

# Le Petit Journal

De SEGUIN – Cestas

Janvier 2025 N°54

Les EHPAD des Graves



Le journal, écrit et réalisé, par les résidents et leurs animatrices Sandrine et Aurélie, qui parle de l'EHPAD Seguin



L'un des grands objectifs de l'établissement est d'apporter de la joie, de la vie, de la gaieté auprès des résidents. Monsieur Lafitte le rappelle dans son discours de vœux : c'est avant tout un lieu de vie.

## La sortie cirque

La sortie cirque a eu lieu le 8 janvier en compagnie de Sandrine et Christophe. Cinq résidents ont pu profiter de ce magnifique spectacle.



Le cirque Gruss fêtait ses 40 cette année. Il offre une expérience unique qui marie l'art du cirque traditionnel avec des innovations techniques et artistiques modernes. Parmi ses attractions, on trouve des numéros acrobatiques à couper le souffle, des performances de clowns empreintes de poésie et d'humour ainsi que des prouesses équestres qui témoignent d'une complicité remarquable entre l'homme et l'animal.



## Les vœux de Monsieur Lafitte

Les vœux en cette nouvelle année ont été accompagnés d'un moment convivial autour de la traditionnelle galette des rois et du cidre. Notre EHPAD est avant tout un lieu de vie comme le rappelle notre directeur Monsieur Lafitte :

*« Alors que l'année 2025 commence, c'est avec une immense joie que je vous adresse mes vœux les plus sincères. Que cette nouvelle année vous apporte, à vous et à vos proches, santé (même si l'année débute mal avec une épidémie de grippe), sérénité et moments de bonheur partagés. En cette période de l'année, nos pensées se tournent vers ce qui est es-*



*sentiel : le bien-être de ceux qui nous entourent et les liens précieux que nous entretenons ».*

Le maire de Cestas nous a également fait le plaisir de venir prononcer ses vœux pour l'année à venir.



## Décoration des secteurs



Au programme recyclage du sapin de Noël pour en faire des jolies couronnes d'hiver à base de cannelle et d'orange qui parfument les secteurs.



## Rencontre avec les salariés de l'usine LU

4 salariés de l'usine LU accompagnés par son directeur M. Comarreau François se sont proposés pour venir partager une animation.

Petit écolier, Pépito, Mikado... des noms qui font immédiatement saliver ! Ces institutions chocolatées sont toutes fabriquées dans une usine girondine.

La multinationale Mondelez internationale a fêté son 50ème anniversaire pour le site de Cestas. Le site bâti en 1974 produit chaque jour les goûters préférés des enfants floqués d'un LU en rouge. 500 femmes et hommes travaillent dans l'usine de 34 000 mètres carrés pour perpétuer ces gâteaux au goût iconique.

Les salariés nous ont présentés l'usine puis nous avons partagé un jeu lors duquel il fallait faire deviner à son équipe des métiers anciens et récents.



## L'Amicale Seguin - Adhésion 2025

Cette association a été créée en 1984. Elle a pour but « d'améliorer le quotidien des résidents » en leur offrant des prestations ou des cadeaux complétant ainsi les activités d'animations proposées (spectacle de musique, théâtre, restaurant, sortie culturelle).



**Les cartes d'adhésion 2025 sont disponibles à l'accueil auprès de Madame Castaing Nadège ou auprès de Mme Magry Sandrine au tarif de 12 euros.**

### Les 1 an du PASA



Le pôle d'activité de soins adaptés (PASA) dirigé par Valérie est un espace aménagé dans lequel sont accueillis des résidents de l'EHPAD ayant des troubles du comportement modérés et atteints de la maladie d'Alzheimer, d'une maladie apparentée ou d'une maladie neuro-dégénérative. Des activités adaptées sont proposées chaque jour par Valérie Beloscar.

Le PASA fêtait ses un an. Pour l'occasion : décorations, ballons et confections de crêpes !





L'après-midi, les résidents du PASA ont donné de la voix pour chanter tous ensemble.

