

DATE limite : 2 octobre 2023

Concours d'écriture Quand la sagesse s'exprime



Les lectrices du magazine *Les Radiuses* 50+ ont des questions pour vous !
Qu'avez-vous envie de leur dire ?

Prénom et nom de famille	Françoise LABBÉ
Résidence	Chartwell, Seigneurs du Carrefour
Numéro d'appartement	440

Est-ce que l'on perd son individualité lorsque l'on vit en résidence? Suis-je obligé de participer aux activités?

Non, on ne perd pas son individualité, il faut juste prendre conscience de qui l'on est, de la façon dont on réagit lorsqu'un événement se présente lorsque nous sommes en communication avec d'autres personnes qui sont encore inconnues. Il faut savoir que si l'on prend la décision d'aller en Résidence, cela va impliquer que l'on fasse de notre mieux au niveau des relations avec les autres et au niveau de notre vécu à toutes les rencontres et activités auxquelles nous déciderons de participer. Je crois que les personnes qui arrivent dans une Résidence pour la 1^{ère} fois vont considérer que les activités organisées sont un lieu privilégié pour connaître des personnes et partager un moment avec elles. Même si nous sommes vraiment libres d'assister à l'une ou l'autre des activités organisées, personne ne nous y oblige; nous y allons parce que nous en avons le goût, soit pour l'apprendre, soit pour prouver aux autres que nous sommes très bons dans cela, soit pour connaître des personnes qui ont le même intérêt.

Quel est le type de repas que l'on mange ? Que préférez-vous de l'heure des repas en résidence ?

Le type de repas que l'on mange ressemble à celui que l'ensemble des personnes âgées connaissent avec un potage ou une soupe qui varie à chaque jour, un choix de salade, le plat principal composé d'une viande, de féculents et de légumes, ainsi qu'un dessert et un breuvage. Le tout inclus ce qui est requis avec le menu : biscuits soda, beurre, vinaigrette variée, ketchup, biscuits entre autre. Il y a aussi un choix de breuvage. Les repas sont différents pour le dîner ou le souper. Certains résidents prennent deux repas par jour, d'autres en prennent un et quelques-uns les préparent eux-mêmes dans leur appartement. Ce sont les dîners et les soupers qui sont offerts et les résidents qui ont un repas choisissent d'aller à celui qu'ils désirent. Il y a également la possibilité de choisir autre chose qui est suggéré à l'endos des repas réguliers. Ces repas peuvent être choisis selon le goût de chacun et ils peuvent être différents à chaque semaine. L'heure des repas est convivial à mon point de vue et offre des possibilités réalistes aux résidents.

Est-ce que les activités sont diversifiées ? Je crains que ce soit toujours du pareil au même.

Elles le sont et pour tous les goûts, ce qui est formidable. Vous aurez l'occasion de participer à quelque chose que vous connaissez avec des gens qui partagent votre intérêt et vous aurez aussi la possibilité d'en apprendre d'autre pour votre plus grand plaisir. Nous avons l'avantage ici d'avoir une personne exceptionnelle et adéquate pour réaliser ce grand mandat. Nous avons beaucoup d'activités, liste trop longue à énumérer, qui sont présentées avant chacun des mois concernés. Il y a des jeux intérieurs, extérieurs, des conférences sur des sujets concernant les personnes âgées, la visite de boutiques variées, un transport en autobus adaptée pour aller faire des commissions, des cours de yoga, de neurones en éveil, d'aquaforme, des activités religieuses comme la messe avec un abbé très intéressant, des activités reliées à l'art, au cinéma et à la musique, sans oublier la méditation donnée par quelqu'un de très intéressant. Je peux vous assurer que cela contribue grandement au plaisir de vivre en résidence : nous n'avons pas cela lorsque nous sommes enoyer....	
---	--

Quel genre de soutien un résident peut-il recevoir en résidence ? En quoi la présence du personnel de la résidence fait une différence dans votre quotidien ?

