

# LES CASELLES

*Été – Automne 2018*



**NOTRE MAISON D'ACCUEIL** ressemble à un petit village avec ses espaces verts, ses rues, ses placettes, son restaurant, sa salle polyvalente, son cinéma, son salon de coiffure, son lieu de culte, sa lingerie, ses services administratifs, sa bibliothèque, les ateliers et les animations intergénérationnelles de son Centre de la Mémoire Vivante, la présence active de son Amicale Pour les Echanges entre les Générations, ...

# EDITORIAL

Chers habitants (es) des Caselles,

Cette année, une enquête mesurant le niveau de satisfaction des résidents et de leurs familles par rapport à leurs besoins et leurs attentes dans le but de s'améliorer, a eu lieu en Mai et Juin. Le cadre légal de référence de l'enquête de satisfaction est la loi 2002-2 rénovant l'action sociale et médico-sociale.

L'enquête porte sur tous les aspects de la vie de la Maison d'Accueil Les Caselles :

- le cadre de vie,
- le rythme de la journée,
- les activités et les animations,
- la restauration,
- les relations avec le personnel et les autres résidents,
- l'accompagnement et les soins, la coordination des soins,
- l'entretien du linge.

L'enquête de satisfaction des résidents et de leur famille est un moment important dans la vie de l'établissement. Elle est un des moyens qui permet aux résidents de se sentir libres de choisir leur vie et d'en rester maîtres. Elle évalue la qualité ressentie du service qui leur est rendu. Cette vaste étude permet à la Maison d'Accueil de savoir comment les services qu'elle rend au quotidien sont perçus par le résident et sa famille. L'objectif est d'apporter des actions correctives lorsque cela est nécessaire et de décider de mesures qui permettront d'améliorer la qualité des services rendus. Elle permet aussi de savoir ce qui donne entière satisfaction.

La réalisation de cette étude est confiée au Pôle Qualité et a été menée cette année, par un étudiant de la Chambre de Commerce de Rodez, Maxime Laville.

Elle comporte trois questionnaires :

- Un questionnaire destiné aux résidents qui sont en capacité de s'exprimer et qui ont donné leur accord pour participer à l'enquête. Chaque résident concerné a reçu à son domicile l'enquêteur Maxime, pour un entretien de 30 à 40 minutes. Au total, 48 résidents ont répondu à ce questionnaire.
- Un questionnaire destiné aux résidents qui sont dans l'incapacité de s'exprimer, renseigné par l'équipe de soins, qui a dû réaliser la difficile tâche de se prononcer sur le ressenti et les signes de bien-être du résident. 13 résidents sont concernés par ce questionnaire.
- Un questionnaire diffusé par courrier ou courriel destiné aux familles des résidents. Cette année, 31 familles ont répondu au questionnaire.

## PRESENTATION DES RESULTATS

Le 8 décembre à 15h30, au cours d'une réunion générale, les résultats globaux de l'enquête de satisfaction 2018 ont été présentés aux résidents, à leurs familles, au personnel, aux bénévoles de l'APEG et aux membres Conseil d'Administration de la Maison d'Accueil Les Caselles par Maxime.

- **Enquête des résidents qui sont en mesure de s'exprimer (extraits)**

**Dans un premier temps, les résidents ont été interrogés sur leur vie aux Caselles :**

A la question : « Vous sentez-vous chez vous aux Caselles ? », **63 %** ont répondu qu'ils se sentaient chez eux. **56%** des résidents interrogés « se sentent libres de pouvoir choisir leur vie ». A la question : « Est-ce que vivre dans cet établissement vous permet de garder un lien avec votre famille, vos amis et la vie du village ? », **79%** ont répondu « oui ».

**Quelques questions sur l'établissement :**

**98%** des résidents se sentent en sécurité dans la Maison d'Accueil.

A la question : « Etes vous satisfait de la propreté et de l'entretien des différents espaces de l'établissement ? », **92%** des résidents interrogés sont satisfaits, voire très satisfaits de la propreté des différents espaces. **81%** des résidents trouvent la décoration agréable, voire très agréable. **88%** des résidents se sentent bien, voire très bien, dans leur domicile.

**Concernant le Conseil de la Vie Sociale ...**

A la question : « Connaissez-vous le Conseil de la vie sociale ? » **69%** des résidents répondent ne pas le connaître. Parmi les **31%** qui le connaissent, **74%** pensent que le compte-rendu est facilement, voire très facilement accessible.

**Quelques questions sur les activités et animations :**

**67%** des résidents déclarent participer aux activités proposées. Les horaires des activités satisfont **81%** des résidents. **68%** des résidents sont satisfaits, voire très satisfaits du nombre d'activités proposées aux Caselles, **63%** de la variété des activités et **65%** des types d'activités proposés.

**Les repas aux Caselles :**

**83%** des résidents trouvent que le temps consacré aux repas est correct. **85%** des résidents interrogés sont satisfaits, voire très satisfaits, du choix des menus. **71%** sont satisfaits, voir très satisfaits de leur variété. L'appréciation globale concernant les repas est de **7/10**.

**Les relations avec le personnel et avec les autres résidents :**

A la question « est-ce que votre relation avec le personnel correspond à vos attentes ? », **94 %** des résidents répondent qu'ils sont satisfaits voire très satisfaits des relations qu'ils ont avec le personnel. A la question « le personnel est-il assez présent pour répondre à vos demandes ? » **77%** des résidents interrogés répondent « oui ». **81%** des résidents sont satisfaits des relations (inter-établissements) qu'ils entretiennent avec les autres résidents.

## Et concernant l'accompagnement ?

A la question « l'aide apportée au moment de la toilette correspond elle à vos attentes ? », **81%** ont répondu « oui ». **71%** des résidents pensent que leur suivi médical est bien assuré et **50%** pensent qu'il y a une bonne coordination entre le personnel des Caselles et les intervenants extérieurs.

## L'entretien du linge :

**86 %** des résidents sont satisfaits, voire très satisfaits, de l'entretien du linge de maison et **84 %** du linge personnel. La fréquence de distribution du linge satisfait **75%** des résidents. L'appréciation globale concernant l'entretien du linge est de **8.7/10**

**77%** des résidents recommanderaient la Maison d'accueil les Caselles à leurs connaissances.

## Enquête des familles des résidents (extraits)

**90%** des familles pensent que leur parent a trouvé, en venant vivre aux Caselles, un équilibre qui lui permet de vivre dans de bonnes conditions cette étape de sa vie.

A la question « Les relations que vous entretenez avec le personnel des Caselles sont-elles satisfaisantes ? », **93 %** répondent « oui » et les familles précisent que l'accueil est très agréable aux Caselles. Deux familles regrettent cependant le manque d'écoute. **97%** des familles pensent que leur parent est bien, voire très bien accompagné par le personnel des Caselles. **58%** des familles ont précisé qu'elles appréciaient la taille humaine de la Maison d'Accueil Les Caselles. **90%** des familles recommanderaient l'établissement à leurs connaissances.

L'appréciation globale des familles est de **8.1/10**

Plus les réponses sont nombreuses, plus les résultats reflètent la réalité.  
Merci à tous ceux, résidents, familles et membres du personnel  
qui ont participé à cette enquête !  
Merci à Maxime Laville qui, du haut de ses 19 ans, a su écouter et recueillir  
la parole des résidents avec rigueur et bienveillance !

Un dossier comprenant l'ensemble des résultats est à votre disposition à l'accueil.



## LE MOT DU PERSONNEL

### BIENVENUE AUX NOUVEAUX RESIDENTS

Nous avons été heureux de faire la connaissance de nouveaux résidents, à qui nous souhaitons la bienvenue au fil de ces pages.



**Marcelle FERRIERES**



**Adrienne GARABUAU**



**Alice HYGONENQ**

# LE MOT DU PERSONNEL

## BIENVENUE AUX NOUVEAUX RESIDENTS



Raymond BEZOMBES



Renée BONY



Anne Marie COUPIAC

# LE MOT DU PERSONNEL

## BIENVENUE AUX NOUVEAUX RESIDENTS



Christiane RAYNAL



Armelle TISSIERES



Marie-Rose GILHODES

# PENSEES POUR LES FAMILLES DES DEFUNTS

« *Le souvenir, c'est la présence invisible.* »  
*Victor Hugo*



*Nous avons une pensée émue pour celles et ceux qui nous ont quitté.*

***M LEBRAVE Jean***, né à Sébrazac.

Son décès a eu lieu aux Caselles le 20 juillet 2018, à l'âge de 89 ans. La cérémonie de sépulture a été célébrée le mardi 24 juillet, à 10h30, à l'Eglise Saint Pie X de Bozouls. Notre Maison s'associe à la peine de sa famille, ainsi qu'à celle de ses amis.

***Mme HARANT Cécile***, née Tranier, à Toulon.

Son décès est survenu aux Caselles le 27 juillet 2018, à l'âge de 89 ans. Ses obsèques ont eu lieu le mardi 31 juillet à l'église de Solsac. Nous présentons nos condoléances à sa parenté, et plus particulièrement à son fils, Ivan Michel Harant, membre du Conseil d'Administration des Caselles, ancien médecin coordinateur de la Maison d'accueil.

***M RASCALOU Alfred***, né à Bozouls.

Son décès a eu lieu aux Caselles le 3 Août 2018, à l'âge de 87 ans. Ses obsèques ont été célébrées le mardi 31 juillet. Nous renouvelons nos condoléances à sa parenté.

***M PERIE Joseph***, né à Rodez.

Son décès est survenu aux Caselles le 4 Août 2018, à l'âge de 94ans. La cérémonie de sépulture a eu lieu le mardi 7 Août à 10h30 à l'église de Faguet-de-Rodelle. Notre Maison s'associe à la peine de sa famille et de ses amis.

***Mme VAYSSADE Jeanne***, née à Espalion.

Son décès a eu lieu le 31 octobre 2018, aux Caselles à l'âge de 96 ans. Ses obsèques ont été célébrées à l'Eglise Saint Pie X de Bozouls le samedi 3 novembre à 10h30. Nos présentons nos condoléances à ses proches.

***Mme AIGOUY Hélène***, née Libourel, à Les Vignes (46).

Son décès est survenu aux Caselles le 2 novembre 2018 à l'âge de 83 ans. Ses obsèques ont eu lieu le 6 novembre à 14h30 à l'Eglise Saint Pie X de Bozouls. La Maison d'accueil s'associe à la peine de ses proches.

***Mme SOUQUES Antoinette***, née à Lassouts.

Son décès a eu lieu le 30 novembre à l'âge de 94 ans. La cérémonie de sépulture a été célébrée le lundi 3 décembre 2018 à l'Eglise de Lassouts. Nous présentons nos condoléances à sa famille.