## Spectacle avec Allan Vermeer



C'était samedi 25 janvier, un moment suspendu. On a remonté le temps comme dirait un résident que je ne citerai pas. On a chanté, on a beaucoup applaudi. Allan Vermeer a sauté dans tous les sens, chanté et rit. Un vrai rayon de soleil en plein hiver avec son répertoire de chansons française comme Nathalie de Gilbert Bécaud ou encore couleur café de Serge Gainsbourg.

## Rencontre avec Marion À L'EHPAD « Seguin »

### **Quelle est votre fonction ?**

Je suis infirmière. Je prends soin des résidents, s'ils le veulent bien, avec l'aide des aides-soignants en collaboration avec une super équipe.



### **Depuis combien de temps travaillez-vous à l'EHPAD SEGUIN ?**

Depuis 10 mois, j'ai rejoint l'équipe de Seguin où je me sens bien et où j'espère rester quelques années.

### **Quel est votre parcours (étude, professionnel) ?**

J'ai passé un bac littéraire. J'ai fait un mois et demi de fac arts plastique puis j'ai décidé d'arrêter (pas assez douée).

Aide-soignante depuis 2005, j'ai parcouru les EHPAD de la Gironde ainsi que les cliniques jusqu'à me poser 7 ans en service de soins à domicile. Par une soudaine envie de progresser, j'ai repris mes études d'infirmière à l'institut de formation Charles Perrens. J'en suis sortie avec un brin de folie. Une expérience riche de belles rencontres et des moments d'accompagnement inoubliables. Je suis diplômée depuis 2 ans.

### **Pourquoi avoir choisi ce métier ?**

Bavarde, j'ai besoin d'être dans l'échange avec ceux qui m'entourent. Prendre soin c'est se sentir utile. L'étude de l'anatomie, des pathologies, traitement est intéressante également et m'a apporté une meilleure compréhension des symptômes de certains résidents.

Aujourd'hui je m'occupe de personnes d'un âge avancé qui ont de multiples pathologies avec des valeurs et des histoires à nous raconter. Une population que je respecte et que j'ai envie d'accompagner.

### **Avez-vous une passion ?**

J'aime bien tout ce qui est manuel, couture, dessin. Passer du temps avec mon fils, mon mari et mon chien et partir en Week end à la montagne.

## Spectacle de clowns à Podensac

Une belle rencontre en compagnie des clowns et des résidents de différents établissements.

Direction les vacances pour mettre en valeur des interviews de résidents de Podensac.

**Au programme : Radio vacances !  
musique, bruit des vagues !**



**CELEBRATION DE LA NOUVELLE ANNÉE**  
Avec L'Espass de Podensac  
**LE 30 JANVIER 2025**

11H : "RADIO VACANCES" SPECTACLE DES RÉSIDENTS RÉALISÉS AVEC LES CLOWNS DE "CLOWN TA CHAMBRE"

12H : APÉRITIF OFFERT PAR L'ESPASS  
12H30: REPAS (SOUPE OFFERTE)  
14H : PARTAGE DE LA GALETTE OFFERTE PAR L'ESPASS

Le tout accompagné par le chanteur Pascal Viaz

**RÉPONSE SOUHAITÉE AVANT LE 20 JANVIER**  
INVITATION 3+1



## La musicothérapie

La musicothérapie est l'utilisation du son et de la musique - sous toutes leurs formes - comme moyens d'expression, de communication, de structuration de la personnalité, et d'analyse de la relation.



On dit bien que la musique adoucit les mœurs, proverbe populaire qui ici est facilement vérifiable. Cette approche thérapeutique non médicamenteuse apporte des bienfaits comme l'amélioration de l'humeur, la relaxation corporelle et mentale ou encore la lutte contre les troubles du comportement. Pascaline accompagnée de son accordéon vient créer un lien de confiance et faire participer les résidents.