Le soutien que nous recevons de la Résidence couvre l'ensemble des besoins que nous pouvons avoir. Que ce soit au niveau administratif, locatif, culturel, infirmier, maintenance entre autres, quelqu'un est là pour répondre à nos besoins. Nous avons tous la liste de leur no. de téléphone. Si on ne rejoint pas immédiatement une ressource, on peut lui laisser un message. Si c'est urgent, on peut téléphoner à l'accueil ou aux personnes qui sont là et qui sont très dévouées, elles connaissent très bien toute l'organisation de la Résidence et ses ressources et peuvent nous répondre ou faire suivre notre demande.	
---	--

Quelle est la différence entre mon logement ou mon condo où je vis actuellement versus un appartement dans une résidence pour aînés ?

Je pourrais dire que la différence est celle qui a été étudiée il y a longtemps et qui a été mise en application et qui est toujours améliorée afin de se sentir bien et même très bien dans une telle Résidence. Cela veut dire : que ce soit la quiétude ressentie dans notre appartement, que ce soit l'importance d'avoir une activité que nous aimons beaucoup et qui contribue à nous en faire découvrir d'autres, cela pouvait être manquant avant dans notre appartement ou condo, et maintenant est bien remplie. La responsabilité d'aller faire des commissions autant pour l'épicerie et autres est compensée par les repas offerts, les boutiques variées qui viennent nous offrir différentes choses, des activités regroupant des animaux de compagnie avec qui nous pouvons manifester notre élan du cœur. Je pense qu'on oublie vite le fait que l'on vivait dans un appartement ou un condo parce que beaucoup a été pensé afin que chacun ait accès à quelque chose qui lui tient à cœur.	
--	--

Selon vous, quel est l'âge idéal pour emménager dans une résidence pour aînés? Je pense que je suis trop jeune.

A prime abord, je dirais d'avoir 70 ans et plus, mais cela peut dépendre de plusieurs éléments que chaque personne vit. Dans mon cas, en prenant ma retraite à 65 ans et je n'avais pas de conjoint, je me suis rapproché de mes deux petits-enfants qui allaient en garderie et après à l'école primaire qui était située tout près de la maison que ma fille avait achetée et où j'étais locataire. Comme elle était très occupée ainsi que son conjoint, j'étais là pour les seconder afin d'aller chercher les enfants à la garderie ou à l'école, les amener chez moi, leur servir une collation, leur parler de sujets variés, de leur faire parler de leur journée, de leur montrer à jouer du piano ou à un jeu particulier. J'ai adoré cette période qui a duré près de 10 ans. Je puis dire que ce fut une période mémorable, qui m'a gardé jeune et très heureuse. J'avais aussi développé une belle amitié avec mes voisins.

Pourquoi vous avez pris la décision d'emménager dans une résidence pour aînés et quel a été votre cheminement ?

C'est une question que je me suis posée très sérieusement et cela après avoir envisagé différentes alternatives. Il y a un élément qui était très présent et qui revenait toujours : Etre en Résidence pour personnes âgées signifie de vivre comme si on était dans une grande famille où tous devaient être conscients qu'il fallait savoir ou apprendre à aimer et que cela devienne une mission pour chacune des personnes présentes. J'avais 77 ans lorsque je suis arrivée en Résidence et cela fait 13 mois que j'y suis. Je n'ai jamais pensé partir depuis que j'y suis et je suis à préparer une démarche qui viendra supporter tous ceux qui voudraient avoir plus d'informations sur la façon dont on arrive à actualiser un tel objectif : « Apprendre à aimer ». Je peux vous assurer que tous peuvent y arriver....il suffit de peu de choses que j'ai hâte de partager à ceux qui le désireront. Si je parle de cela, c'est que c'est ce que j'ai vécu avec conscience pendant ma vie et à tous les endroits où elle m'a conduit, je désirais vivre dans un endroit où les gens se respectent, s'écourent, sont présents pour les autres et les supportent dans la mesure du possible. Je peux vous dire que les résultats de cette mise en application de cette attitude a créé de la magie au niveau des résultats, ce qui pourra aussi arriver ici ou dans la Résidence où vous êtes ou serez.

ire!

Veuillez remettre ce document à votre Responsables des programmes d'animation.