# LES ANNIVERSAIRES

## DES MOMENTS FORTS, VIVANTS ET CONVIVIAUX

Entourés par les membres du personnel, les bénévoles et parfois par leurs proches, les résidents ont la joie de fêter leurs anniversaires le dernier mardi du mois.

Dès 16h, rassemblés autour d'un gros gâteau toujours décoré avec goût, les résidents concernés soufflent les bougies, après un « Joyeux anniversaire » chanté en cœur par toute la salle. Nos amis musiciens, Amans Batut et Robert Crouzet, accompagnent ce moment avec leur accordéon et leur vielle. La mousse aux saveurs de saison, préparée par les cuisines, fait tous les mois l'unanimité. Un vrai régal pour les papilles ! La plupart des résidents reste ensuite dans la salle pour les chants de la Chorale des Caselles.

Cet après-midi des anniversaires est toujours un beau moment de vivre-ensemble, où le partage et les sourires sont présents. La bienveillance de l'équipe, des bénévoles et la participation des familles y sont pour beaucoup...

## LES ANNIVERSAIRES DES MOIS DE JUIN ET JUILLET...



## LES ANNIVERSAIRES DU MOIS D'AOUT



## LES ANNIVERSAIRES DE SEPTEMBRE



## LES ANNIVERSAIRES DU MOIS D'OCTOBRE



## LE CCAS, COMITE D'ENTREPRISE D'EDF, EST VENU FETER LES 100 ANS DE MME VINRICH AUX CASELLES



# APRES-MIDI THEATRAL EN LANGUE

## « NOTRE »

### La troupe les « Les z'igues de Compolibat » aux Caselles



Ce fut un rendez-vous théâtral en langue occitane pour les nombreux résidents venus assister à la représentation de la troupe « Les z'igues de Compolibat ». Pendant une heure, les comédiens ont interprété, avec brio, plusieurs sketches de leur création relatant des faits divers de notre époque.



Les Z'igues sont une petite troupe de théâtre amateur du village de Compolibat. Elle a été créée en 1994 par Mme Blaisot décédée en 2005. Elle compte une douzaine d'acteurs tous bénévoles. Elle se déplace et joue gratuitement pour les maisons de retraite et pour des œuvres humanitaires.

Dans la salle polyvalente, ont fusé rires et éclats de rire. Les applaudissements en fin de spectacle étaient amplement mérités.



Photographies prises par  
Véronique Nourisson

# CARICATURES ET DESSINS D'HUMOUR

## « Les semaines Raoul Cabrol » aux Caselles cette année encore



Organisée par l'association « Culture en caricanyon », la 5ème édition des semaines qui sont dédiées à Raoul Cabrol a eu lieu en juin à Bozouls. Cet évènement met à l'honneur caricatures, dessins d'humour et de presse, arts de la satire. Dix-sept dessinateurs de renommée internationale ont exposé aux cotés d'œuvres inédites de Cabrol à l'espace Denys Puech du jeudi 20 juin au dimanche 1<sup>er</sup> juillet.



Durant le week-end du 22 au 24 juin, ont eu lieu les « Rencontres de la caricature, du dessin d'humour et de presse ». C'est à cette occasion là que 4 dessinateurs sont venus le vendredi 22 juin aux Caselles accompagnés de Franck Mézy, président de l'office de tourisme de Bozouls, croquer résidents et membres du personnel. Ils s'en sont donnés à cœur joie ! Les artistes Enesto Priego, Leonardo Robridez, Jara Martinez et Dominique Lemarié ont rivalisé d'humour sans craindre de forcer le trait.



Comme chaque année le but est de rendre hommage à Raoul Cabrol, né le 12 mars 1895, à Curlande, d'un père postillon de diligence. Ce dessinateur de renom, considéré par Churchill comme « le premier caricaturiste de France », est connu pour sa parodie de Hitler qui lui valut d'être poursuivi par la Gestapo, avant de trouver refuge à Rodez !



## Qui sont les caricaturistes qui sont venus ? (extraits de la brochure de présentation de l'évènement)

- **Dominique Lemarié** est une femme souriante, causante, colorée et passionnée. En 40 ans de métier, elle a presque tout fait. Dessinatrice judiciaire, Dominique Lemarié a aussi bien « croqué » la correctionnelle que les plus grands procès d'assise. De Nixon à Klaus Barbie en passant par Carlos, Colonna et DSK, cette « copine » de Tignous a fait ses vrais débuts à Baltimore. [...] Aujourd'hui, elle fait référence dans le milieu des dessinateurs judiciaires et a assisté entre autre à la prise d'otages de la cour d'assises de Nantes, aux procès de l'Erika, Papon, Colonna, l'affaire Clearstream, les bébés congelés. De manière générale, c'est le fonctionnement de la justice et des enquêtes qui la passionne.
- **Ernesto Priego** a consacré ses études à l'illustration publicitaire à Barcelone. Il a eu de nombreuses collaborations avec le monde du comic. Il s'installe par la suite comme indépendant, travaillant pour des entreprises d'Amérique du Sud. Il se consacre enfin à la caricature domaine, qu'il continue à explorer aujourd'hui.
- **Leonardo RODRIGUEZ** obtient son diplôme à Caracas en Espagne où il enseigne par la suite le dessin et l'illustration avant de se rendre en France à la fin des années 2000. Son travail est publié dans de nombreux journaux et magazines internationaux. Il a collaboré en tant que directeur artistique à divers évènements dans le monde.
- **Jara MARTINEZ** a obtenu sa licence en communication audiovisuelle en 2007 à Valencia, en Espagne. Caricaturiste autodidacte, c'est en 2004 qu'elle réalise un voyage autour du monde d'un an qui lui montrera que la meilleure façon de vivre est à travers son art. A partir de 2005, elle décide de se consacrer tout particulièrement à la caricature vivante, en direct. Pour elle, la caricature est un moyen de s'exprimer de manière spontanée et joyeuse, c'est la magie de synthétiser l'essence des personnes, une manière de regarder le monde, plus libre, naturelle et vivante.



# UN POULAILLER INTERGENERATIONNEL

## Un beau projet mené par le Conseil Municipal des Enfants

Le vendredi 22 juin, lors de la dernière réunion annuelle du Conseil Municipal des Enfants, les jeunes élus ont inauguré le poulailler installé aux Caselles et y ont amené 4 poules.

Cette initiative à la fois citoyenne et écologique a pour but la gestion d'une partie des restes alimentaires et une animation permanente pour les résidents. Les enfants comptent sur eux pour la maintenance de la basse-cour. Pour l'instant, le poulailler est installé devant la Maison d'accueil mais sera déplacé dans les nouveaux jardins lorsque les travaux se seront achevés.

Sur l'esplanade des Caselles, les résidents, le personnel et la direction des Caselles, les élus et le maire de Bozouls, les enfants ainsi que certains bénévoles et membres du CA se sont rassemblés sous les arbres autour d'un apéritif. Le poulailler a été décoré avec de jolis panneaux déjà dessinés et peints lors du conseil municipal du mois de mai. Les enfants ont présenté les poules à tous les résidents. Lors de cette inauguration les enfants se sont vus offrir un ballotin de confiseries en guise de remerciements.

Il est important de remercier la mairie pour le financement de ce poulailler, les bénévoles qui l'ont monté, ainsi que les services techniques pour la mise en place de l'enclos grillagé. Une belle initiative...



# BRILLANTE FINALE DE THEATRE :

## « LE MARIAGE D'AUTREFOIS »

**Sur la scène de la salle des fêtes, résidents, enfants et bénévoles ont donné le meilleur d'eux-mêmes**

Le samedi 20 juin, à la salle des fêtes de Bozouls, le spectacle d'expression théâtrale « Le mariage d'autrefois » proposé par la Maison d'accueil les Caselles et l'école Saint-François, a connu un vif succès et a reçu de nombreux applaudissements.

Les résidents et leurs familles, les bénévoles de l'APEG, les élèves et leurs parents, les responsables d'établissements, les enseignantes, les élus..., tous ont ovationné la finale annuelle de ce dixième partenariat autant pédagogique que thérapeutique.

Dès le mois de septembre 2017, des résidents, des bénévoles et des membres du personnel ont pu s'exprimer au sujet du mariage d'autrefois. Olivier Royer, metteur en scène d'expérience, a permis aux résidents d'évoquer leur vécu afin d'écrire un scénario collectif qui constitue certaines parties du spectacle. Ce projet théâtre contribue à valoriser le capital mémoire des aînés, à le reconnaître et à l'inscrire pour les générations futures, en l'occurrence les écoliers acteurs du projet et les spectateurs. Il favorise le vivre ensemble par l'enrichissement réciproque.



# BRILLANTE FINALE DE THEATRE :

## « LE MARIAGE D'AUTREFOIS »



Les différentes séances se sont révélées être riches en cohésion et en synergie au sein du groupe. Chacun a pu progresser, se transcender et s'épanouir davantage. Grâce à l'œuvre de tous, certains handicaps ont pu être dépassés, voire même effacés. Cette atmosphère est épanouissante et dynamisante pour tous et, c'est sur cela que repose la réussite de ces rencontres.

Les personnes qui s'investissent dans ce projet aux côtés d'Olivier Royer sont de véritables ressources. Nous ne pouvons que remercier l'enseignante Marielle Thievenaz, secondée par Grâce Boscredon, Anita Ginestet, lingère aux Caselles qui donnent de leur temps et de leur énergie pour que ce projet prenne vie et âme. Il est important de souligner le professionnalisme, l'humour et la tendresse de Frédéric Bonnet qui fait répéter les enfants, arrange les morceaux musicaux, avec ses amis musiciens, pour donner une autre dimension au spectacle.

Cette année, ce projet a obtenu un financement de la part de la Conférence des Financeurs, ce qui a permis à l'établissement d'investir dans du matériel lumière. Une belle réussite...



### Résumé de la pièce 2018 :

Un garçon, Baptiste, est épris d'une jeune fille, Marie. Il l'aime profondément. Mais les parents du jeune homme ne veulent pas de ce mariage car la jeune fille est pauvre. Le jeune homme sera mis à la porte par ses parents, sans travail, sans argent.

# « RACONTE MOI LES VIEUX METIERS »

## Marie Eve Thiry est venue conter aux Caselles

Le dimanche 24 juin, dès 15h, une trentaine de résidents des Caselles, s'étaient regroupés dans la salle polyvalente pour écouter Marie Eve Thiry. Après avoir allumé une bougie, la conteuse a ouvert un curieux petit coffret dans lequel chaque objet est une histoire.

Marie Eve a gardé son âme d'enfant. Conteuse professionnelle depuis 1994, elle a assouvi sa

soif de contes à l'âge de 15-16 ans et depuis, elle a eu envie de les faire partager, de les réécrire et de les réinterpréter à sa manière. Ce dimanche après-midi, c'est avant tout des contes issus du monde paysan, pleins de bon sens tout autant que de fantaisie et de générosité que les aînés ont entendu. Ils ont écouté attentivement les péripéties des personnages, qui se succèdent tout au long de ces contes traditionnels.

