

La Pie pelette

Le journal de l'Ehpad public de Beaumont de Lomagne



Nouvelle édition
Numéro 1 – Mars 2021

L'édito du directeur

C'est avec beaucoup de joie que j'écris les premières lignes du premier numéro de la nouvelle édition de la Pie pelette.

Né il y a presque 20 ans, le journal de l'établissement reprend du service pour informer et divertir l'ensemble de ses lecteurs : résidents, familles, agents et grand public.

A l'heure du virtuel, de la dématérialisation (ou de la désincarnation ?), cela fait parfois du bien d'ouvrir un bon canard !

C'est l'ambition de la Pie pelette de publier du contenu de qualité, proposé par tous et diffusé selon un rythme trimestriel. Vous avez un article ? Un dessin ? Une idée ? Proposez-le aux animateurs !

Pour cette première parution nous vous invitons à découvrir le métier d'animateur en activité physique adaptée. Un résident du site de Daudignon se livre sur sa passion pour les échecs.

L'actualité est dominée par le retour des déjeuners en salle à manger et le déconfinement progressif qu'il annonce.

Je vous souhaite une bonne lecture ! ■

Adishatz !

Thibault de Peyrecave

A la une

La Pie pelette... presque 20 après !

Par Philippe Grône - Président du CVS

Monsieur de Peyrecave me propose de rédiger le premier article de cette renaissance ! C'est avec beaucoup de plaisir et à plusieurs titres que j'accepte.

Tout d'abord en tant que président du Conseil de la vie sociale je ne peux que me réjouir d'avoir un bulletin d'information qui témoigne de la vie de nos parents ! L'information est indispensable et dans cette période de confinement, elle est même essentielle. Quoi que l'établissement communique beaucoup et avec transparence.

J'ai aussi accepté car, ancien animateur de l'établissement, j'étais à l'origine de ce journal, trimestriel... puis semestriel, avant de devenir... épisodique sous la charge et le temps qu'il me demandait !

La première Pie pelette a vu le jour en 2003.

Ce journal s'adressait principalement aux familles pour témoigner de la qualité de vie dans l'établissement. L'idée était que les familles se disent : « j'ai bien fait de leur confier mon parent... ».

Du coup la volonté était : « beaucoup de photos, peu de mots », car les photos ne trichent pas... enfin pas quand on ne maîtrise pas photoshop.... Ce qui était mon cas.

Il y avait plusieurs rubriques :

- « L'édito du directeur » ;
- « Cochon qui s'en dédie » : le programme général des prochains mois ;
- « La vie de la maison » : Un zoom sur une activité passée ;
- « Les photos en vrac... » : d'une parution à l'autre on essayait d'avoir tous les résidents en photo ;
- Les séjours de vacances à venir... ;
- Une recette réalisée lors de l'activité cuisine.

A l'époque, la Pie pelette était imprimée et envoyée par la poste...

Aujourd'hui les photos numériques, les connexions internet, les logiciels de mise en page facilitent grandement la tâche.... Mais attention, ça prend du temps !

J'ai enfin accepté parce que j'ai ma maman aux Cordeliers et que, mise à part la situation actuelle, je n'ai pas forcément l'occasion d'être présent et que, lorsque je vais la voir le week-end, elle ne sait plus me raconter ses journées. Si la Pie pelette pouvait témoigner de son activité, ce serait un plus pour moi et ma famille.

Pour toute ces raisons, je souhaite une longue vie à la Pie pelette et merci de cette initiative ! ■

L'Activité physique adaptée (APA)

Les résidents se (re)mettent au sport !

Par Rachel et Sébastien

Depuis le début de la crise sanitaire, l'établissement a mobilisé d'importants moyens humains afin de répondre aux difficultés rencontrées par les résidents : isolement et sédentarité.

Pour répondre à ces besoins, le service animation a intégré deux Enseignants en Activité Physique Adaptée (EAPA), Rachel Catel et Sébastien Delboulbes, titulaires d'un diplôme universitaire spécialisé dans la santé, le vieillissement et l'activité physique adaptée. Ils s'appuient sur un socle important de littérature scientifique qui atteste les effets indéniables de l'activité au niveau physique, psychique et social.

Ils conçoivent et encadrent les activités physiques et sportives auprès des résidents.

L'activité physique est ainsi un puissant levier pour agir sur la qualité de vie. Le résident devient acteur de sa santé. C'est également un terrain propice pour créer des moments de partage et de plaisir.

