

Le Petit Journal

De SEGUIN – Cestas

SEPTEMBRE 2025



Les Échappées de la Région



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

C'est la rentrée !

La gentillesse
n'est jamais
une erreur.



La rentrée scolaire : une tradition de septembre et une longue histoire de l'école

Chaque début septembre, c'est un petit rituel qui se répète partout en France : les cartables se remplissent, les souvenirs de vacances s'effacent, et les écoles rouvrent leurs portes. Mais si cette rentrée semble aujourd'hui naturelle, elle est le fruit d'une évolution progressive de l'histoire de l'école française.

L'école avant... n'était pas pour tous

Jusqu'au XIXe siècle, aller à l'école était loin d'être une évidence. Dans les campagnes, beaucoup d'enfants ne recevaient aucune instruction, ou seulement quelques mois par an, entre les travaux des champs. L'école était payante, inégalitaire, et souvent réservée aux



garçons. Les familles modestes ne pouvaient pas toujours se permettre d'y envoyer leurs enfants.

Jules Ferry et l'école pour tous

Un tournant majeur a lieu dans les années 1880 : Jules Ferry, alors ministre de l'Instruction publique, met en place une série de lois fondamentales. En **1881**, l'école devient **gratuite**. En **1882**, elle devient **obligatoire de 6 à 13 ans**, et **laïque**. L'école publique telle que nous la connaissons aujourd'hui prend ainsi forme.



alors, tu vois bien que c'est dangereux !!...

Ces lois changent la vie de millions d'enfants, surtout dans les campagnes, où l'accès à l'éducation devient enfin une réalité. Des générations entières vont découvrir les bancs de l'école, le tableau noir, les dictées, les règles de grammaire... et la célèbre leçon de morale chaque matin.

Une rentrée en septembre ? Pas toujours

Avant le XXe siècle, il n'existait pas de date uniforme pour la rentrée des classes. Les enfants retournaient à l'école une fois les moissons terminées, souvent en octobre. Ce n'est qu'en **1939** que la rentrée est officiellement fixée au **début septembre**, pour structurer l'année scolaire de manière nationale. Ce changement reflète aussi une société de plus en plus urbaine, où les rythmes agricoles pèsent moins sur la vie quotidienne.

Et depuis ?

- En **1959**, l'école devient obligatoire jusqu'à **16 ans**.
- Dans les années 1970-80, les rythmes scolaires se stabilisent : environ **36 semaines de classe**, séparées par **deux mois d'été**.
- L'école maternelle se généralise et devient un passage presque incontournable dès 3 ans.

- Depuis les années 2000, les réformes s'enchaînent : nouveaux programmes, nouvelles méthodes, numérique... mais l'esprit reste le même.

Des souvenirs partagés

Pour beaucoup de résidents, la rentrée reste un souvenir fort : les souliers cirés, le cartable en cuir, la blouse grise, le plumier en bois, l'odeur de l'encre violette... On se souvient des leçons apprises par cœur, des maîtres ou maîtresses marquants, des bons points, et des récréés pleines d'énergie.

Aujourd'hui encore, la rentrée marque un **temps fort de l'année**, même pour ceux qui n'ont plus à apprendre leurs tables de multiplication. Elle reste synonyme de recommencement, d'organisation, de nouveaux projets, et parfois... d'un petit pincement au cœur.



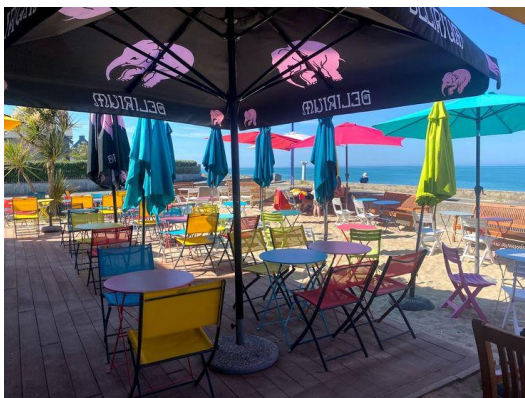
**Sortie iodée à Andernos pour les adhérents de
l'amicale Seguin : une journée entre mer, huîtres et
sourires**



Il flottait
comme un
parfum de va-
cances et de
sel marin ce
jour-là...

Direction An-
dernos-les-Bains pour un petit groupe de résidents
qui ont adhéré l'amicale Seguin, partis à la décou-
verte des saveurs du Bassin d'Arcachon.