C'est ce répertoire qu'elle a choisi de raconter à des personnes qui ont beaucoup arpenté les chemins de l'existence. D'après elle, ce qui compte, c'est de « se repose, se re-reposer dans ce qui fut, et puis VIVRE, vivre jusqu'au bout en se sentant vibrant, animé par le rire, l'émotion, la tendresse... ».



# UNE SORTIE PETIT TRAIN PROPOSEE PAR L'APEG

## Une après-midi réussie



Le mercredi 27 juin, l'APEG a offert aux résidents une balade dans Bozouls. Conduit par Jean-Marie Trémolières, le petit train de l'Office de tourisme leur a permis de redécouvrir le village sous un beau ciel bleu. Personne ne se lasse d'observer cette extraordinaire curiosité géologique, appelée « Trou de Bozouls ». Les falaises constituant le site sont façonnées en calcaire, roche très tendre. Au fond, coule le Dourdou qui prend sa source près de Lassout et se jette dans le Lot après Conques. Cette rivière poissonneuse sillonnée offre sur sa longueur de beaux parcours de pêche en toutes saisons. En contrebas, la plupart des habitations sont des anciens moulins qui étaient nombreux sur les bords du Dourdou et de l'Aveyron. On y venait pour moudre la farine, mais aussi pour écraser les noix et les pommes.



Durant 1h30, au gré de divers commentaires, historiques, géologiques ou tout simplement anecdotiques, les résidents ont parcouru le Bozouls moderne et le vieux village. Le Vieux Bozouls commence par la place des tours, lieu d'où démarre le sentier botanique mis en place tous les ans par les bénévoles du club nature. Ces deux tours médiévales ne sont pas totalement rondes, du fait qu'elles abritaient un escalier en plus des petites pièces.



Sur le rocher, les résidents ont pu observer le quartier du Château et ses constructions médiévales datant du 9<sup>ème</sup> siècle : à cette époque, il y avait une place fortifiée et le village s'étendait autour des remparts. Le château fut habité par plusieurs chevaliers dont les comtes de Rodez qui le possédèrent jusqu'au 13<sup>ème</sup> siècle. Au fil des siècles, les maisons se sont construites au fond du trou, autour des tours pour s'étendre petit à petit sur le coteau. Au 19<sup>e</sup> siècle, le village s'est développé vers la route nationale et la petite ligne de chemin de fer. Les quartiers du Château ont gardé leur nom malgré la disparition de la place forte (disparition due au fait que les habitants ont utilisé les pierres des fortifications pour construire leur habitation).



Une « pause goûter », proposée par notre amicale, a accentué le plaisir de chacun Place du Portalet. A l'époque, c'est le lieu où le pont levis donnait accès à l'intérieur de la fortification. Nous y avons savouré la bonne fouace d'Odile, agrémentée d'une boisson.



Les bénévoles de l'APEG, si souvent présents au sein même de la Maison d'accueil, jouent un rôle essentiel dans le maintien de la vie sociale des résidents. Encore



une fois, ce fut un beau moment de partage et de complicité...



# LA BOUTIQUE SOLIDAIRE DU CENTRE SOCIALE SE DEPLACE AUX CASELLES

## Nombreux résidents ont flâné dans cette boutique éphémère

Depuis le mois d'octobre 2017, une boutique solidaire a vu le jour au Centre Social de Bozouls. Coordonnés par Isabelle Derensy, animatrice famille, les bénévoles ont eu la bonne idée de déplacer leur boutique aux Caselles le temps d'une après-midi afin que nos aînés puissent en profiter...

Cette boutique pas comme les autres, a un double objectif : développer l'achat solidaire et venir en aide aux personnes démunies. Tout ce qui est vendu provient de dons. Avant d'être mis en vente, chaque don est trié. Les produits proposés en boutique sont en excellent état et à des tarifs très bas (1 euro dans la plupart des cas). Le tarif même dérisoire des ventes permet de responsabiliser les acheteurs. L'accueil se veut « comme dans une vraie boutique », les clients peuvent essayer dans une cabine, des miroirs sont à leur disposition... Elle est ouverte tous les jeudis matin de 9h à 13h et un samedi par mois. Le profit réalisé permet d'acheter des denrées pour la Banque Alimentaire notamment les Paniers Solidaires qui agrémentent les distributions de légumes de saison.

Le jeudi 5 juillet, toute la matinée, les bénévoles (Odette, Evelyne, Annie, Viviane, Marie-Thérèse, Martine et Huguette) ont transformé la salle polyvalente de la Maison d'Accueil : installation de portants, mise en valeur des vêtements et des chaussures... Rien de tout cela n'aurait été possible sans leur travail et leur investissement. L'après-midi les résidents ont pris le temps d'essayer ce qui leur plaisait, accompagnés par les bénévoles et certains membres du personnel. Une soixantaine d'articles ont été vendus, c'est dire, si cela leur a plu...

Un grand MERCI aux bénévoles pour leur implication et pour ces moments de partage. Le bénévolat est un moyen de se sentir utile, de s'épanouir, de rencontrer des gens, de créer du lien... Mission accomplie !



# VISITE DE LA COOPERATIVE DE LAGUIOLE

## Un beau moment de partage avec les EHPAD de Saint Chély et de La Primaube



Vendredi 6 juillet, 7 résidents, accompagnés de Nadège et Elsa, sont montés dans le Nord Aveyron, à Laguiole pour visiter la coopérative fromagère « Jeune Montagne ». Cette sortie a été organisée avec la Maison Abbé Pierre Romieu et l'EHPAD Saint Anne afin que les résidents puissent se rencontrer et échanger.



A travers la diffusion d'un petit film faisant le parallèle entre les méthodes d'hier et celles d'aujourd'hui, et la visite de l'usine de fabrication, les résidents ont pu (re)découvrir le fonctionnement de la coopérative.

Aujourd'hui, 75 fermes et 110 producteurs travaillent avec cette dernière et se concentrent sur 3 départements : l'Aveyron, le Cantal, la Lozère. Les traditions ont été mises en place par les moines dans les burons

(bâtiments assez vétustes et rustiques en pierre et basalte qui servaient d'abri pour les buronniers). Lors de la transhumance, ils amenaient leurs troupeaux sur le plateau de l'Aubrac. Une méthode d'exploitation basée sur la traite a démarré en transformant du lait en fromage. C'est de là qu'est issu le fromage Laguiole et la tome fraîche destinée à l'aligot.

Dans les années 1960, c'est pour que le Laguiole ne disparaisse pas avec les burons que la coopérative de Laguiole a été créée par un groupe d'éleveurs de la région. A ce jour la coopérative est pratiquement le seul fabricant de Laguiole. Elle bénéficie d'une Appellation d'Origine Contrôlée (AOC) depuis 1961, ce qui garantit une qualité s'appuyant sur les méthodes d'autrefois (lait cru entier et non pasteurisé pour pouvoir exprimer toute la flore présente, lait récolté de vaches de race Aubrac et Simmental...).



# VISITE DE LA COOPERATIVE DE LAGUIOLE



Le lait est collecté tous les jours dans les fermes. Puis, il est placé dans des bacs avant d'être emprésuré (de l'enzyme va être ajouté, ce qui va permettre au lait de coaguler). Le cailler va être obtenu, puis sera brassé avant de poser. Il va remonter en haut de la cuve, puis va être sorti manuellement pour être mis dans les presses. Le pressage dure 1heure à 1h30. Le lendemain matin, la tome est prête : une partie restera de la tome, l'autre servira à faire le fromage (elle sera broyée et mélangée à du sel avant d'être transformée en fourme de 50kg). Le temps de pressage de ces fourmes va durer 2 jours. Au bout de ces 2 jours, le fromage ira en cave 4 mois minimum.



A la fin de la visite, tous ont pu déguster le Laguiole. Certains en ont même acheté pour eux ou pour leurs proches.



Un pique-nique était prévu sur l'Aubrac mais les averses orageuses nous en ont empêché. Nos amis de Saint Chély nous ont donc invités pour prendre notre repas chez eux. Même si nous n'avons pas pu respirer l'air pur du plateau de l'Aubrac autant que nous l'aurions aimé, c'est en minibus que nous avons pu observer les magnifiques et emblématiques paysages. Ils ramènent à l'authentique, au dépaysement, rappellent le terroir. L'immensité de ce plateau réveille un sentiment de liberté.



Après, un repas convivial et chaleureux, une pause dans les jardins de Saint Chély, nous avons repris la route pour être de retour à temps pour voir la France disputer le quart de finale de la Coupe du Monde de football.

# FREDERIC REBOIS NOUS A FAIT VOYAGER

## A la découverte de l'Iran



Le samedi 7 juillet, Frédéric Rebois a su captiver, par l'évocation de ses récits, la quarantaine de résidents présents. Photos très colorées à l'appui, chacun a eu plaisir à partager son merveilleux périple en Iran. Un voyage en solitaire qui s'est nourri de merveilleuses rencontres et d'émotions et qui a permis à Frédéric Rebois de se débarrasser du modernisme pour se retrouver face à lui-même et à l'essentiel.

Pour lui, voyager, c'est :

- Partager : « Existe-t-il tant de différences que ce qu'on imagine, au plus profond de « l'étranger » qui est pour nous celui qui vit de l'autre côté de la Terre, et « l'étranger » que l'on est pour lui ? »
- Marcher : « Partir faire un périple, c'est m'alourdir simplement d'un sac à doc, histoire de m'alléger l'esprit, de déposer les fardeaux de la vie quotidienne occidentale et de l'ouvrir à l'instant présent. La marche pour faire tomber les barrières entre les hommes, car c'est aller vers l'autre humblement, pas pour ce qu'on représente mais pour ce que l'on est réellement. Mes jambes sont mon seul moteur, en permanence au contact et au rythme de la terre. Avancer, dans la joie ou la souffrance, mais avec toujours comme résultat une meilleure connaissance de soi.

Les résidents ont pu découvrir l'Iran sous un regard bien différent de celui que les médias veulent bien nous montrer. A travers de nombreux clichés de paysages exceptionnels et les commentaires précis de Frédéric Rebois, nous avons pu nous enrichir de la culture, de l'architecture locale et de l'histoire de ce pays. Du Nord au Sud, d'Est en Ouest, nous avons voyagé de Téhéran au mont Sabalan (4811 mètres), en passant par la vallée de l'Ahr, Persepolis et en traversant le désert.

Merci à lui...

Il reviendra prochainement pour nous amener en Bolivie, « les pieds sur terre et la tête dans les étoiles ».



