

Le Petit Journal

De SEGUIN – Cestas

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

Nous continuons notre tour du monde « virtuel » !!

En octobre, nous embarquons pour le Canada, second pays le plus vaste au monde avec une superficie de près de 10 millions de km².

Il est très peu peuplé avec seulement 38 millions d'habitants.

Connu pour sa terre sauvage, le Canada offre un paysage d'une remarquable beauté naturelle et aussi des villes dynamiques et multiculturelles...

N°39

Octobre 2023



Samedi en fête à l'EHPAD Seguin

Certains résidents ont réclamé le retour de cet artiste qui avait l'habitude de nous rendre visite chaque année avant la pandémie.

Guy FRUCHARD : Animateur musical

Il nous a proposé un tour de chant sur un accompagnement à la guitare.

Son répertoire de chansons populaires, de la génération des résidents mais également plus récente, interprète des classiques de la chanson française : de Trenet, Piaf et Mariano à Duteil, Cabrel et Goldman, en passant par Brassens, Aznavour, Bécraud, Dassins, Gréco, Dalida, (et bien d'autres encore...)



Les résidents ont apprécié ce spectacle musical qui invite à un voyage au fil du temps et des époques, où chacun peut retrouver les images et les souvenirs de sa propre histoire...





Halloween



Fantômes, sorcières, vampires et monstres en tout genre sont mis à l'honneur. Le 31 octobre ! Toutes ces effrayantes créatures déambuleront dans les rues du Canada à la recherche de délicieux bonbons à manger en criant :

“Trick or Treat !” (Qui signifie “Des farces ou des friandises !”)

Pour continuer notre voyage, nous avons, nous aussi fêté cet évènement emblématique du Canada avec la classe de CM1 de Madame Aimé, de l'école des Pierrettes à Cestas.

Les enfants sont arrivés déguisés et ils ont fait un défilé pour le plus grand plaisir des résidents ! Un jury composé de : Mme HAUBRE, Mme DUVIGNAU et Mme LECLERE ont noté l'attitude et le choix du déguisement.





Le kiosque était joliment décoré aux couleurs d'Halloween et les collègues de la technique, Christophe, Charles et Jason, nous avaient installé une estrade pour l'occasion.

Les enfants nous ont interprété « Octobre » de Francis Cabrel puis ils ont dansé sur « Happy » de Pharrel WILLIAMS.

L'après-midi s'est terminé avec un goûter : chocolatine, croissant et chocolat chaud préparé par l'équipe de restauration.

L'école « les Pierrettes » venait régulièrement voir les résidents de l'EHPAD Seguin avant les restrictions liées au COVID.



Nous espérons les revoir très vite !



Tranche de vie (suite)

Pour cette rubrique, Monsieur HAUBRE a accepté de nous raconter son aventure à « l'Écureuil ». Je vous retranscris cet échange, avec ses mots à lui.

« J'étais chauffeur pour la caisse d'Épargne « l'écureuil » ; comme on l'appelait à l'époque... Je portais les fonds. Je partais de Mériadeck, je faisais différentes agences : Pessac, Talence, Gradignan, Cestas... Je conduisais une 4L, rien d'extraordinaire, il n'y avait rien qui indiquait sur la voiture que j'étais convoyeur de fonds. Je faisais les agences suivant ce qu'on m'avait donné... Des fois, j'avais 4 millions à même le sol sur le plancher. Je ne me suis jamais fait braquer mais j'ai vu un braquage !

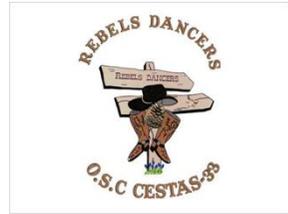


J'ai vu un braquage à la caisse d'épargne de Pessac à côté du cinéma. Je me rends compte que là où j'allais me garer, il y avait déjà une voiture avec deux ou trois bonhommes dedans. Dont un avait un foulard ou une cagoule noire. Il a eu beau se dépêcher, j'ai quand même vu le bas de son visage. Quand j'ai vu cela je suis vite reparti à la caisse principale pour signaler le braquage. J'ai dit à mon directeur que j'avais bien vu les gars malgré la cagoule. Il m'a demandé si j'étais capable de l'identifier, j'ai répondu : « je crois que j'arriverai à reconnaître les personnes même avec la cagoule ! pour le mieux que je puisse » Je suis allé au commissariat de Castéja à Bordeaux pour faire un signalement. Arrivé là-bas, je raconte ce qui s'est passé mais ils étaient déjà au courant.



