



## NEWSLETTER N°5 Mars 2015

### Editorial du Président :

#### Le temps : argent ou bonheur ?

Ne dit-on pas couramment « le temps, c'est de l'argent » ?

Dans ce monde trépidant, le temps qui n'est pas consacré à la course effrénée de l'argent est du temps perdu.

Chez Donner-Recevoir, c'est justement ce temps perdu que nous valorisons autrement en pratiquant la solidarité auprès de nos aînés.

C'est ainsi, chers bénévoles, que vous avez choisi de ne pas dépenser tout votre temps pour vous-mêmes, mais d'en garder précieusement une partie pour la donner à ceux qui n'ont, hélas, plus guère la notion du temps.

Cette heure (ou davantage) que vous dédiez à la personne âgée en solitude est une bouffée d'air pur venant de l'extérieur, une heure choisie, réservée, vierge de toute contrainte et de vicissitudes de la vie, de stress... Ce don d'une partie de vous-mêmes devient un présent inestimable qui va directement au cœur de la personne visitée et lui procure un immense bonheur.

Chers bénévoles, voilà le fondement de l'association Donner-Recevoir qui vient, grâce à son fondateur Stéphane, de fêter ses 12 années d'existence. Vous êtes aujourd'hui près de 150 volontaires à donner de votre temps à ceux et celles qui, marqués par le temps, glissent dans la solitude.

Soyez vivement remerciés ; faites connaître votre action autour de vous, rayonnez du bonheur qui vous habite par ce bénévolat. Nos aînés ont tellement besoin d'un peu de notre temps pour les aider à passer le temps....

**Yves Sellier**

### Quelques news...

#### Invitation médiatique Vivre FM:

« Donner plutôt que détruire » avec Dons Solidaires et l'entreprise Gecina.

Dans le cadre de la semaine bleue, nous avons participé à l'enregistrement d'une émission de radio diffusée sur "Vivre FM" (93.9) en Octobre 2013.

« Dons Solidaires » nous a permis de bénéficier de produits de confort et d'hygiène, destinés aux résidents nécessiteux, complétant ainsi notre mission caritative. Nous avons donc pu ensuite distribuer des parfums, shampoings, savons, etc



Yves, Fanny, Isabelle, accompagnés de Dominique Besançon, et Bethan Aummonier de Dons Solidaires, Guillaume Thruong et Samuel Berdah de l'entreprise Gecina dans le studio Vivre.FM.



#### **Semaine bleue à Champsfleury :**

Nous avons effectué un don de produits d'hygiène en partenariat avec l'association Dons Solidaires, à qui nous achetons les produits, remis ensuite aux personnes âgées dans le besoin ! Beaucoup de bonheur pour elles et pour nous (voir le sourire de Fanny !)



## Repas de Noël à Champsfleurl :

L'association a été invitée le 13 décembre 2013 pour la fête de Noël de Champsfleurl. En 2014 nous étions accueillis sur le thème de la Russie. Les festivités ont été hyper gaies, joyeuses et amicales.



### Remerciements :

Les bons moments passent toujours trop vite. Alors il est temps de se dire au revoir et à bientôt.

Merci aux familles d'être présentes pour leurs proches, cela réchauffe les cœurs.

Merci à toute l'équipe organisatrice et aux bénévoles qui s'investissent énormément pour préparer et animer cette soirée.

Merci aux cuisiniers pour ce savoureux repas.

*Monique et Jean-Michel DELETAIN*

## L'ouverture de notre antenne de Chambourcy :

La Direction nous a très aimablement invités à la fête mexicaine, à l'occasion de la fin d'année, Marie San Martin et Yves Sellier ont représenté l'association. (15 décembre 2013)



## Noël à Lépine-Providence !

Comme nous l'avons évoqué lors de l'émission radio sur « Vivre FM », nous avons un partenariat avec Dons Solidaire qui a encore fais des heureux le 16 et 18 décembre 2014 à Lépine-Providence. Des membres de Donner-Recevoir accompagnés de 2 membres de Dons Solidaires et 2 de la société mécène

Gécina, sont venus distribuer des produits d'hygiène ou de confort aux 130 résidents de la maison de retraite.

Une distribution de petits bonheurs, pour le plus grand plaisir des personnes âgées.