# MUSIQUE APAISANTE ET BEAU VOYAGE DANS L'IMAGINAIRE DES RESIDENTS



**Jean François Labit : « Les vibrations relient les humains au-delà des frontières... »**

Musicothérapeute-clinicien, formateur et chercheur en musicothérapie, musicien-compositeur, vice-président de l'Espace de réflexion éthique du centre hospitalier Sainte-Marie de Rodez, Jean-François Labit conduit l'étude « Musicothérapie et meilleure gestion du stress et de l'anxiété ». Ce professionnel de la santé ne cesse d'explorer des ailleurs sonores qui conduisent « au plus près de l'intime de soi ». Fort de recherches foisonnantes, Jean-François s'exclame volontiers : « Méditer en musique, se ressourcer, mettre à distance douleurs diverses et souffrances, c'est possible et hautement ressourçant ! »

La preuve ! L'après-midi du dimanche 8 juillet, à l'invitation de l'animatrice du Centre de la Mémoire Vivante, cet alchimiste du son a fait une belle unanimité dans la salle polyvalente, embarquant les résidents pour un voyage peu habituel, le musicothérapeute ayant chanté et joué du clavier pour donner à entendre des inspirations musicales fondées sur l'écoute intérieure. Façon de rappeler quelques notions essentielles en musicothérapie, notions « qui peuvent être expérimentées par chacun d'entre nous », insiste-t-il.

## **Une première en France**

Jean-François Labit est l'un des rares musicothérapeutes-cliniciens d'Occitanie. Ses presque trente années d'expérience en font une référence nationale dans le domaine toujours plus vital du prendre-soin de soi. Sa pratique clinique quotidienne et son irrépressible besoin de brasser des inspirations classiques et orientalisantes aident à surmonter les souffrances psychiques, physiques ou neurologiques dont souffrent nombre de nos contemporains, et pas seulement des personnes âgées !



# MUSIQUE APAISANTE ET BEAU VOYAGE DANS L'IMAGINAIRE DES RESIDENTS

Par souci de réaffirmer les vertus de cette forme d'approche pluri-sensorielle à vocation thérapeutique, Jean-François a créé la collection « Musique et thérapie ». Pour le second CD, il s'est associé à un pianiste d'exception : Nicolas Dru, professeur au Conservatoire à rayonnement départemental de l'Aveyron. Cette sonothèque est avant tout dédiée aux équipes soignantes et aux patients des établissements de soins comme le centre hospitalier Sainte-Marie et le réseau de santé Palliance 12. Son projet « Musicothérapie », coréalisé avec Palliance 12, a d'ailleurs permis la réalisation du CD « Musicothérapie et gestion de la douleur », qui comprend une étude avec des patients « volontaires et acteurs de leurs soins » sur l'ensemble du territoire aveyronnais. Une première en France.

Les résidents qui, l'autre dimanche, ont eu la chance d'être confrontés à la prestation de Jean-François Labit garderont le souvenir d'un ailleurs vivifiant d'apaisement et de bien-être profond. Porté par ses projets et riche de ses talents, Jean-François convoque à merveille le corps et l'esprit. Pour les réunifier et les harmoniser.

Daniel

*Jean-François Labit au clavier : un créateur en recherche de résonances apaisantes et un chercheur passionné par la formation et la supervision d'ateliers d'expressions sonores, vocales et musicales spécialement adaptés à des structures hospitalières ou médico-sociales.*



PORTRAITS REALISES PAR DANIEL

## DES PISTES POUR ALLER PLUS LOIN :

- <http://blue-note-concept.blogolink.com>
- <http://lanauze.com/36-collection-musicotherapie>
- [www.deezer.com](http://www.deezer.com) ou [amazon.fr](http://amazon.fr) (création musicale 2018).
- <https://vimeo.com/77054936> (co-création d'un film écrit et réalisé avec des résidents de l'Ehpad Sainte-Marthe (Ceignac) : « *La vie c'est toi, c'est moi, c'est nous* »).
- <https://soundcloud.com/blue-note-12/cd-musicotherapie-jf-labit-sophierebois-diff21mars2016mp3>, « *Musicothérapie et gestion de la douleur* », émission-présentation et écoute du CD.
- <https://soundcloud.com/blue-note-12/cd-musicotherapie-jf-labit-sophierebois-diff21mars2016mp3>
- « *Entre texte et prétexte : une création musicale intergénérationnelle en Ehpad* », revue *Empan* N°91, Éditions Erès : <https://www.editions-eres.com>

# LA MUSIQUE COMME THERAPIE

## Jean François Labit, compositeur et musicien, aide à surmonter les souffrances par la musique



Le dimanche 8 juillet 2018, Jean-François Labit est venu aux Caselles pour proposer un voyage musical aux résidents. La musique, au-delà de l'aspect culturel, est bien connue pour avoir des bienfaits sur l'organisme. C'est pourquoi J.-F. Labit, infirmier musicothérapeute au sein du Centre Hospitalier Sainte Marie à Rodez, travaille depuis 25 ans à insérer la musique dans le milieu médical.



On sait depuis l'Antiquité que la musique influe sur le psychisme. Et de nombreux travaux en neuropsychologie et neurobiologie ont confirmé, ce qui était jusque là une connaissance empirique, les effets de la musique sur le cerveau. *« A travers la pulsation, le rythme, l'harmonie, nous arrivons à créer un bulle dans laquelle les personnes se sentent mieux. Le plaisir de jouer, de chanter, de s'exprimer, d'échanger à travers la voix ou l'instrument sont extrêmement importants dans une démarche de décontraction et de lutte contre le stress et la douleur »* dit Jean-François Labit.



Aux Caselles, les résidents ont passé une merveilleuse après-midi. Au son des musiques qu'ils appréciaient par le passé, ils ont retrouvé du plaisir à fredonner les airs de leur jeunesse entre autre. Nombreux sont ceux qui ont entonné le refrain d'une chanson, tapé des mains, bougé



les pieds au rythme de la musique... Un moment qui nous a bien prouvé que la musique est un langage universel et favorise les relations au-delà des mots. Les résidents ont replongé dans leurs souvenirs et retrouvé des émotions, le temps d'une chanson.

L'énergie positive de Jean-François Labit a procuré apaisement, sourires et bien-être. Une véritable cure de jouvence !

# LA CHORALE « O MUSICA » DU VESINET (78) A FAIT UNE HALTE AUX CASELLES

## Des enfants de 12 à 18 ans ont chanté avec leur Choeur

Parcourant chaque année une partie du chemin de Saint Jacques de Compostelle, ils donnent des concerts au sein de chaque village. Ayant été contactés par Elsa, ils ont accepté de s'arrêter à la Maison d'accueil pour donner un concert le mardi 10 juillet à 15h, avant de se produire à Sainte Fauste le soir.

Les Choeurs d'enfants (7-12 ans) et de jeunes (13-20 ans) d'O MUSICA sont dirigés par Marie Golhen depuis 2002. Ils comportent 25 jeunes choristes qui se produisent régulièrement, soit indépendamment, soit avec les chœurs adultes dont ils partagent une partie du répertoire. Ainsi, ils ont notamment donné à plusieurs reprises en 2005 le 'Miserere' d'Allegri. Ils se sont produits en 2006 au Printemps Musical du Pecq, avec des airs de Mozart et les "Litanies à la Vierge Noire" de Poulenc. En 2007, ils ont donné au Théâtre du Vésinet l'opéra-jazz "Le joueur de flûte de Hammelin", composé et dirigé par Thierry Lalo. En Avril 2011 ils se sont produits au théâtre Alexandre Dumas à St Germain en Laye avec un programme alliant Mozart au groupe suédois Abba! En 2017 ils ont à nouveau participé à Europa Cantat à Lyon.



# LA CHORALE « O MUSICA » DU VESINET (78) A FAIT UNE HALTE AUX CASELLES



Les jeunes ont chanté des chants tels que « Benedicamus Domino » du XIIème siècle, « Thou knowest Lord » et « You hay » de Purcell, « Due Pupile » et « Lucie care » de Mozart, « Wiegenlied » de Brahms et des chants « spiritual » comme « O Burden down », « Heaven is a wonderful place » ou « Let's sing a halleluia ». Nelly, bénévole de l'APEG, a même été invitée à chanter

avec eux.



A la fin du concert, résidents et jeunes du Chœur ont partagé un goûter. Il faut dire que Marie Golhen, chef de Chœur, et Geneviève Foulquet, sont animées par des valeurs humanistes qu'elles amènent aux enfants au

cours du séjour mais également lors des répétitions tout au long de l'année. Nous n'avons plus qu'à les remercier chaleureusement pour leur passage bénévole au sein de notre Maison.



Un CD a été offert aux résidents qui possédaient un lecteur CD dans leur domicile



# SORTIE AU JARDIN DES BETES

## Résidents et bénévoles du Centre Social se sont promenés ensemble à Gages



Après, la visite des jardins de Villecomtal, une nouvelle sortie rassemblant bénévoles du Centre Social et résidents des Caselles a été organisée. Le jeudi 19 juillet, 8 résidents et 5 bénévoles se sont rendus au Jardin des bêtes de Gages accompagnés d'Isabelle, animatrice Famille, de Nelly, bénévole de l'APEG, d'Aurélië, aide soignante et d'Elsa.



La visite du parc animalier a commencé par le bonjour d'un dromadaire. Puis, nous avons suivi le chemin tracé au travers du parc, qui permet une grande proximité avec les animaux connus de tous : cygnes, paons et canards. Nous avons pu côtoyer toutes sortes de mammifères et d'oiseaux, mais également des animaux insolites comme les ouistitis, les fennecs, les renards polaires, les chiens de prairie, les aras !



La plupart du parcours étant ombragé, notre balade a été des plus agréables malgré la forte chaleur du jour. Au milieu des nombreux espaces verts, nous avons pris le temps de nous arrêter sur les nombreux bancs présents pour nous hydrater, nous reposer, rire et discuter.



Un spectacle de 30mn, contant l'histoire des plus beaux villages de l'Aveyron, miniaturisés en pierre de taille par un artisan maçon, met en scène des centaines de santons et d'automates retraçant les gestes et métiers d'autrefois... Un moment très apprécié !



Une journée très réussie qui nous encourage à poursuivre cette dynamique. Maria Julien, résidente qui a été accompagnée toute l'après-midi par Jean-Louis Rouquette, bénévole sur le projet des Jardins Familiaux, n'a cessé de répéter sa gratitude envers lui pour ce beau moment de partage. Selon Isabelle Derensy, cette après-midi « nous conforte dans l'idée que l'intergénérationnel à ces âges de la vie fonctionne aussi » !



# VISITE DE L'EXPOSITION JEAN MARC

## A la découverte du « forgeron humaniste »



Le mercredi 18 juillet, plus d'une vingtaine de résidents se sont rendus à la Galerie de Bozouls. Accueillis par Frédéric Lombardi, service communication de la Mairie de Bozouls, et



par Alain Marc, fils de Jean Marc, ils ont pu découvrir les créations artistiques de Jean Marc (1924-2008), artiste internationalement connu en son temps.

