé des menus festifs qui allient tradition et gourmandise. Ces repas seront l'occasion de partager des instants chaleureux et savoureux, dans un esprit de convivialité et de plaisir.

Merci à toutes les équipes pour leur engagement et leur créativité.

MENUS DE FETES DU CDGI ET DE L'EHPAD DE VATAN

Réveillon du 24 Décembre 2025

Potage de potiron (MAISON)
Croustillant de homard
Gratin dauphinois
Fondue de poireaux (MAISON)
Fromage de chèvre de Valençay de notre région
Entremet agrumes-nougat de Montélimar

Repas du 25 Décembre 2025

Verrine de fromage frais et saumon fumé (MAISON)
Mignonette de poulet farcie et sa sauce
Pommes de terre grenaille/ Châtaignes (MAISON)
Poêlée d'ananas caramélisé (MAISON)
Sainte-Maure de Touraine de notre région
Bûche de Noël

Réveillon du 31 décembre 2025

Potage de légumes oubliés (MAISON)
Boudin blanc aux girolles (MAISON)
Flan de butternut (MAISON)
Poêlée gourmande aux pleurotes, asperges et pois gourmands (MAISON)
Tomme grise
Panna cotta café spéculos (MAISON)

Repas du nouvel an 2026

Foie gras et son pain d'épices (MAISON)
Sauté de biche sauce griottes
Ecrasé de pommes de terre à l'huile d'olive (MAISON)
Fricassée de champignons persillés et châtaignes
Pouilly de notre région
Tiramisu à la fraise (MAISON)

MENUS DE FETES DE VALENCAY ET LEVROUX

Réveillon du 24 Décembre 2025

Velouté de champignons
Boudin blanc artisanal
Purée de panais et patate douce
Fromage Saint Albray
Carrot cake

Repas du 25 Décembre 2025

Rillettes de sanglier (MAISON)
Confit de figues (MAISON)
Cuissot de porclet au miel et sa moutarde à l'ancienne
Gratin dauphinois/Poêlée de butternut aux herbes
Fromage de chèvre de Valençay de notre région
Bûche de Noël (MAISON)

Réveillon du 31 décembre 2025

Velouté de potiron
Gratin d'écrevisses et sa noix de Saint Jacques à la bisque de homard
Risotto au citron et au thym
Fromage de Liguil
Crème brûlée vanille (MAISON)

Repas du nouvel an 2026

Truite fumée et son guacamole épicé
Civet de biche grand veneur
Poêlée de champignons et purée de céleri
Fromage de chèvre Sainte-Maure de Touraine de notre région
Forêt noire (MAISON)
Vin de Valençay rosé ou rouge de notre région

CDGI : QUAND LA LECTURE DEVIENT ECRITURE



À la Résidence George Sand, l'atelier lecture du jeudi matin a pris une tournure inattendue : il a donné naissance à un projet d'écriture collective, aboutissant à la création d'un livre unique. Ce projet, porté par Elisabeth Raoul, ergothérapeute, illustre une vision audacieuse de son métier : faire vivre encore, au-delà des gestes techniques et

des soins de base.

« Mon rôle ne se limite pas à la motricité fine », insiste Elisabeth. Son approche est psychodynamique : elle utilise les activités manuelles comme un moyen pour stimuler la mémoire, les émotions, la créativité, « être dans le faire et l'agir ; pour se voir et être vu ». Ces moments permettent aux résidents de ressentir du plaisir, parfois de la frustration face aux tremblements ou à la perte de précision, mais surtout d'apprendre à composer avec le vieillissement.

Elisabeth pose un regard lucide sur la réalité des EHPAD. Malgré leur appellation de « lieux de vie », ils ressemblent parfois à des lieux d'attente où les résidents se sentent comme un fardeau. Elle refuse cette fatalité et rappelle sans cesse aux personnes âgées leur droit d'exister.

Si Elisabeth n'avait jamais envisagé de travailler en EHPAD, elle y a découvert une richesse humaine extraordinaire malgré les difficultés des établissements et les rythmes de travail imposés aux professionnels sur le terrain.

De cette réflexion est né un projet ambitieux : un livre collectif, fruit des ateliers lecture du jeudi matin. Sept résidents ont participé à cette aventure : il s'agit de Maurice, Christiane, Gisèle, Colette, Christian, Mohamed et Bruno surnommé « Bernard Pivot » par ses compagnons d'écriture :

- Son contenu ? des souvenirs de jeunesse, anecdotes de bureau, voyages, pêche, sports, histoires loufoques...

- Ses objectifs ? maintenir la conversation, prévenir l'isolement, créer des amitiés, valoriser les talents créatifs et laisser une trace qui circule. « On peut écrire sans écrire », rappelle Elisabeth : certains résidents ont dicté leurs textes à des proches comme Christiane à sa sœur.

- Les illustrations ? c'est notre « Bernard Pivot » castelroussin qui en a eu l'idée.

Bonne nouvelle : le livre est disponible à la commande pour les résidents et leurs proches. Une belle occasion de garder une trace de ces récits et de les partager avec la famille. Pour commander, rapprochez-vous de l'équipe d'animation.

Les participants témoignent : ces ateliers apportent plaisir, rire et énergie psychique. Ils permettent de sortir de sa chambre, d'éviter la rumination et même d'atténuer la perception de la douleur.

Colette confie : « Ces activités empêchent de broyer du noir et limitent les vilaines pensées. »

Christian constate que l'occupation de l'esprit diminue la focalisation sur les douleurs. Bruno, lui, souligne l'importance de l'optimisme pour rendre le quotidien moins monotone.

Et après ?

Le projet ne s'arrête pas là : un volume 2 est déjà envisagé, avec de nouvelles anecdotes et pourquoi pas des marionnettes pour créer des sketches et des histoires. Parce qu'à la Résidence George Sand, vieillir ne signifie pas cesser de vivre.

Merci aux résidents pour le bon moment que j'ai passé en leur compagnie, à Elisabeth et à Maryse, animatrice pour ce magnifique travail qui nous rappelle que chaque histoire compte et que la créativité n'a pas d'âge.

Assia EL AMRAOUI

C'est l'histoire d'une biscotte qui ne veut plus se faire dévorer !

Face au bol d'un café envahisseur et imposant

Comment résister ?

Elle se fait beurrer et tartiner

Dans tous les sens !

Comment garder son goût ?

Signifiant sa singularité,

Elle crie « au secours »

Lorsqu'elle se brise en mille morceaux !

Quitte à se sacrifier,

Elle tentera de revivre dans sa réincarnation,

... Une autre biscotte !

Il n'y a qu'à mettre la biscotte au lit !

Elle peut y rêver ou vivre sa réalité

Elle rêve de marcher

Mais elle demeure soumise à sa capacité de résistance

Elle rêve de liberté

Avec son lit comme prison.

Réflexions mélancoliques d'un résident face à l'Ephad.
M.L