## Atelier Tricot à Chambourcy

Un atelier tricot a été mis en place dans l'EHPAD « Maisons de Familles » de Chambourcy. L'animatrice de la maison de retraite, Véronique, organise les ateliers avec des bénévoles de Donner-Recevoir, ainsi que de super résidentes douées pour le tricot ! Cet atelier permet de réaliser des ouvrages qui sont reversés à un orphelinat à Madagascar au plus grand bonheur des enfants, par Marie San Martin qui se rend sur place. Cette année, une vingtaine de tricot ont pu être donnés ! Les « tricoteuses » ont pu voir les photos de Madagascar lors d'une réunion le 16 Janvier, afin de leur montrer l'impact de leur travail sur les enfants. Ce beau projet, qui abouti avec grand succès, rend très heureuses les personnes âgées, les enfants, ainsi que les bénévoles qui donne de leur temps. Un grand merci à tous ceux qui contribue à cette action. Nous aimerions acheter plus de laine et avoir davantage de bénévoles pour encadrer et aider ; si vous voulez lancer l'opération dans votre EHPAD, n'hésitez pas !



## **Deux grands projets pour Donner-Recevoir : « Moi, je t'emmènerai ... »**

Jean Cocteau disait : « Plus je vieillis, plus je vois que ce qui ne s'évanouit pas, ce sont les rêves ». En effet, les personnes âgées ont dans leur tête des rêves qui, malheureusement, ne peuvent aboutir par manque de mobilité, d'accompagnement ou de budget. Notre projet a justement pour but de les faire se concrétiser !

Une grande liste de rêves nous est parvenue. Ces rêves ont été étudiés, puis validés selon l'état physique de la personne et l'avis de l'EHPAD. En voici quelques exemples qui seront réalisés prochainement : visiter le musée de l'Armée, manger des huîtres en Normandie, se balader en fauteuil à Paris, etc... 2 rêves ont déjà été concrétisés notamment aller manger des moules-frites en Bretagne et de la bonne viande à Paris. Toutes ces volontés pourront être réalisées grâce à vous, bénévoles, ainsi qu'aux dons !

## **Deuxième projet en cours : « @ Les Réseaux du Cœur »**

Grâce à Donner-Recevoir et à son projet « @ les réseaux du cœur », les personnes âgées pourront skyper leur famille ! Ce projet a pour objectif de permettre aux résidents des EHPAD qui le souhaitent de rester en contact de manière régulière avec leur famille ou leurs amis, souvent éloignés, et ne pouvant leur rendre visite que peu de fois dans l'année. Ce projet va être mis en place au plus vite dans 5 EHPAD « test » en vue d'être étendu à l'ensemble des établissements partenaires de Donner-Recevoir. Ce projet est donc dans la continuité de ce qu'entreprend l'association, c'est-à-dire créer du lien social, redonner le sourire et du bonheur aux personnes isolées.

## **La galette des rois**

Nous nous sommes retrouvés le samedi 24 janvier 2015 pour célébrer, bien qu'un peu tardivement, la galette des rois dans une maison de quartier de Versailles. Ce fut plaisant de pouvoir se retrouver et échanger autour de délicieuses galettes. Un grand merci à tous ceux qui se sont déplacés !



## **Témoignage de Mariella Piers : (bénévole à Chambourcy)**

*« Suite à une rencontre avec Yves Sellier, président de l'association, et Isabelle Sanchez-Moreno, chef d'équipe à l'Ehpad Maison de Familles à Chambourcy, j'ai répondu à mes attentes en termes d'échanges entre générations ; je juge ces échanges nécessaires pour construire une société équilibrée. La qualité de mes relations avec ma grand-mère, décédée il y a quatre ans, m'a aussi incitée à constituer un lien privilégié avec une personne âgée dont l'histoire personnelle placerait dans une situation d'isolement. Depuis octobre 2013, chaque mardi après-midi, je rencontre Mme Jouanny à la Maison de Famille à Chambourcy. D'abord je lui ai donné le temps de m'accueillir, le temps de s'investir dans l'échange. J'ai seulement désiré lui montrer l'attention que je porte à son bien-être, par une présence silencieuse et bienveillante et par des gestes simples. La douceur et la spontanéité de mon attitude l'ont rapidement convaincu de la sincérité de ma démarche. Ma patience de quelques semaines est aujourd'hui largement récompensée: peu à peu le dialogue s'est approfondi et a débouché sur une relation de confiance. Pour ma part, je retire de cette expérience de riches ressources morales car Mme Jouanny incarne la persévérance et la ténacité dans l'adversité physique qu'elle affronte depuis des années. L'échange entre générations s'est de plus étendu à l'un de mes jeunes enfants qui a égayé la période de Noël en venant jouer quelques mélodies au violon dans la chambre de Mme Jouanny. »*

## **Nouveaux partenariats !!**

- **EHPAD Le Val Bièvre** à Versailles : partenariat signé en Septembre 2014 et qui accueille aujourd'hui 4 bénévoles

- **EHPAD Les Hauts de Jardy** à Vaucresson : partenariat signé en janvier 2015 grâce à Anita, de Gecina, qui devient bénévole de Donner-Recevoir !