Puis, j'étais derrière la vite teintée... on m'a montré des gars avec des numéros. Je leur ai dit tel numéro. J'en ai reconnu deux, les deux premiers... » Voilà c'est un souvenir plutôt marquant et plein de suspens...

Danse country



Pour ce voyage au Canada, nous avons le plaisir de retrouver les danseurs de l'association OSC Rebels dancers qui ont apporté un pur moment de joie au sein de notre établissement. Les résidents ont même pu se joindre à la troupe au milieu de la démonstration de danse,. Les professionnels(le) ont également pu s'exercer au country ! D'ailleurs, vous pouvez retrouver la vidéo de cette danse sur notre page Facebook !

Un grand merci à eux d'avoir offert de leur temps pour apporter du bonheur aux résidents !



Atelier Sylver Fourchette « Les mains dans le plat »

Rappel : Ce projet a été proposé pour permettre aux établissements de mettre en place des ateliers ludiques et conviviaux autour de la thématique « du manger main ».

Les EHPAD des GRAVES ont organisé une série de 10 ateliers au cours desquels des recettes sont réalisées par un petit groupe de résidents et un chef cuisine. Pour nos anciens, c'est l'occasion d'exprimer leurs goûts et leurs expériences culinaires et de stimuler leur appétit.



Et pour conclure ce projet, Sandrine a proposé au chef, des Brownies au sirop d'érable pour être dans le thème du mois d'octobre, le Canada !



LE « MANGER MAIN »

Le « manger main » c'est quoi ??

Manger directement avec les doigts sans avoir besoin de recourir à une fourchette ou un couteau ; cette technique offre la possibilité de saisir facilement sa préparation et de la manger tout simplement.

Le manger main n'est ni sale, ni infantilisant !

Les recettes du manger main sont un savant équilibre entre bonne consistance et praticité. Tout est pensé pour que les bouchées soient faciles à manger et qu'elles aient une bonne tenue et ne pas être salissantes.

De plus, lors d'une perte d'autonomie, avec le manger main, la personne reprend le contrôle de son alimentation.

On utilise le manger main à tout âge, à différentes occasions comme par exemple pour des pique-niques, des buffets à partager ou les apéritifs dinatoires !



Sortie inter – établissements à l'EHPAD des « Balcons de Trivoli »

Dans le cadre des actions de

« L'AGIRA »

Ce 26 octobre, les résidents des établissements de la Gironde se sont retrouvés sur le thème du cirque au grand chapiteau des balcons de Trivoli

Mme et M. HAUBRE, M. Barthe, étaient ravis de cette sortie organisée par les animateurs : Cathy et Fatah.



Avec au programme :

10h30 : Accueil

11h00 : Jeux de kermesse

12h30 : Repas

14h : Election du plus beau chapeau !

14h30 : Spectacle de cirque avec la troupe : « Gino Circus »



Ré - ouverture de l'Accueil de jour



L'accueil de jour a ré – ouvert ses portes le lundi 16 octobre. A cette occasion, l'entrée a été modifiée afin de faciliter le passage des personnes à mobilité réduite. **L'EHPAD Seguin développe ce service particulier dans un espace dédié en plus de son activité principale.**

Celui-ci propose un accompagnement individualisé aux personnes accueillies et un soutien aux aidants le plus souvent. Il a pour objectif de permettre aux personnes

âgées en perte d'autonomie de rester le plus longtemps possible dans leur cadre de vie habituel.

Les personnes âgées venant de leurs domiciles peuvent être accueillies à l'EHPAD Seguin une à plusieurs journées par semaine du lundi au vendredi de 10h00 à 16h30.

Afin de garantir une prise en soin individuel, l'établissement bénéficie de 6 places par jour.

