

Une journée dans la vie d'une résidente.

Le drapé blanc de la grande fenêtre bouge. Une brise légère s'y infiltre, accompagnée d'un soleil éblouissant. Fini les rêveries, debout c'est l'heure. Ma première préoccupation; me faire un café. Et puis je salue Bébert mon poisson, lui offre sa ration quotidienne de nourriture. Il me remercie comme un poisson sait si bien le faire; il bouge, il est vivant, il me tient compagnie.

Enrobée dans mon peignoir, je révisonne mon appartement. Toutes de blanc vêtues, les grandes fenêtres font entrer les chauds rayons du soleil et m'offrent une clarté repassante. J'apprécie mon logis tout blanc, tout soigné. Je me sens choisie de vivre dans cet environnement.

Le café est prêt. J'ajoute une 'toast' un yaourt plus un fruit dans le plateau. Le balcon m'attend, il me fait signe. Je l'ai fleuri tout l'été. Comme un petit jardin. Les effluves du dehors, le choc des oiseaux m'en nourrissent. Tant au déjeuner tant mon premier repas de la journée. Je familliarise, je me sens comme une 'chateleine' venue d'Espagne? J'oublie le stress et les chimères des jours sombres. La journée avance, je fais ma toilette.

L'appel général annonce les activités.
Aujourd'hui sera: "Vif d'Esprit" qui
me fera travailler la mémoire ou bien
"Soignons alertes" me gardera l'esprit
bien éveillé ne laissant pas la place
à l'oublier qui essaye toujours de s'ins-
taller dans ma mémoire. Peut-être
aussi que des activités nouvelles s'affi-
ront à nous.

Vive la récréation. Sortir au grand
air. Dépêchons nous de trouver une
place sous les balcons. C'est très recher-
ché. C'est là que se font les rencontres
nouvelles ou anciennes. C'est là que
se tissent les intrigues vite oubliées.
On découvre les personnes sympathiques.
On s'apprivoise les uns les autres. On
crée des liens. On parle, on s'exclame.
On rit. On s'aperçoit que on est tous
semblables dans notre mini-village
qui est notre résidence.

À la salle à manger, mon sentiment
d'appartenance est comblé car j'y ai
ma place à la table. Entourée d'amis fai-
son la conversation, j'apprécie les re-
pas nourrissants, bien équilibrés et
délicieux. Le personnel courtois et com-
plaisant nous prodigue sa chaleur hu-
maine et sa bienveillance.

La journée bien commencée je sens

le besoin de me rendre utile pour mes
semblables. Quoi de mieux que de faire
un peu de bénévolat. Accepter la responsabilité
d'un groupe de marche me permet de tisser
des liens tout en faisant de l'exercice, si bé-
nifique pour moi. De plus je rencontre des
personnes en perte d'autonomie à qui je fais
la lecture. Ces personnes, telle mon sym-
pathique m'ont reçue chaleureusement.
Ces instant si tendre, si merveilleux
m'illuminent. Ils me donnent l'impres-
sion de me révéler pour leur estime. Je
me sens riche de cette expérience.

Le soir venu, j'é me réfugie dans
mon cocon afin d'y retrouver la quié-
tude et la sécurité. Avec mon Ipod, je con-
voque mes efforts-mafamille. C'est l'heure
des nouvelles, des comment ça va. Chacun
me parle de sa journée, de ses réalisations, de
ses inquiétudes. On se console mutuellement,
on se quitte pour un repos bien mérité.
Gros bisou, je t'aime.

C'est l'artisanne de mon propre bonheur, je
dois saisir la chance que j'ai d'habiter dans
une résidence dont les lieux physiques et
organisationnels se prêtent bien à l'épanou-
issement. Chaque jour j'y mets toute mon
énergie et tout mon cœur afin de combler
mes besoins. Participer à la vie active est
le meilleur moyen d'y arriver.

Thérèse Maltais
MANOIR ARCHER #3013