+ **les 4 EHPAD de Montpellier**

## **Création de 2 nouvelles antennes**

- **Rambouillet** : Accueil par Donner-Recevoir en son sein de l'AVHR en janvier 2014. Bienvenue à Yves Dupont, Marie-Edith Favre et leurs 8 bénévoles.



- **Montpellier** : 4 partenariats en EHPAD ont déjà été signés par le dynamique créateur de cette antenne (mai 2014), **Alexandre Portat**. Bravo et bonne réussite à ses jeunes équipes.



## Nouveauté !

Le documentaire « **La vie des gens** » d'Olivier Ducray est sortie en salle le 4 Mars. Voici le synopsis « Saisons après saisons, la pétillante Françoise, infirmière libérale, illumine la vie des gens. Avec beaucoup d'humour et de tendresse, elle fait bien plus que soigner nos aînés... elle préserve le lien social ». C'est donc exactement dans la lignée de ce que nous faisons chez Donner-Recevoir ! Diffusé dans 3 cinémas à Paris (MK2 Beaubourg, Lucernaire et Reflet Medicis) ce film est une belle leçon d'humanité !



## Dernière minute :

20 bénévoles ont répondu favorablement à l'organisation d'une réunion de formation sur la maladie d'Alzheimer. Les détails suivent...

## On parle de Donner-Recevoir dans l'hebdomadaire Yvelinois « Toutes les nouvelles » !

### ASSOCIATION. "Donner-recevoir" a besoin de vous

UNE HEURE DE votre temps chaque semaine. Voilà de quoi a besoin l'association "Donner-recevoir" qui œuvre dans les Yvelines pour lutter contre la solitude des personnes âgées. Et de bénévoles, l'association, qui en compte déjà 160, va en avoir besoin pour la mise en place de deux nouveaux projets. «Le premier se nomme les Réseaux du cœur», explique Maud Guinet, membre de l'association. Il s'agit de mettre en contact les personnes âgées résidentes d'ehpad (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) avec leur famille via Skype (un système de vidéoconférence par Internet).

#### Réaliser des rêves

La Fondation Steria finance les ordinateurs mais nous cherchons des bénévoles pour mettre ce projet en place. Nous aurons cinq établissements test (trois à Versailles, un au Mesnil-le-Roi et un autre à Sartrouville). Notre second projet s'intitule "Moi je t'emmènerai" ; il s'agit de réaliser les rêves des personnes âgées. Et la liste a déjà commencé à être dressée. Ainsi, certains souhaiteraient aller au restaurant «pour manger de la bonne viande rouge», d'autres sortir au théâtre, déguster des huîtres en Normandie ou tout simplement se promener dans leur ancienne ville par une belle journée. «Nous cherchons des bénévoles pour



Maud Guinet en compagnie de Marylou Da Costa, une personne âgée qu'elle visite depuis quatre ans.

accompagner les personnes âgées dans leur rêve», souligne Maud Guinet. 150 personnes bénéficient déjà de l'aide de l'association "Donner-recevoir" dans le département.

Florie Cedolin

#### PRATIQUE

"Donner-recevoir" : 7, rue du Chant-des-Oiseaux à Montesson (01 30 15 58 78). 14, rue du Parc-de-Clagny à Versailles (01 39 51 46 60). Rambouillet : 07 87 74 07 71. [www.donner-recevoir.fr](http://www.donner-recevoir.fr)

Cette Newsletter a été co-écrite par

**Fanny et Maud**  
Déléguée Générale Chargée de Communication



### Association Donner-Recevoir

Siège :

7 rue du chant des Oiseaux  
78360 Montesson 01 30 15 58 90

[www.donner-revevoir.fr](http://www.donner-revevoir.fr)

[association-donner-recevoir@hotmail.fr](mailto:association-donner-recevoir@hotmail.fr)