Installés face à la mer, les résidents ont pu déguster
des huîtres fraîchement ouvertes, des crevettes
roses, du bulot... et
même un petit verre
de vin blanc ou rosé
pour accompagner
ce repas convivial.
L'occasion de re-
trouver des goûts





parfois oubliés, et de réveiller des souvenirs d'enfance ou de vacances.

Entre deux bouchées, les discussions allaient bon train : souvenirs

d'été sur la côte, anecdotes familiales, bonheurs partagés... Un vrai moment de plaisir simple, où le vent marin, le bruit des mouettes et la douceur du



soleil ont offert un cadre parfait à cette escapade gourmande.

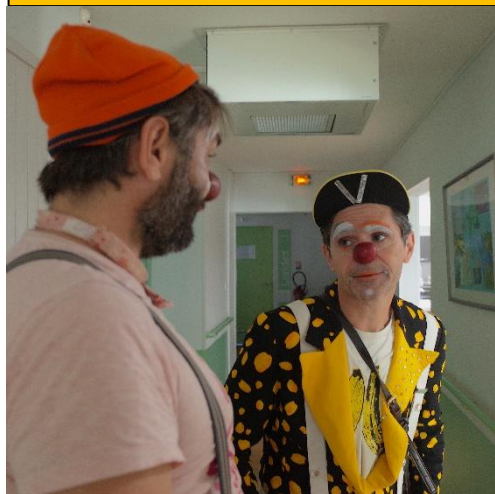
Le retour s'est fait le cœur léger et le ventre bien rempli.

Une chose est sûre : cette sortie a fait du bien à tout le

monde, et les visages ravis en disaient long sur le plaisir d'avoir pris le large, même pour quelques heures.

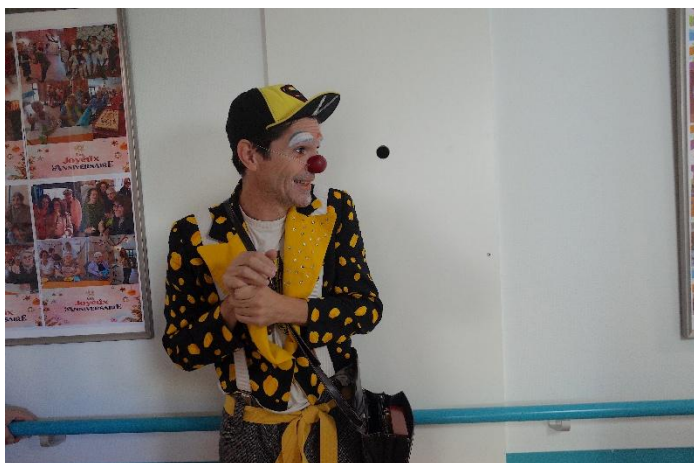


Une parenthèse joyeuse avec les clowns thérapeutiques



Ce mois-ci comme tous les mois, l'EHPAD Seguin a accueilli une intervention très attendue : la venue de **clowns thérapeutiques** au sein de l'établissement.

Ces professionnels du soin par l'humour ont su, avec délicatesse et créativité, aller à la rencontre des résidents là où ils en sont, en respectant leur rythme, leur histoire, leurs émotions. À travers le jeu, l'improvisation, le chant ou parfois un simple regard, ils ont su déclencher sourires,



rires, étonnement et même quelques larmes d'émotion.



Loin de l'image du clown de spectacle, leur approche est subtile et adaptée : il ne s'agit pas

de « faire rire à tout prix », mais d'**établir une relation humaine et sensible**, en valorisant les capacités d'expression et d'interaction de chacun.

Ces interventions, bien plus qu'un moment de divertissement, sont reconnues pour leurs effets bénéfiques :

- **stimulation émotionnelle,**
- **réduction de l'anxiété,**
- **amélioration de la communication,**
- **revalorisation de l'image de soi.**

Les retours des résidents comme des équipes ont été unanimement positifs.

Plusieurs interventions

sont d'ores et déjà envisagées dans les mois à venir.



*Un grand merci aux clowns pour
leur présence, leur justesse, et
pour cette parenthèse humaine et
joyeuse offerte à tous.*

Un moment de lecture avec Maëva, venue de la médiathèque de Cestas

Les résidents de l'EHPAD Seguin ont régulièrement le plaisir d'accueillir Maëva, une intervenante de la médiathèque de Cestas, pour un après-midi placé sous le signe de la lecture et du partage.