Forgeron d'art, peintre, sculpteur et conteur, il a laissé une œuvre « forte, poétique et profondément humaine », qui parle autant aux nouvelles générations qu'aux aînés. Les résidents ont pris beaucoup de plaisir à observer les sculptures en fer et les huiles sur toile réalisées. Certains ont apprécié le travail minutieux, d'autres davantage la dimension



créative de ces œuvres accompagnées de textes illustratifs tout aussi poétiques les uns que les autres.

Odile et Nelly sont restées à la Galerie pour accompagner les résidents dans cette découverte et leur ont offert le goûter, tandis qu'Elsa faisait des allers-retours en minibus afin que tous les résidents intéressés puissent venir. Merci à nos bénévoles



pour leur aide précieuse. Sans elles, le nombre de résidents participant à cette sortie aurait été réduit.

Cette après-midi là, le hasard a bien fait les choses. Nous avons croisé Daniel, ancien animateur des Caselles, venu passer une partie de l'après-midi avec



nous et qui a pris les photographies présentes sur cette page. Des résidents heureux de le revoir !



Cette exposition, pour toutes ces raisons, a beaucoup plu et a parlé autant aux bricoleurs, aux artistes qu'aux intellectuels...

Photographies de  
Daniel Escoulen

# CONCERT DE MUSIQUE CLASSIQUE

## Thibault Chanteperdric et Nina Roueire à la Maison d'Accueil



Thibault Chanteperdrix et Nina Roueire, fille de Christian Roueire fidèle accordéoniste des Caselles, ont donné un concert de musique classique le samedi 21 juillet 2018 aux Caselles : Thibault au piano, et Nina à la clarinette.

Thibault Chanteperdrix a obtenu deux prix de piano, dont un au Conservatoire de Troyes et l'autre à celui de Reims. Il étudie actuellement l'accompagnement et la musique de chambre au Conservatoire Paul Dukas du douzième

arrondissement de Paris. C'est d'ailleurs dans ce conservatoire qu'il a rencontré Nina Roueire, en 2015, alors qu'ils jouaient ensemble, avec deux autres camarades, le *Quatuor pour la fin du temps* d'Olivier Messiaen. Thibault accompagne par ailleurs toute l'année les chœurs de l'école Massillon, dans le quatrième arrondissement de Paris, et donne de nombreux cours de piano. Nina Roueire étudie actuellement le clarinette au Pôle Supérieur de musique de Paris-Boulogne Billancourt. Elle est régulièrement sollicitée pour jouer avec divers orchestres et ensembles et enseigne également la clarinette. Thibault et Nina se produisent régulièrement ensemble, en duo ou en plus grande formation, pour expérimenter un répertoire varié, entre oeuvres de répertoire et arrangements, de Mozart à Poulenc, en passant par Beethoven ou encore Offenbach.

Ce jour-là, devant un public attentif, calme et particulièrement silencieux, tous deux ont interprété de grands thèmes rythmés comme le lac des cygnes. La musique classique donne à entendre un langage profond qui parle à tous. De l'incontournable Ave Maria, au sonato pour clarinette et piano de Czardas de Monto, ces œuvres ont favorisé un moment unique ! Ce concert a favorisé le bien-être des personnes âgées, soudain plus légères et plus apaisées. Merci à ces jeunes talents, pour ce beau répertoire éclectique.



# L'ANE REVEUR, UNE FACON DE S'EVADER SANS PARTIR LOIN

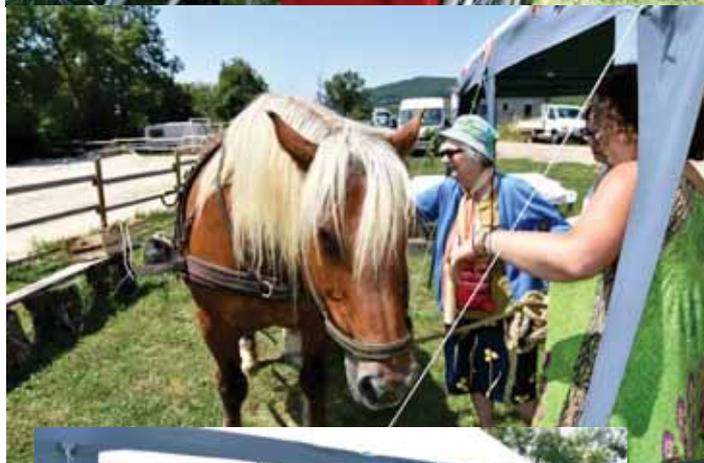
## Médiation par l'animal avec Laëtitia Tarayre



Le mardi 24 juillet, par une journée chaude et ensoleillée, 11 résidents se sont rendus, chez Laëtitia Tarayre à quelques kilomètres de Bozouls. Sous une tonnelle, une brise légère donnant un peu d'air, les résidents se sont assis et ont pu profiter de ce que Laëtitia, petite fille de la résidente Marie-Thérèse Clerc, et ses enfants leur avait préparé.



Rien que le fait d'arriver dans ce lieu, au beau milieu de la nature, était source de décontraction et de détente, mais la présence des animaux a rajouté du pétillant. Le contact des ânes, du cheval, des cochons d'inde et de ce petit poulet particulièrement docile a permis à chacun d'être actif que ce soit par le soin (brossage, toilette, nourrissage), par de simples moments de caresses ou par une promenade en carriole.



# L'ANE REVEUR, UNE FACON DE S'EVADER SANS PARTIR LOIN



Laëtitia, formée à la médiation par l'animal à l'Institut Français de Zoothérapie, par sa pédagogie, sa bienveillance et sa douceur, a permis à chacun de se sentir à l'aise et valorisé. Selon elle, c'est « une méthode qui cherche à favoriser les liens naturels entre les humains et les animaux afin de susciter des réactions visant à maintenir ou à améliorer le mieux-être physique, psychologique ou social des bénéficiaires. L'animal médiateur devient un facilitateur de relation, il permet la mise en place d'une passerelle entre le bénéficiaire et les personnes qui l'entourent. Elles se sentent utiles, car c'est elles qui prennent soin de quelqu'un. »

Une chose est sûre : le contact avec l'animal est apaisant et tranquillisant, et cette après-midi en a été la preuve. Les résidents étaient souriants, détendus et heureux de ces échanges affectifs, de ce moment de connexion à la nature. Une sortie que les résidents souhaitent voir se renouveler, d'autant plus qu'ils ont énormément apprécié la bonne fouace maison préparée par la maman de Laëtitia.

## [Extrait du site de l'âne rêveur](http://www.lanereveur.fr/)

« L'âne est un merveilleux compagnon. Son caractère prudent lui fait valoir cette expression « Têtu comme un âne » Il réfléchit beaucoup et analyse toutes les situations, il prend le temps.... Ses grandes oreilles seront à votre écoute, pas besoin d'accompagnateur. Un arrêt, un regard, tous ces petits signes vous feront découvrir, de-ci, de-là, une bestiole sortie d'un buisson, l'oiseau mystérieux et bien d'autres choses... »

<http://www.lanereveur.fr/>

# LES RENCONTRES MUSICALES DE CONQUES S'INVITENT A LA GRANGE DE SEVEYRAC

## Flamboyante histoire d'une transmission familiale

La résidente Céline Maurel, mère d'Annie Rieucou, et grand-mère de Jean-Louis Rieucou, peut être fière de ses enfants et petits-enfants ! Certes, tous ne sont pas cités ici, mais il convient de s'incliner devant le petit exploit réalisé par les Rieucou de Séveyrac...

Samedi 28 juillet 2018, en effet, après avoir arpenté le « chemin des moines » en compagnie de Thierry Rudelle, architecte spécialisé dans le patrimoine, les passionnés de

musique savante se sont retrouvés dans un écrin de verdure que les résidents connaissent bien : les jardins de la Grange de Séveyrac (1). C'était pour assister au concert métissé « The Rhythm Alchemy », donné par le Trio Chemirani, Vincent Segal et Sokratis Sinopoulos ; un concert représentatif de ce qui se vit aux Caselles en matière d'intergénération et de transmission...

Mais auparavant, à l'écoute de Jean-Yves Rieucou, tous ont découvert, en présence de Jean-Luc Calmelly, l'ancienne possession de l'abbaye cistercienne de Bonneval dont l'origine remonte au XIIe siècle. Jean-Yves, propriétaire de la Grange de Séveyrac avec son épouse Anne, commenta cet inestimable patrimoine architectural que tous deux restaurent et animent.



Le petit-fils de la résidente Céline Maurel commente les lieux, avant de faire filer l'aligot...



Puis vint l'heure très attendue du concert décentralisé des Rencontres Musicales de Conques. C'est à un riche et surprenant voyage rythmique que convia alors le Trio Chemirani, associé à deux instruments à cordes frottées qui ont apporté leurs propres colorations.

Un père et ses deux fils, accompagnés de migrants venus des quatre coins du monde, ont offert au public de Bozouls et sa région un grand moment tout à la fois méditatif et festif !

# LES RENCONTRES MUSICALES DE CONQUES S'INVITENT A LA GRANGE DE SEVEYRAC

## Il était une fois un père et ses deux fils...

Ancrés dans des traditions fortes, ces musiciens virtuoses n'ont cessé de naviguer entre les rencontres transculturelles insufflées par l'Iran - contrée d'origine de la famille Chemirani. Au cœur d'une précieuse transmission intergénérationnelle, un père âgé (76 ans) et ses deux fils jouèrent du zarb, une percussion séculaire qu'ils entraînent sur tous les territoires sonores. Sous l'impulsion de Djamchid Chemirani (zarb et lecture poétique), Keyvan Chemirani (zarb, percussions, santour, direction artistique) et son frère, Bijan Chemirani (zarb, daf, saz), ont mêlé leurs talents à ceux de Vincent Segal (violoncelle) et Sokratis Sinopoulos (lyre crétoise). Ces artistes de renommée internationale, qui savent se retrouver en des lieux uniques, par-delà leurs prestations respectives à travers les continents, ont fait preuve d'un grand sens musical allié à une technique irréprochable. Remarquablement accompagné par ses fils, Djamchid Chemirani a montré l'importance qu'il y a d'ouvrir la pratique culturelle persane à d'autres traditions. Le Trio Chemirani a ainsi révélé des nuances spirituelles qui confèrent à ses étonnantes polyrythmies tambourinées un pouvoir réellement envoûtant.