Fréquenter un accueil de jour permet de préserver son autonomie grâce aux activités adaptées qui sont proposées. Ces temps passés hors du domicile contribuent également à rompre l'isolement mais ils permettent aussi aux proches de dégager du temps pour leurs propres occupations.



Des activités variées sont mises en place pour favoriser les stimulations physiques, sensorielles et cognitives des résidents.

Une équipe de professionnels anime et encadre l'accueil de jour.

Bénédicté DUPUCH pilote l'accueil de jour, elle a bien voulu accepter l'interview de ce mois ...





PORTRAIT d'un(e) professionnel(le)

**Rencontre avec Bénédicte DUPUCH,
AMP et ASG (Assistante de Soins en Gérontologie)
à L'EHPAD « Seguin » Cestas**

Quelle est votre fonction ? Je suis Aide médico professionnelle (AMP) et Assistante de soins en gérontologie (ASG)

Depuis combien de temps travaillez-vous à l'EHPAD SEGUIN ? Depuis 2013, cela fait 10 ans ! J'ai connu 3 directions.

Quel est votre parcours (étude, professionnel...) ? J'ai arrêté le cursus scolaire en fin de troisième. J'aimais les études mais les études ne m'aimaient pas ! J'étais surtout douée pour le dessin et la musique. Pourtant j'avais de grandes ambitions ! Je souhaitais être psychologue ! La vie en a voulu autrement. En fin de troisième, il m'a fallu choisir ma voie. J'ai commencé en tant que coiffeuse. J'ai exercé pendant 3 ans dans un salon de coiffure.

Malheureusement J'ai fait des allergies à plusieurs produits, j'ai donc dû arrêter d'exercer. Malgré tout J'étais heureuse de voir le sourire des clients en partant et je prenais plaisir à écouter les confidences de certains.

J'ai alors souhaité me reconverter... Ayant des enfants, je désirais avoir du temps pour m'occuper d'eux j'ai alors choisi de m'orienter vers un métier à mon domicile. J'ai été assistante maternelle agréée, métier que j'ai exercé pendant 15 ans. Par la suite, je me suis formée aux métiers en lien avec le public âgé. J'ai suivi une formation d'auxiliaire de vie sociale pour faire du soin à domicile pendant 5 ans à la mairie de ma commune : Pissos. Postérieurement, j'ai réalisé la formation d'aide médico psychologique en 2014. En parallèle, je suis rentré à l'EHPAD Seguin comme ASH et grâce à l'obtention de mon diplôme j'ai pu travailler à l'accueil de jour, mais également au PASA jusqu'à sa fermeture dû à la crise sanitaire du COVID-19.

En 2019, j'ai obtenu le diplôme d'assistante de soin en gérontologie et j'ai complété mes acquis par la formation « Humanitude ». Je fais beaucoup de bénévolat dans des associations notamment l'association des « restos du cœur ».

Pourquoi avoir choisi ce métier ? Mon parcours professionnel et personnel a toujours été tourné vers l'humain. J'avais un réel besoin de me sentir utile auprès des personnes. Que cela soit dans le domaine de la coiffure, des enfants, et des personnes âgées à domicile ou en structure.

J'ai toujours souhaité aider les autres à se sentir mieux que cela soit physiquement ou moralement.

Avez-vous une passion ? La musique. Je joue du piano depuis 3 ans. J'aime découvrir des pays à travers des voyages... J'ai comme passion : La marche, surtout en forêt car j'habite dans les Landes : la cueillette des champignons, ça va être le moment ! J'aime également tout ce qui a rapport avec le soin esthétique : coiffure, maquillage...

Pot de fin de restructuration

Mme Béatrice MONTASTRUC, Directrice Générale de la direction commune des EHPAD des Graves et M. Clément LAFITE, Directeur délégué de l'EHPAD « Seguin » Cestas ont convié le conseil d'administration de l'établissement et le conseil municipal de Cestas pour un pot de fin de restructuration de l'EHPAD.



Ce moment de convivialité a été précédé de la visite officielle de l'établissement.