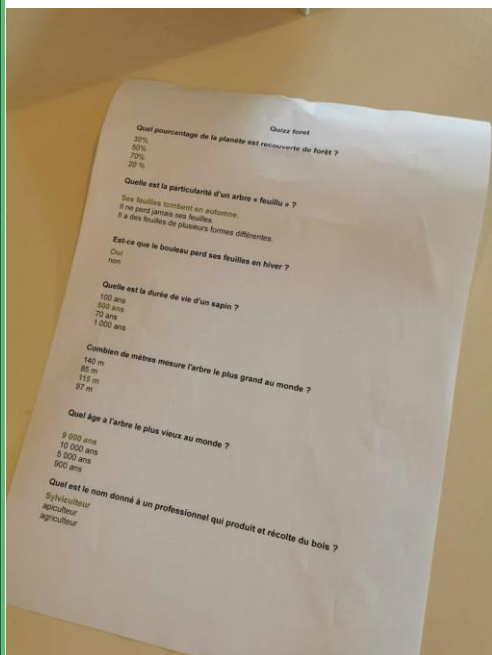


Installés confortablement dans le kiosque, les résidents ont écouté avec attention une sélection de

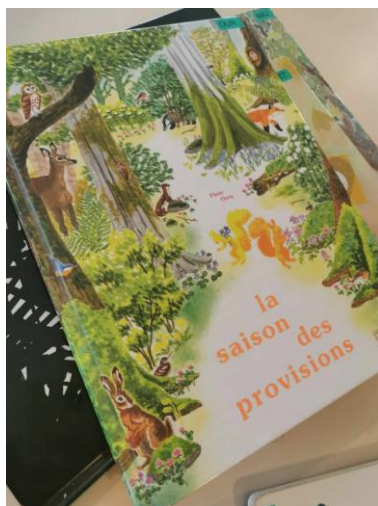
textes lus à voix haute par Maëva. Des récits variés, choisis avec soin pour éveiller l'imaginaire et encourager les échanges.



À la suite de cette lecture, un quiz ludique sur le thème de la forêt a été proposé. Les participants ont ainsi pu tester leurs



connaissances sur les arbres, les animaux, les légendes forestières et bien d'autres curiosités naturelles. Un moment instructif et convivial, qui a stimulé la mémoire tout en suscitant de nombreux sourires.



Ce rendez-vous culturel a été très apprécié. Merci à Maëva pour sa présence chaleureuse, et à la médiathèque de Cestas pour cette belle collaboration.

Rendez-vous est déjà pris pour une prochaine séance pleine de découvertes

Tranche de vie : souvenirs de rentrée

« La rentrée, c'étaient les souliers bien cirés, la blouse d'écolier et les cheveux tirés au cordeau. »

« Je me souviens surtout de l'odeur des cahiers neufs et des crayons fraîchement taillés. »

« On avait tous un plumier en bois avec nos trésors : plume sergent-major, gomme parfumée, compas rouillé... »

« Le maître faisait un peu peur, mais il distribuait les bons points pas que les mauvais. On les collectionnait avec fierté ! »

« L'automne arrivait doucement. On écrivait à la lumière des jours qui raccourcissaient. »

« Je n'aimais pas vraiment l'école, mais j'adorais les vendanges juste après. »

« C'était aussi le moment des nouvelles tenues cousues maison, et des retrouvailles avec les voisines à la sortie. »

« On se racontait nos vacances dans la cour, en attendant la cloche. »

« Et parfois, il fallait inventer une bonne excuse... quand les devoirs n'étaient pas faits ! »

« J'allais à l'école à pied. J'avais un gros chien qui m'accompagnait, repartait à la ferme et revenait me chercher à l'heure de la fin de l'école. Il devait avoir une montre dans sa tête. C'était un montagnard des Pyrénées tout blanc. »

« En ville, la rentrée se voyait partout : dans les vitrines, sur les affiches, dans le bruit du matin... C'était une effervescence. »



Les anniversaires du mois : des bougies, des sourires et des souvenirs

Chaque mois, à l'EHPAD, le calendrier marque une belle tradition :

celle de fêter les anniversaires des résidents. Un moment simple, mais précieux, qui réunit tout le monde autour d'une table, d'un gâteau, de quelques chansons... et de beaucoup de tendresse.



Ce mois-ci encore, plusieurs résidents souffleront une bougie de plus. Une bougie, c'est peu... mais



c'est tout un monde. C'est une année entière de souvenirs, de rencontres, de petits plaisirs, parfois de défis surmontés. C'est un signe que la vie continue, qu'on avance ensemble, pas à pas, mois après mois.