Cette soirée d'exception fut l'aboutissement heureux d'une réflexion concertée de longue date entre le Centre Européen de Conques, maître d'œuvre des Rencontres Musicales, et la ferme-auberge « La Grange de Séveyrac », aménagée dans un cadre authentique de bois, de pierre et de lauze. La soirée ne pouvait que s'achever par le partage chaleureux d'un aligot au feu de bois et d'un pavé de bœuf bio de race aubrac ! Quand les nourritures terrestres épousent les nourritures de l'esprit, l'Aveyron se spiritualise, tout en gardant les pieds bien enracinés dans la terre nourricière. Du terroir à l'universel, la musique peut tout ! La famille Rieucau, sensible à l'histoire d'un père de famille amoureux de la musique de ses ancêtres, qui a su transmettre son art à ses enfants, entend réitérer l'événement dès la saison prochaine. On la comprend !

*Daniel*



Jean-Yves Rieucau met le plus grand soin à préparer un aligot onctueux qui ne tardera pas à faire le bonheur de musiciens émérites entourés d'une centaine de convives...



Le concert vient de s'achever dans un tonnerre d'applaudissement. De gauche à droite : Djamchid Chemirani (zarb, lectures poétiques et mystiques), Sokratis Sinopoulos (lyre crétoise), Vincent Segal (violoncelle), Bijan Chemirani (zarb, daf, saz) et Keyvan Cherimani (zarb, percussions, santour, direction artistique).

# DIAPORAMA PHOTO



## La campagne mise en valeur par Florinda

Lundi 30 juin, Florinda, aide-soignante à Clairvaux et photographe amateur, est venue aux Caselles pour proposer un diaporama photo commenté aux résidents.

Passionnée de photographie depuis près d'une dizaine d'années, elle a appris seule ou avec les conseils d'amis. Dès qu'elle ne travaille pas, elle part vers Villeneuve d'Aveyron ou dans les causses de Salles-Courbatiès et se balade en pleine nature, son appareil photo à la main, à l'affût d'instantanés précieux à saisir, à immortaliser.

Depuis deux ans, Florinda participe au salon de la photographie de Limogne-en-Quercy (46). En 2017, elle a fini 3<sup>ème</sup> sur 26 exposants et cette année, première... C'est dire si cette photographe a du talent !

Aux résidents, elle a montré des clichés tous plus beaux les uns que les autres. Elle est attentive autant à la faune

(escargots, chevreuils, buses, pigeons, vaches, coccinelles, papillons, libellules, grenouilles, insectes, canards...)

qu'à la flore (orchidées sauvages, hortensias, arbres aux feuilles d'automne, épis de blés, ...). Elle aime également photographier le monde agricole et ses travaux des champs, les couchers de soleil ou les cascades d'eau.

N'ayant pas pu visionner en une fois toute l'étendue de son travail, Florinda s'est proposée de revenir l'année prochaine. Un rendez-vous que nous ne manquerons pas... Merci à elle !



Florinda pose aux côtés des photographies qui lui ont permis d'obtenir le premier prix du Salon de la photographie à Limogne-en-Quercy. Un salon qui cette année a compté plus de 700 visiteurs.



# « COLORISSIMO », EXPOSITION DE CHRISTINE BARRES

## Une douzaine de résidents se sont plongés dans les gourmandises de sa peinture

Le jeudi 2 août, une douzaine de résidents se sont rendus à la Galerie de Bozouls pour découvrir l'exposition Colorissimo, de la nièce du résident Jean Cabrol, Christine Barres. Ils apprécient toujours ces rapides balades de proximité qui leur permettent de s'évader, d'autant plus lorsque c'est une enfant du pays qu'ils ont connue de près ou de loin.

Se baladant dans la Galerie, nos aînés, accompagnés par Etienne Champredonde, bénévole de l'APEG, et Nathalie Ribeira qui nous a chaleureusement accueillis, ont pu voyager au milieu de ces œuvres à la charnière de l'abstrait et du figuratif. Une chose est sûre : cette peinture colorée est remplie de générosité et d'optimisme !

Christine Barres aime exposer aux côtés de Christophe, autodidacte, tout comme elle, qui se consacre entièrement à la sculpture. Il emploie des matériaux de récupération (ferraille, toile de jute, chaînes, vis, outils...). Il aime assembler, sculpter et souder des matériaux usés par le temps afin de leur donner vie par le biais de sculptures figuratives, de personnages ou d'animaux. Ce travail du fer a beaucoup plu aux résidents, notamment aux plus manuels.



### Qui est Christine Barres ?

« Née en Aveyron en 1960, Christine Barres se passionne depuis son plus jeune âge pour l'art. Depuis plus de 30 ans, elle peint au couteau de grands aplats de couleur. De ses expositions dans les grandes métropoles telles que New-York, Shanghai ou Abu Dhabi, elle n'a eu de cesse de peindre le monde urbain d'un point de vue enchanteur. Elle se tourne aujourd'hui vers le portrait avec la même fougue qui la caractérise. » (document fourni par la médiathèque de Bozouls).

# JEAN PHILIPPE SAVIGNONI EST VENU CONTER LES MYSTERES DE L'AVEYRON

## Toute légende tient sa part de vérité

Le samedi 4 Août 2018, Jean Philippe Savignoni, conteur du patrimoine, a invité les résidents à pénétrer au cœur de l'Aveyron et de ses mystères lors d'une séance de projections vidéos et d'histoires contées.

Avec Paul Astruc, Jean-Michel Cosson, ils ont amassé archives et documents de première main, exhumant des trouvailles historiques et insolites. A travers des histoires extraordinaires, il nous a fait voyager dans le temps et l'espace, du réel vers l'imaginaire, à la découverte d'un Aveyron plein de surprises. Au détour de chaque histoire, des événements et des personnages exceptionnels ont surgi, tirés d'archives souvent inédites : de Victor, l'enfant sauvage, au géant Cot, en passant par l'enchaîné de Rodez, le géant de l'Aveyron, l'affaire Fualdès et la maison hantée du Lévezou.

Doté d'un talent de conteur exceptionnel, Jean Philippe Savignoni a rapidement fait entrer les aînés de la Maison d'accueil dans un monde étrange où le drame côtoie l'humour, le suspense et la vérité... N'ayant pas eu le temps de tout nous conter, un rendez-vous sera pris pour 2019.



# ATELIER PORTRAITS

## Une quarantaine de résidents se sont pris au jeu avec Maxime Authier



Dimanche 5 Août, Maxime Authier, photographe professionnel, est venu aux Caselles et a installé son studio photo. Une première pour lui comme pour nous...

Au départ, cet atelier devait permettre à un petit groupe de résidents de se faire prendre en photographie, mais également prendre en main l'appareil afin de faire des portraits. L'atelier ayant eu un vif succès, c'est près d'une quarantaine de résidents, sans compter les nombreuses familles et bénévoles, qui se sont pris au jeu.



Si l'on doit retenir quelque chose de cette après-midi, c'est avant tout l'atmosphère détendue et conviviale qui régnait dans la salle polyvalente. Lorsqu'ils ne passaient pas devant l'objectif, nos aînés regardaient les autres s'amuser, orientés par les conseils avisés de Maxime. Le photographe, par son sens du relationnel et sa convivialité, aidé par des membres du personnel et des familles très investis, a permis à tous ceux qui le souhaitaient d'immortaliser leur visage. Maria Galut qui fêtait ses 99 ans ce jour là a même pu prendre un cliché avec tous ses proches...

Après avoir été exposée, une photographie a été offerte à chaque résident. Certains en étaient tellement fiers qu'ils les ont encadrées dans leur domicile, d'autres ont préféré la donner à un membre de leur famille. Ceux qui le souhaitaient ont pu en commander directement au photographe. Un beau moment créateur de lien et fédérateur, source de plaisir et de rires...



# DECOUVERTE DU MUSEE DENYS PUECH A RODEZ

## Et de son exposition temporaire « L'art et la matière »

Le jeudi 9 Août, quelques résidents se sont rendus au Musée Denys Puech. Cette sortie effectuée en commun avec la résidence Jean XXIII (Rodez) leur a permis de découvrir le musée du célèbre sculpteur originaire de Gavarnac, situé dans la commune de Bozouls.

Ce musée a été conçu pour abriter le fond d'atelier de Denys Puech, donné à la ville de Rodez dans les années 1910. Les collections et les expositions temporaires se déploient sur trois étages différents. Après avoir découvert les collections liées à Denys Puech et à ses deux amis Maurice Bompard et Eugène Viala, au rez-de-chaussée, c'est au premier étage que nous nous sommes imprégnés des œuvres de l'exposition « L'Art et la matière ». Cette galerie de sculptures à toucher propose aux visiteurs une découverte singulière de l'art au moyen de dix moules de sculptures issus de la collection du musée Fabre et du musée du Louvre. A cette occasion, les résidents ont été invités à appréhender les moules du bout des doigts et à vivre une expérience nouvelle, intime et sensorielle.

Par la suite, ils ont bénéficié d'un atelier d'initiation au modelage animé par une médiatrice culturelle. Avant de partager un goûter collectif et de rentrer aux Caselles, chacun a pu exprimer sa créativité durant une demi-heure.



# DES INITIATIVES QUE L'ON NE PEUT QUE FELICITER

## Oh les belles couvertures !



Aidées par Odile, Monique, Etienne et Colette, plusieurs résidentes (Simone, Marie Thérèse, Denise et d'autres) ont repris les aiguilles. Carré après carré, de toutes les couleurs, elles confectionnent des couvertures. Ces couvertures partent à Lourdes où elles réchauffent le dos et les jambes des pèlerins en fauteuil. André lors du pèlerinage diocésain les amène à l'Accueil Notre Dame de Lourdes.

A raison de 25 couvertures par an, cela fait aujourd'hui pas moins de 100 ouvrages réalisés par les tricoteuses.

Des pelotes orphelines trouvent ainsi une nouvelle vie...

Christiane Viguié

## Fabrication de coussins pour la Maison d'Accueil

Nos bénévoles ont plus d'un tour dans leur sac quand il s'agit de couture ! Trois séances de l'atelier tricotage ont été consacrées au rembourrage de coussins, servant au quotidien aux résidents afin d'être plus confortablement installés...

Merci à elles pour ces belles initiatives et pour le temps passé à contribuer à l'amélioration de l'accueil des résidents !