Leurs objectifs sont d'aider les personnes à maintenir leurs capacités fonctionnelles et à conserver leur



autonomie le plus longtemps possible tout en créant un lien social afin d'améliorer leur qualité de vie. Ils interviennent sur les Cordeliers et Daudignon auprès de groupes définis avec les équipes soignantes. Ces groupes sont mobilisés deux fois par semaine à travers des exercices de renforcement musculaire, de souplesse et de coordination. De plus, en collaboration avec les kinésithérapeutes, ils accompagnent des personnes individuellement afin de les mobiliser pour la marche. Concrètement, les activités qu'ils proposent permettent aux pratiquants de conserver les gestes de la vie quotidienne.

L'inactivité comporte plus de risques que l'activité elle-même ! ■

❖ BON VOISINAGE

« Je vous passe devant. Vous, vous êtes en fauteuil, vous pouvez l'attendre, l'ascenseur »

❖ CONFINEMENT

- « On descend bien à la salle à manger ce midi ?
- Oui. Elles m'ont servi le petit-déjeuner à 9h, donc on descend »

Brèves de couloirs

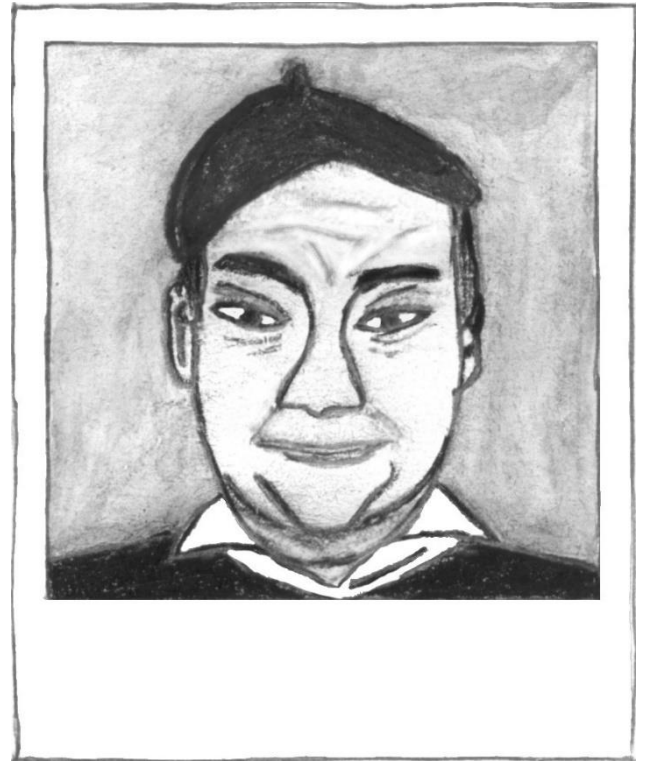
Portrait d'un résident

Par M-T Tuffery

Je m'appelle Daniel CEBOLLERO. Je réside à l'Ehpad de Beaumont de Lomagne, site Daudignon, depuis presque 6 mois.

A l'âge de 16 ans, dans un centre d'handicapés moteurs, j'ai appris à jouer aux échecs.

Un jour, j'ai lu dans le journal l'histoire d'un handicapé de Tonneins qui était allé jouer en Ecosse. Je lui ai écrit. Il m'a donné les coordonnées du responsable d'une association de joueurs d'échecs, dans laquelle je me suis inscrit. C'est alors que j'ai découvert, et pratiqué, le jeu par correspondance. Avec de nombreuses personnes en France et en Europe, j'échangeais des grilles de chiffres et de lettres symbolisant les déplacements des pièces sur l'échiquier. L'intervalle entre deux coups étant de 2 à 5 jours, un tournoi durait 18 mois.



En 1985, j'ai contacté un joueur qui habitait à une trentaine de kilomètres de chez moi. Nous avons commencé par du jeu amical, puis créé le Cercle d'Echecs Moissac / Castelsarrasin, dont je me suis vu confier la présidence. Au départ basé sur Moissac, il se composait de 5 adhérents, avec lesquels nous organisons des tournois.

Le regroupement avec les joueurs de Castelsarrasin a permis d'augmenter l'effectif de 20 personnes. Nous nous retrouvions le mercredi après-midi et le samedi. Nous avons aussi créé une école d'échecs qui a accueilli jusqu'à une trentaine d'enfants, dont 3 ont accédé au championnat de France. Depuis 1990, le tournoi de Castelsarrasin accueille de grands maîtres d'échecs, parmi lesquels l'entraîneur de Kasparov. En 2005, j'ai passé la main aux jeunes pour son organisation.