L'animation est rythmée par des musiques d'époque, quelques pas de danse, et surtout une belle part de gâteau partagée dans la bonne humeur. Le personnel, les autres résidents, parfois même des proches : tout le monde est là pour rappeler que personne ne vieillit seul.

Fêter les anniversaires à l'EHPAD, c'est rappeler que chaque vie compte, que chaque année est un trésor, et que chaque personne mérite son moment de lumière.



Alors ce mois-ci, souhaitons à nos résidents concernés une nouvelle année pleine de douceur, de santé, et de beaux moments partagés.



Le bar à jus est de retour après sa pause estivale !

Deux fois par mois, les résidents ont la chance d'accueillir **le bar à jus**, tenu par les jeunes du foyer Boisjoly de l'Adapei. Passant les couloirs en musique, ils proposent **des jus de fruits frais**

faits quelques minutes avant et savoureux que chacun peut acheter pour **50 centimes le verre**.

Au-delà du plaisir gourmand et rafraîchissant, cette initiative a une vraie portée solidaire. En effet, les bénéfices récoltés sont reversés à **l'Amicale Seguin**, qui finance et organise de nombreuses activités et animations pour nos résidents : sorties, spectacles, ateliers créatifs, moments festifs...

C'est pourquoi nous invitons les familles à penser à donner quelques pièces ou billets à leurs proches. Grâce à ces petites attentions, les résidents peuvent **se faire plaisir** en s'offrant un jus, tout en contribuant à **enrichir la vie de l'établissement**.

Marché de Noël

DE L'EHPAD SEGUIN À
CESTAS (15 CHEMIN DU
BIALA, CESTAS)

**Samedi 6 décembre 2025 de 14h30
à 17h
au Kiosque**

**Ouvert à tous ! Venez en famille
découvrir nos stands**

**Grand concours de
pull moche de Noël à
15h! Lots à gagner**

Un barbecue d'été pour cultiver la convivialité :

**Résidents et agents réunis autour d'un repas festif
au jardin de l'EHPAD**



Par une belle journée ensoleillée, cet été, les équipes de l'EHPAD ont organisé un repas barbecue en extérieur, réunissant l'ensemble des rési-

dents et les professionnels de l'établissement.



Un moment à la fois gourmand, convivial et chaleureux, très attendu par tous et vécu comme une véritable respiration estivale.



Dès le matin, l'effervescence régnait dans les cuisines et les couloirs. Les grillades ont été préparées avec soin par l'équipe de restauration, pendant que d'autres agents installaient les tables, nappes, pergola et décorations florales dans le jardin, transformé pour l'occasion en une grande terrasse conviviale. Chacun a mis la main à la patte pour que

tout soit prêt à l'heure du déjeuner.

À midi, les résidents ont été accompagnés au jardin, accueillis par le parfum appétissant des viandes grillées et le sourire des équipes. Les assiettes se sont rapidement remplies de brochettes, chapolatas, salades composées et accompagnements maison, dans une ambiance détendue et joyeuse.





Mais ce barbecue ne se limitait pas à un bon repas. C'était surtout un **temps de partage**, hors du cadre habituel, où les échanges entre résidents et agents ont été nombreux, spontanés et authentiques. On a ri, discuté de souvenirs de vacances, évoqué des recettes de famille, partagé des anecdotes... Ce type d'événement rappelle com-

bien il est précieux de **cultiver les liens sociaux et la qualité de vie** au sein de l'établissement. Il ne s'agit pas seulement d'organiser un moment festif, mais bien de créer des **espaces de vie collective**, où chacun peut se sentir pleinement acteur et reconnu, dans un cadre respectueux et bienveillant.





Les résidents ont été nombreux à saluer la qualité de cette initiative, autant pour la cuisine que pour l'ambiance. Plusieurs ont confié avoir retrouvé « *un petit goût de vacances* » ou encore « *une sensation d'être vraiment ensemble, comme à la maison* ».

Un grand merci à toute l'équipe qui a permis cette belle réussite : la cuisine, les agents de service, les soignants, les animateurs... Tous ont contribué à faire de ce repas un vrai temps fort de la vie de l'EHPAD.



**Un moment que
beaucoup espè-
rent déjà retrou-
ver l'an prochain,
voire plus régu-
lièrement.**



**« J'ai beaucoup
aimé !! j'adore le
poulet au barbe-
cue et manger de-
hors comme ça »**

Horoscope de la rentrée : Que vous réservent les astres ?