# LA MEMOIRE DU TERROIR EN L'HONNEUR DU MAÎTRE CABRETAIRE



## Joseph Périé, fine fleur des bals musette d'autrefois

Figure emblématique de notre bon vieux Rouergue chantant et dansant, le maître cabretaire Joseph Périé nous a quittés le mardi 7 août, à l'âge de 94 ans. Sa famille, ses amis, ses voisins et les musiciens de la Cabrette du Haut-Rouergue se sont retrouvés pour témoigner de leur peine lors de ses obsèques qui furent célébrées en l'église de Fijaguet-de-Rodelle. Depuis des années, Joseph Périé résidait aux Caselles, où il aimait à jouer avec Amans Batut, Robert Bras et quelques autres accordéonistes, mais aussi avec le poly-cornemusiste Antoine Charpentier (qui enseigne la cabrette aux élèves du Conservatoire de l'Aveyron), quand ce n'était pas avec les Faisseliers d'Agen, éternels gardiens de la langue et de la culture occitane. Joseph Périé était l'auteur, avec Robert Bras, d'un CD « La Fête au Pays », précédé de deux CD et K7, « Les airs du Pays » et « On danse au Pays ». Vaste et coloré était son répertoire : bourrée, valse, marche, polka, mazurka, scottish..., de quoi entonner haut et fort : « Dansons le brise-pied », « Prends ta cabrette » et « Lou Mazuc », que tous reprenaient en chœur. La tradition, rien que la tradition : tel était le leitmotiv de Joseph, qui prenait très au sérieux la nécessité de transmettre aux jeunes générations (parfois même par l'entremise du Centre de la mémoire vivante et certains projets d'expression théâtrale qui lui offraient la possibilité d'incarner son propre rôle), cette musique qu'il aimait tant et qu'il avait apprise seul – musique qui l'avait fait vibrer pendant quatre décennies et plus, et qui lui donnait le sentiment qu'il n'avait pas tout à fait fini de cajoler la cabrette...

### Heureux de rendre les autres heureux

Mais qui n'a connu, en pays espalionnais, Joseph Périé de Baldaro et sa cabrette ? Précisons vite que l'appellation « de Baldaro » n'est pas du tout un titre d'antique noblesse, mais simplement le lieu d'origine de cet être diaphane, au sourire si doux, un être résolument à part qui fut – et reste à jamais – le vertueux compatriote de nombre d'occitanistes.

Baldaro, on le sait, est un lieu-dit proche de Saint-Julien-de-Rodelle : c'est là que vivaient modestement Joseph et ses parents. « *Pourtant, observe Amans Batut, qui a rarement la langue d'oc dans sa poche, on ne devait pas s'ennuyer à Baldaro puisque, enfant, il manifestait déjà des dons de musicien. Donc, à ses vingt ans, en 1945, dans le sillage entraînant de l'abbé Bion, les jeunes de la JAC (Jeunesse agricole chrétienne) ne manquèrent pas de l'enrôler comme accordéoniste, mais surtout cabretaire.* »



Il est vrai qu'après cinq années de guerre, de nazisme, de tristesse et de malheur collectif, la jeunesse ne demandait qu'à revivre. Et ce fut l'explosion des « Coupes de la Joie » ! Chaque village, à tour de rôle, tenait à organiser sa *vòta*, sa fête votive, quitte à mettre les bouchées doubles pour rattraper le temps perdu. La paix retrouvée ne donnait que plus d'ardeur au travail pour relancer l'économie

du pays. Ainsi naquirent les « Trente Glorieuses »...

Pendant des décennies, Joseph, fidèle parmi les fidèles, entraîna le groupe folklorique « La Cabrette du Haut-Rouergue » dans ses folles équipées. En un mot, il était heureux de rendre les autres heureux. Il avait du charisme et de l'empathie. Il n'y avait qu'à voir avec quel plaisir il faisait chanter sa cornemuse occitane lorsque quelque bon vieux copain s'asseyait à ses côtés avec l'accordéon : il semblait alors que Joseph était dans un tout autre monde !

Les rythmes musicaux de notre folklore lui faisaient littéralement *quilhar l'artelh* (animer l'orteil pour donner la cadence à l'aide des grelots de pied). Et son répertoire musical était phénoménal ! Ne connaissait-il pas les airs de plus de cent chansons ?

### Émerveillé comme un enfant

*« Un jour, raconte le fervent Amans Batut, il accepta de me montrer, son répertoire secret : un tout petit carnet entoilé et mince, de 5/8 cm, la taille d'un carnet de papier à cigarettes JOB, qu'utilisaient les fumeurs de Scaferlati ordinaire. Ce précieux recueil, si minuscule, vieux de septante ans, contient une liste de titres calligraphiés sur un papier très fin et solide, à la plume Sergent-Major. Il y en a 140 et quelques, autant en occitan qu'en français, en bourrées, valse, polkas endiablées ou regrets poignants... »*

Joseph confiait alors à son ami Amans : *« Celle-là, tu vois, je l'ai jouée à la fête d'ici ou de là, à la noce d'un tel ou d'une telle, à la vòta de tel village ou à l'enterrement de 'X' ou 'Y'... »*

Tout un accompagnement de vies et de familles, dans le bonheur comme dans le deuil. Louisette Frank, sa compatriote de Saint-Julien, nous l'avait écrit justement : *« Il était à la noce de mon fils Daniel avec Sophie. Et voilà qu'on se retrouve ensemble à la Maison d'accueil les Caselles ! Et toujours avec son sourire, sa bienveillance, sa bonne humeur, Joseph n'a qu'un souci : c'est de rendre les autres heureux... »*

Le jeudi 19 octobre 2017, en compagnie d'autres résidents, Joseph Périé avait été du voyage – ou plutôt de la sortie – lors d'une visite commentée de la Maison de la cabrette et des traditions de l'Aubrac, au cœur même du hameau de Vines, sur la commune de Cantoin. Sa rencontre avec Jean-Louis Claveyrolles y fut déterminante ! Le facteur et joueur de cabrette se pencha sur l'instrument déposé là par l'ami Joseph. Apparemment défectueux, il l'ausculta attentivement, lui rendit souffle et vie ! Il n'en fallut pas davantage pour remettre du baume au cœur de l'innocent Joseph, émerveillé comme un enfant à la découverte d'un lieu tellement représentatif de son art ! Un souvenir totalement impérissable pour les animateurs Elsa et Daniel, et pour les résidents qui ont partagé pareil moment au soir de sa longue et douce vie.

# ATELIER « PAROLES DE CHANSONS »



## Partage et générosité avec Najib l'Artisan Chanteur

Le jeudi 24 Août, Najib, l'Artisan Chanteur, est venu animer une après-midi musicale aux Caselles.

C'est une animation pour le moins atypique et originale que les résidents ont pu vivre. Dès 14h30, une trentaine d'ainés rassemblés dans la salle

polyvalente ont pu faire la connaissance de Najib. Dès son arrivée, il a donné le ton avec son enthousiasme et sa joie de vivre. Pendant 1h30, il a saisi les mots proposés pour les mettre aussitôt en musique. Ecrits sur un tableau, chaque mot a pris sens et vie. Najib, guitare à la main, les a mis en chanson. Tout en restant fidèle aux paroles des résidents, il a veillé à leur musicalité. Auteur, compositeur et interprète, son expérience en la matière et sa rigueur ne laissent pas de doutes ! La chanson créée a fait écho au parcours de vie des aînés, ce qui est une première. Lors de tous les ateliers qu'il a pu animer, ce sont uniquement des chansons d'amour qui ont été écrites.

Après le goûter, Najib avait invité Julie Cartal, soprano originaire de l'Aveyron, qui a interprété avec lui quelques titres poétiques et engagés de son album « Né ainsi ». Certains morceaux ont été introduits par des anecdotes romancées par Najib. Ce petit concert s'est clôturé par l'interprétation de la chanson créée par les résidents.

Une expérience intéressante et une animation interactive qui valorise les participants... Najib, avec sa convivialité naturelle et sa bienveillance, a su tendre l'oreille et ouvrir son cœur.

### CHANSON ECRITE PAR LES RESIDENTS

#### REFRAIN

De l'Aubrac au Quercy  
Du Rouergue, on est d'ici.  
De la Viadène au Ségala  
Ou dans le Causse, notre vie est bien là.

Grand père- Grand-mère,  
Racontez-moi un peu votre vue  
Dans quel pays, dans quelle contrée ?  
Dans quel village, êtes-vous nés ?

Grand père – Grand-mère,  
Quel métier avez-vous fait ?  
Eleveur ou agriculteur ?  
Buronnier ou charpentier ?

Grand père – Grand-mère,  
Étiez-vous heureux et amoureux ?  
Combien d'enfants dans votre cœur ?  
Font-ils toujours votre bonheur ?



# LES RESIDENTS ONT PROFITE DE L'ETE

## Une balade au marché d'Espalion



Le vendredi 24 Août, 3 résidentes se sont rendues au marché d'Espalion. Au programme de la matinée : une balade dans les rues pavées au milieu des stands. Des fruits et légumes de toute fraîcheur, des bons petits plats, des produits du terroir, des fromages, des olives et tapenades, des

plantes, des épices, des vêtements, des bibelots... Chaque vendredi matin, le centre-ville d'Espalion grouille d'activité, de mille couleurs et d'autant de senteurs...

Une petite pause s'est ensuite imposée : un petit café accompagné d'un bon morceau de fouace... un moment de détente et de discussion très apprécié !



## L'esplanade des Caselles : haut lieu de nombreuses parties de pétanque

Dès que les beaux jours arrivent, il est agréable d'aller s'asseoir, de discuter ou de jouer aux cartes sous les arbres sur l'esplanade des Caselles. En fin d'après-midi, certains résidents prennent beaucoup de plaisir à jouer à la pétanque. Assis ou debout, tout le monde peut participer ou regarder... Il faut dire que nous avons à faire à de vrais amateurs. A force de pratiquer, la précision et les gestes reviennent, le vocabulaire spécifique aussi « tu tires ou tu pointes ? ». Un jeu convivial qui se pratique régulièrement aux Caselles avec les bénévoles et les familles...



# SORTIE ANNUELLE AU BURON DES ENGUILHENS

## Bol d'air sur le plateau de l'Aubrac



Le 30 Août 2018 a été vécu comme une parenthèse heureuse dans la vie d'une douzaine de résidents, accompagnés par Jocelyne Castanié, André Fric, bénévoles, Nadège Régis et Elsa Rouquette, membres du personnel. Tous ont, en effet, passé une journée dépaysante au Buron des Enguilhens, répondant en cela à une invitation de la Maison de retraite de Saint-Chély-d'Aubrac.

Cette échappée au grand air, qui a également vu la participation de la Résidence Jean XXIII (Rodez), s'inscrivait dans les actions du Groupement de coopération sociale et médico-sociale (GCSMS) « Ensemble Pour La Vie ».

En toute fin de matinée, David Morin, directeur de la maison de retraite Abbé Pierre- Romieu, s'occupa à préparer une bonne flambée afin de griller les saucisses et surtout faire filer l'aligot attendu de tous.

Situé à près de 1400 mètres d'altitude, se rendre au Buron des Enguilhens c'est respirer à pleins poumons dans cette nature calme. Dehors, à l'ombre des arbres, le musicien Christian Roueire, qui avait été sollicité pour la circonstance, fit jaillir de son accordéon des airs du terroir dont les résidents, qui ne se lassent pas, fredonnent joyusement. Jean-Daniel Tarayre, lui-même originaire de Saint- Chély, joua de l'harmonica et récita des contes d'autrefois.