Les personnes présentes à cet évènement étaient :

M. DUCOUT, Maire de Cestas

Mme MONTASTRUC, directrice générale de la direction commune des EHPAD des Graves

M. LAFITE, directeur délégué de l'EHPAD Seguin Cestas

Mme STAYAN, cadre de santé

M. CHAUVIN

M. BARTHE

Mme ZENTIL

**M. RIVET, conseiller
municipal**

**Mme BOIZARD,
personnalité qualifiée**

**M. GUET, responsable
des services techniques**

**Mme FERRARO, Adjointe honoraire Cestas - Présidente
club "Jours d'Automne" Gazinet**

Karine SILVESTRE, adjointe déléguée à l'Environnement de la ville de Cestas

Mme BINET

Mme BETON, adjointe à la culture

Pierre CHIBRAC, adjoint au maire



Goûter des anniversaires



Pour ce goûter des anniversaires du mois d'octobre 2023, nous avons retrouvé Mélanie DROGUET et son accordéon !

Sur des airs de paso comme « E viva Espana », ou de musette comme « Mon amant de saint Jean » ...

Elle a interprété des morceaux musicaux des artistes des années 1930 à 1960 qui sont toujours très appréciés des résidents qui ainsi retrouvent avec nostalgie leur jeunesse.





A la suite de ce spectacle, nous avons dégusté un excellent gâteau préparé par l'équipe de restauration, accompagné d'un verre de crémant et les cadeaux ont été donné aux nominés du mois : Mme BRUNET, Mme ZENTIL, Mme CASTAGNE, Mme MARTINEZ, présentes pour l'évènement avec leurs familles !



Flash
Infos



Commission des menus :

Suite à la commission des menus en septembre, un livre d'or a été installé à l'entrée de la salle à manger afin que chaque résident ou famille puisse inscrire son avis sur le repas de la journée s'il le souhaite. Cela permettra à l'équipe de restauration de mieux cerner les goûts et les remarques des personnes qui mangent au restaurant de l'EHPAD Seguin.

N'hésitez pas à laisser un commentaire !

Vente de
boissons et
pâtisseries sur
place

Le samedi 11 Novembre

Au kiosque à 14H30

Aura lieu le loto de l'association

L'AMICALE SEGUIN

Nombreux lots



Attention ce loto est payant pour tous : Familles et résidents.
Les bénéfices seront reversés à l'association l'AMICALE SEGUIN.

Montre connectée,
Poste radio, Valise
cabine
Mini-Four, appareil à
raclette, crêpière
Panier Gourmand,
sèche-cheveux ...

LES PETITES ANNONCES

DU P'TIT JOURNAL SEGUIN

Bienvenue aux nouveaux résidents :



M. TROCHON Guy

Evènements à venir
Pour le mois de novembre 2023 :

**2/11 : fête d'halloween au Foyer Bois
Joly**

**9/11 : Journée inter établissement
« Le cabaret »**

Samedi 11/11 : LOTO Amicale

**30/11 : Goûter des anniversaires
avec H&M Music Bordeaux**

Anniversaires du mois d'octobre

Mme. CASTAGNE
Eliane a fêté ses 79 ans
le 10/10

Mme. MARTINEZ
Antonia a fêté ses 69
ans le 13/10

Mme. BRUNET Andrée
a fêté ses 90 ans le
21/10

Mme. ZENTIL
Marguerite a fêté ses
79 ans le 22/10

M. SCHILLER Raymond
a fêté ses 80 ans le
26/10/1943

**Toute l'équipe
de Seguin leur
souhaite un bel
anniversaire !**



Scannez
moi !!



Activités proposées en octobre 2023

Sortie Ludothèque à Pessac

Blind test Xavier Cadet et son clavier

ADAPEI 33 – Je rends service

**Fête d'Halloween avec la classe CM1 de l'école
« Pierrettes »**

Spectacle de danse de Country : REBELS DANCERS

Film du mois « Le bonheur de Pierre »

Sortie inter établissement au Bouscat : Le cirque

**Goûter des anniversaires avec Mélanie et son
accordéon**

Sans oublier : Petites mains & marmitons, Sportez - vous bien, soins esthétiques, revue de presse, médiathèque ambulante, lecture en secteur, atelier informatique, jeux de société, quiz...



SUIVEZ-NOUS SUR
facebook