Bélier (21 mars - 19 avril)

Vous êtes gonflé à bloc pour la rentrée ! Gare à l'excès d'enthousiasme : tout le monde n'est pas prêt à faire du macramé à 8h. Essayez la tisane, ça calme.

Taureau (20 avril - 20 mai)

Les astres vous prédisent une rentrée moelleuse... comme un gâteau aux pommes. Vous serez attiré.e par les ateliers pâtisserie et les fauteuils bien rembourrés.

Gémeaux (21 mai - 20 juin)

Toujours entre deux activités, deux idées, deux jeux de mots... Pensez à finir une chose avant d'en commencer trois. Sauf si c'est du tricot, là c'est permis.

Cancer (21 juin - 22 juillet)

Vous serez d'humeur nostalgique. Bonne nouvelle : l'atelier souvenirs revient ce mois-ci. Profitez-en pour ressortir vos chansons préférées et vos anecdotes qui finissent par « à mon époque... ».

Lion (23 juillet - 22 août)

Charismatique comme jamais, vous brillez au karaoké. Attention : chanter "Allumer le feu" de Johnny ne vous transformera pas automatiquement en star. Mais presque.

Vierge (23 août - 22 septembre)

L'organisation, c'est votre dada. Planning, stylo, carnet... tout est prêt. Relax ! La rentrée ne vous échappera pas, même si le loto commence avec 10 minutes de retard.

Balance (23 septembre - 22 octobre)

Indécis ? Toujours. Animation loto ou atelier créatif ? Dessert ou plat ? Un conseil : laissez le destin choisir. Ou mieux, testez tout. Avec élégance, évidemment.

Scorpion (23 octobre - 21 novembre)

Un brin taquin, vous risquez de cacher les télécommandes ou de chanter exprès faux. Méfiez-vous des représailles : les autres résidents ont de la répartie !

Sagittaire (22 novembre - 21 décembre)

Vous êtes prêt.e à tout essayer : gym douce, atelier écriture, même la danse assise ! Bravo. Juste, évitez de vouloir aller trop vite : même les flèches de Cupidon prennent parfois une pause.

Capricorne (22 décembre - 19 janvier)

Sérieux et réfléchi, vous abordez la rentrée comme un marathon. Pensez à lever la tête, à rire un peu, et à piquer un morceau du goûter du voisin. Il partagera, promis.

Verseau (20 janvier - 18 février)

Toujours dans l'originalité, vous arrivez au repas de rentrée avec un accessoire qui fera parler. Serait-ce... un chapeau en feutrine fait main ? Les astres applaudissent.

Poissons (19 février - 20 mars)

Un peu dans la lune en septembre, mais toujours attendrissant. Vous oublierez peut-être votre fauteuil à l'activité... mais jamais votre sourire. Et ça, c'est contagieux.

Que s'est-il passé au PASA ce mois-ci ?

Le changement de saison étant arrivé, il est temps de décorer le PASA pour l'automne. Bien entendu, étant dans une région viticole, nous en avons profité pour décorer le PASA sur le thème des vendanges.

Ainsi nous avons réalisé des grappes de raisins en bouchons de lièges. Nous avons également évoqué lors d'un atelier mémoire les ven-

danges, et toutes les étapes nécessaires à la création du vin.

Comme l'ont souligné certains résidents il ne manquait qu'une dégustation dans un château de la



région.

Nous sommes en train de créer un arbre en carton et boîtes d'œufs, aux couleurs de l'automne en l'agrémentant de feuilles découpées avec soin par les résidents pour l'habiller de rouge, d'orange et de jaune.

Nous irons prochainement ramasser quelques glands du jardin pour parfaire le tout.



LES PETITES ANNONCES

DU P'TIT JOURNAL SEGUIN

Activités proposées En MOIS ET ANNEE (mois passé)

Sportez-vous bien

Entretien individuel

Chantons avec Xavier

Loto

Lecture de Maeva

Atelier créatif

Revue de presse

Café rencontre

Anniversaires du
mois

Toute l'équipe de
Seguin leur souhaite
un bel anniversaire

!

MME GODIN

M. HERNANDEZ

MME ALLIEN

Documentaire du mois :

Les résidents ont ce mois-ci découvert la Guadeloupe, la Guyane, la réunion et le Pays basque !

Pour certains, le voyage a été une re découverte de lieux qu'ils connaissaient déjà. Pour d'autre, une découverte des coins de France plus ou moins loin de Cestas !

★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★

Evènements à venir pour le mois de MOIS A VENIR :

Concert de violon

Loto des anniversaires

Sortie

Jardinage

Médiathèque ambulante

Atelier bien être