## Projet « j'ai du courrier pour vous »



La compagnie « Pas folle la guêpe » s'appuie sur l'art postal comme concept artistique pour créer la rencontre autour des plaisirs de la correspondance. *« Pour nous, l'art postal, c'est l'expression de liens intimes et sociaux, une mémoire qui laisse une trace dans nos intérieurs. C'est une sorte de manifestation poétique dans un élan vers l'autre ».*

Des ateliers seront animés par les comédiennes. L'idée est de mettre en réseau des personnes âgées et des enfants dans une approche intergénérationnelle avec un jumelage Ehpad/école, centre de loisirs. Une boîte aux lettres sera installée dans chaque structure. **Début de l'aventure le 21 février !**

## Gouter des anniversaires avec Solène Rabas

*« Que sont les saisons des années sinon nos propres pensées qui évoluent ? Le printemps est un éveil de votre cœur, L'été vous révèle votre fertilité. L'automne n'est-il pas votre passé qui chante une berceuse à ce qui subsiste en vous de l'enfance ? Et l'hiver, je vous le demande, n'est-il pas un sommeil plein de rêves des autres saisons ? »*



Nous avons fêté ce mois ci 19 anniversaires en chansons, au rythme des saisons avec Solene Rabas. Nous sommes partis à la chasse aux papillons et avons chanté le printemps sur la chanson de Michel Fugain. Un bon gâteau et une coupe de crémant de Bordeaux on cloturé cette après midi festive.



LES PETITES ANNONCES

## DU P'TIT JOURNAL SEGUIN

Anniversaires  
du mois

### Activités proposées En janvier 2024

Le 8 janvier : sortie cirque

Le 10 janvier : vœux de Monsieur Lafitte

Le 17 janvier : Ciné-club

Le 21 Janvier : Ludo rencontre à Pessac

Le 22 Janvier : Rencontre INJS

Le 24 janvier : animation avec des salariés de l'usine LU.

Le 29 janvier : Jeux de société avec l'EHPAD Chantefontaine

Le 30 janvier : sortie à Podensac et partage de la galette.

Le 31 janvier : goûter des anniversaires

- Mr Deney André : 1/12/1928
- Mr Robertou Michel :6/12/1935
- Mme Secretain Josette : 8/12/1936
- Mr Dane Jean Pierre : 18/12/1943
- Mme Denost Jeannine : 20/12/1944
- Mme Binet Simone : 22/12/1927
- Mr Wadin Pierre : 29/12/1948
- Mme Espuny Mercedes : 4/01/1932
- Mr Lauredeau Henri : 26/12/1929
- Mme Hennion Gaby : 8/01/1928
- Mr Riviere Fernand : 12/01/1935
- Mme Haubre Pierette : 15/01/1934
- Mme Garnier Louissette : 16/01/1928
- Mme Comin-Quilez Marie Lina : 17/01/1958
- Mme Lahourcade Suzanne : 16/01/1930
- Mme Levasseur Yvette : 16/01/1947
- Mr Platon : 16/01/1935
- Mme Mathieu Jeannine : 17/01/1933
- Mme Mirassou Marie-Jeanne : 28/01/1921

### FILM DU MOIS : Cocorico

Synopsis : Sur le point de se marier, Alice et François décident de réunir leurs deux familles. Pour l'occasion, ils se réservent à leurs parents un cadeau original : des tests ADN pour que chacun puisse découvrir les origines de ses ancêtres.





## Evènements à venir pour le mois de février 2025 :

- Le 3 février : atelier réalité virtuelle (une expérience d'immersion dans un monde créé numériquement)
- Le 4 février : sortie au cinéma Rex de Cestas
- le 7 février : atelier crêpes avec l'ADAPEI
- Le 11 février : inter établissement à Bègles
- le 12 février : quizz avec les enfants du centre de loisirs de Cestas
- Le 14 février : musique avec Xavier Cadet
- le 19 février : Atelier pâtisserie chandeleur
- le 21 février : Début du projet j'ai du courrier pour vous
- le 26 février : loto
- Le 31 février : goûter des anniversaires