Dans ma carrière de joueur, j'ai gagné 10 médailles et 8 coupes, plus un titre de champion départemental en 2002, et la médaille de bronze DRDJSCS (Jeunesse et Sports) niveau régional en 2010. Compte-tenu de mon handicap, les échecs m'ont permis d'avoir une vie sociale, et de sortir avec le club pour jouer à Toulouse, Albi, Castres,... jusqu'en Avignon.

Aujourd'hui, cela fait un an et demi que je ne joue plus. J'ai connu la compétition ; je ne suis pas très tenté de jouer contre un ordinateur, que je trouve un peu « froid ». Ceci dit, je ne l'exclus pas, mais il faudrait que je rencontre quelqu'un qui m'aiguille là-dessus avant d'investir dans cette démarche. Si le joystick de commande de mon fauteuil électrique devrait pouvoir servir de souris, je ne sais pas à qui m'adresser, et je ne connais pas l'offre logicielle, ni matérielle. J'ai gardé le contact avec mes meilleurs amis du club. Mon projet actuel est de les faire venir à l'Ehpad pour organiser un après-midi d'échecs sur place. ■



Le printemps est là !

Aux Cordeliers, les services techniques ont œuvré pour préparer la cour. Après avoir rabaissé les haies pour ouvrir les espaces, Gilles et Christophe ont planté jasmin, rosiers et chèvrefeuilles au pied du bâtiment Toureilh.

A Daudignon, ces dames se régalaient à planter des fleurs de saison dans la cour ensoleillée. Avec l'aide de Valérie du service technique, Hélène a accompagné les résidents qui souhaitaient fleurir l'Ehpad.

De quoi donner des idées pour le concours des façades et jardins fleuris organisé par la commune de Beaumont ! ■

Les 9, 16 et 23 mars : la convivialité de retour en salle à manger

Par Thibault de Peyrecave

Bernard Loiseau disait : « La table, c'est l'endroit de détente et de convivialité par excellence... C'est pourquoi, il faut également utiliser son imagination pour venir compléter les efforts de la cuisine ». En ce début d'année 2021 il a été difficile de maintenir cette convivialité. Le « cluster » ayant contraint l'Ehpad à suspendre les repas en salle à manger, il en aura fallu de l'imagination !

L'établissement avait à cœur de recréer, dès que possible, ces moments de partage et d'échange. Aussi, aux Cordeliers et à Daudignon, les déjeuners en salle à manger ont repris depuis les 9, 16 et 23 mars.

Tous les agents ont déployé en un temps record des trésors d'inventivité pour faire de ces retrouvailles une fête. Les tables, couvertes de nappes blanches offertes par la Croix rouge de Beaumont de Lomagne, étaient fleuries de compositions réalisées par la Ferme florale.

Quel bonheur ce fut pour les résidents comme pour les professionnels d'entendre à nouveau des discussions, des rires et des éclats de voix. Monsieur le maire, président du Conseil d'administration, n'a pu que constater la joie et le soulagement de tous.



C'est Brillat-Savarin, l'un des auteurs culinaires français les plus connus, qui utilisa pour la première fois en 1825 le terme de « convivialité » pour désigner « le plaisir de vivre ensemble, de chercher des équilibres nécessaires à établir une bonne communication, un échange sincèrement amical autour d'une table ».

Que les épicuriens se rassurent, la Covid-19 passera, alors que l'envie de vivre ensemble perdurera (tant qu'il y aura du muscat et du Ricard à l'apéritif). ■

Des nouvelles de la restauration de la maison Fermat !

Par Olivier Guizot et les services de la mairie de Beaumont de Lomagne

Le piéton constate que les travaux du pôle touristique et culturel de Beaumont de Lomagne avancent ! Ces bâtiments qui font partie intégrante de l'histoire de Beaumont seront entièrement rénovés dans le style architectural de notre bastide Lomagnole et participeront à la dynamique du centre-ville. Le chantier a débuté en septembre 2019 par les travaux de démolition intérieure qui ont été réalisés par les employés de la régie municipale.

Ce projet de rénovation a pour but d'accueillir dans de plus grands espaces, adaptés aux normes actuelles, l'école de musique, les écoles de danse, l'office du tourisme, l'association socio culturelle et ses divers ateliers, l'association Fermat Sciences...

Le piéton relève que toutes les salles seront accessibles aux personnes à mobilité réduite, présageant d'une visite privilégiée des résidents ! Nous prenons note de l'invitation de la mairie : « Nous vous tiendrons informé de l'évolution des travaux de ce magnifique projet et avons hâte d'accompagner les résidents de l'Ehpad public le découvrir ». ■

Le piéton beaumontois