Quelques résidents guidés par Gisèle, s'enfoncèrent dans un proche sous-bois à la recherche du thé d'Aubrac. Même si ce n'était plus la saison, nos aînés ont pu en ramasser un petit sac.



Une journée ressourçante d'échange entre résidents ...

# JEAN-LOUIS ROUQUETTE AUX CASELLES

## L'Aubrac n'a pas de secret pour lui

Le samedi 1<sup>er</sup> octobre, Jean-Louis Rouquette, zootechnicien à la retraite, fort de ses 40 ans de carrière en lien avec l'activité de l'Aubrac, est venu animer une conférence aux Caselles. Celle-ci a beaucoup plu aux résidents puisqu'il a présenté l'évolution de l'Aubrac du Haut Moyen-Age à nos jours.

Nul n'est sans savoir que l'Aubrac couvre 3 départements : l'Aveyron, la Lozère et le Cantal. Au Moyen-Age, la seule ressource de l'Aubrac est l'herbe, ce qui n'a pas toujours été le cas puisqu'avant il y avait des forêts qui ont été défrichées par les moines de la Dômerie d'Aubrac, qui étaient propriétaires de grosses surfaces. A la révolution, les biens de l'Eglise ont été confisqués et redistribués. C'est donc la main d'œuvre qui a travaillé les exploitations. Dans les années 1880, la population en Aubrac étant très importante, il est donc devenu

nécessaire de produire des produits finis pour faire vivre le maximum de personnes : émergence de la race Aubrac, veaux (beauf de travail, bœufs gras), corne pour les couteaux, utilisation du lait (fromage, aligot, petit-lait pour engraisser les porcs charcutiers), liqueur de gentiane. Les foires ont un rôle essentiel.

Dans les années 1960-70 a lieu une période de crise avec la remise en cause du bœuf de traite due à l'apparition des tracteurs, l'abandon de la traite de la race Aubrac qui n'est plus considérée comme une laitière et l'arrêt dans la production des produits finis, des couteaux de Laguiole. Dans les années 1970, des chercheurs donnent des pistes d'action et prônent un retour vers l'esprit des lieux. Les éleveurs sont formés pour se tourner à nouveau vers des produits finis en améliorant la qualité de la viande et de la filière laitière. Dans les années 1980-90, l'objectif est de faire reconnaître la qualité des produits : la race Aubrac revient, le fromage de Laguiole ainsi que les couteaux se développent parallèlement au tourisme. Depuis 2005, la qualité est reconnue officiellement, il faut aujourd'hui la maintenir. Le Parc National Régional d'Aubrac, créé en 2018, contribuera sûrement à la rendre pérenne...

Cette conférence illustrée par des photographies a interpellé et fait réagir les résidents, qui ont écouté très attentivement Jean-Louis Rouquette. Une intervention vivante qui a fait appel à la mémoire de nos aînés tout en leur apprenant de nouvelles choses... Merci à lui pour cette belle transmission et à bientôt (il nous a gentiment proposé de revenir prochainement faire une intervention sur les oiseaux).



## Mademoiselle Foussac a représenté l'Aveyron

### Qu'est ce que Citoyennage ?

**Citoyennage** est une démarche qui lie **Citoyenneté** et **Grand âge**. Aujourd'hui, il arrive encore trop souvent que l'on décide « pour » les personnes âgées, et pas « avec » elles, sur des questions qui les concernent au quotidien.

Il est essentiel de permettre aux personnes accompagnées en établissement et à domicile d'exercer leur droit de citoyen : elles peuvent, mieux que personne, parler de la vieillesse, de leurs difficultés et de leurs envies. Pour les professionnels, il s'agit de soutenir une démarche participative, permettant à chacun d'enrichir sa pratique professionnelle.



### Citoyennage... pourquoi ?

- Parce que les **personnes âgées sont les mieux placées** pour parler de la vieillesse et de leur quotidien.
- Parce que l'on reste **citoyen toute sa vie** et que l'âge et le handicap ne constituent pas un frein à la libre expression et au libre arbitre.
- Parce que s'exprimer, s'informer, échanger, et s'enrichir d'expériences nouvelles permettent d'améliorer la **qualité de vie** au quotidien dans les établissements et au domicile.
- Parce que la loi du 2 janvier 2002 demande aux établissements de s'inscrire dans une **démarche active** d'écoute et de prise en compte de la parole des résidents.

### Citoyennage... pour qui ?

- Pour les **personnes âgées participantes**, qu'elles vivent à domicile ou en établissement. Parce qu'elles restent des personnes responsables, qui s'impliquent et conservent, de ce fait, une position sociale reconnue.
- Pour l'**ensemble des personnes âgées des structures participantes**, au sein desquelles se développe une véritable dynamique.
- Pour les **personnels accompagnateurs** qui dans un cadre nouveau, redécouvrent les résidents à travers une relation différente et réfléchissent sur leur pratique quotidienne, en échangeant avec d'autres professionnels.
- Pour les **directeurs** qui peuvent ainsi inscrire dans la culture des établissements la prise en compte de la parole des personnes âgées ; leur soutien est donc déterminant.

# COLLOQUE NATIONAL CITOYENNAGE A PARIS



Mademoiselle Foussac, accompagnée de Pierre Roux (Directeur des Caselles), de Léon Brégou (membre du Conseil d'Administration des Caselles), d'Elodie Piqué (coordinatrice des activités de la Résidence Jean XXIII à Rodez) et de Mathilde Merlhe (Responsable du Pôle Droit des Usagers), s'est rendue à Paris, les 6 et 7 septembre dernier pour représenter les établissements du Département de l'Aveyron, au premier Colloque National « Citoyennage », organisé par l'AD-PA (Association des Directeurs auprès des Personnes Agées).

Mademoiselle Foussac a parfaitement représenté la « Maison d'Accueil des Caselles » mais également les autres établissements du département participant à cette démarche Citoyennage. Elle a rencontré des résidents de toute la France, porte-paroles de leur Département, et ainsi apprécié une promenade-dîner en bateau mouche sur la Seine.

Ainsi, alliant représentativité et plaisir, cette résidente des Caselles a pu profiter de la beauté de notre Capitale.

## Mathilde Merle, Responsable du Droit des Usagers



# UN SPECTACLE DEDIE AUX SENIORS

## La Compagnie Moulin à Paroles a fait l'unanimité



Le mercredi 12 septembre 2018, la compagnie Moulin à Paroles (basée à Toulouse) est venue présenter aux résidents son nouveau spectacle. Les spectacles de celle-ci sont exclusivement réservés et adaptés aux seniors qu'ils soient

en milieux hospitaliers, en maisons de retraites ou en résidences services. La compagnie a été primée Manivelle d'Argent du Festival International de Musique Mécanique des Gêts 2014 (l'un des plus importants festivals européens d'orgues de barbarie).

Le Moulin à Paroles est un duo de musiciens chanteurs, costumés Belle époque, avec Ben, animateur chanteur à l'orgue de barbarie, et Cathy au Chant, accordéon, et tuba. Ce spectacle très interactif, intimiste et convivial a énormément plu aux résidents. Les artistes ont incité tous les résidents à participer le plus possible, à sortir de leur isolement en abordant avec eux l'histoire de l'orgue de barbarie, en chantant et dansant sur les refrains des chansons qu'ils connaissent bien, comme La Romance de Paris, la Java Bleue, La vie en rose... Ils ont été invités à venir tourner la manivelle, à porter les chapeaux des chanteurs...

Cathy étant ancienne auxiliaire de vie, c'est un public qu'elle connaît bien et qu'elle aime beaucoup. L'important pour elle est que les résidents participent à l'animation et retrouvent l'envie de sourire et chanter après leur venue. Durant le spectacle, elle est venue les voir individuellement avec son accordéon, les a incités à chanter, danser, même en fauteuils roulants... Ben les a bousculés joyeusement avec son humour et ses références historiques parfois très farfelues.

Une partie du spectacle est un cabaret 1900, avec un décor Paris Moulin Rouge, durant lequel les résidents ont pu se détendre et devenir spectateurs sur airs classiques, découvrir d'autres chansons réalistes, des airs de cirque retro, et rire un peu avec Ben et ses explications humoristiques. La qualité artistique était au rendez-

VOUS...



Photographies prises par  
Agnès Grella et Françoise  
Barrière

# DOMINIQUE JEANNE, ACCORDEONISTE DE TALENT

## « L'autre visage de l'accordéon »

Le samedi 29 septembre 2018, Dominique Jeanne et son épouse se sont déplacés depuis le Tarn pour proposer leur concert à la Maison d'Accueil. Dès 15h, les résidents réunis dans la salle polyvalente ont pu profiter d'une heure trente de spectacle.

Dominique à l'accordéon et Marie-Claude au chant ont fait voyager les résidents en musique dans le temps,. Dominique entre chaque morceau a interagi avec les résidents, faisant appel à leurs souvenirs, leur racontant des anecdotes...

Il faut dire que Dominique Jeanne a toujours baigné dans la musique. Il a commencé à l'âge de 4 ans, puis a étudié au Conservatoire jusqu'à l'âge de 16-17 ans. Il s'est ensuite professionnalisé dans un orchestre de variété (accordéoniste et organiste) avant de rentrer dans une troupe de spectacle pour enfants où il était clown auguste musicien, durant 25 ans. En 2010, lorsqu'il a pris sa retraite, il est devenu autoentrepreneur. Ils font actuellement entre 120 et 130 dates par an. Un homme généreux et passionné par son métier...



# LE QUINE ORGANISE PAR L'APEG A FAIT SALLE COMBLE

## Un jeu de hasard qui fait des heureux !

Le grand quine organisé durant l'après-midi du dimanche 30 septembre 2015 à la salle des fêtes de Bozouls par l'Amicale Pour les Echanges entre les Générations (APEG), en concertation avec la Maison d'accueil les Caselles, a été une nouvelle fois une réussite.

Environ 250 personnes ont été fidèles à ce nouveau rendez-vous annuel placé sous le signe de la convivialité. Quarante résidents y ont participé, souvent avec leurs familles et/ou amis. À peine arrivés, les aînés ont été bien accueillis : plusieurs pleines tables leur étaient réservées et un carton leur était offert. Ils n'eurent donc qu'à s'adonner à ce super loto !

Les bénévoles, plus impliqués que jamais, ont tout organisé, de l'achat des lots à l'installation et au rangement de la salle. Au micro, les numéros ont été énoncés par Henri Maurel et Michel Harant. Un goûter a été offert par la Maison d'Accueil avec des gâteaux cuisinés par les résidents lors d'ateliers. L'investissement remarquable des bénévoles n'a qu'un but : la solidarité ! Ce quine est important pour ses bénéficiaires qui financent des actions en direction des résidents : chocolats pour Noël, spectacles, sortie au restaurant, cadeaux personnalisés etc.

La participation du public à ce quine permet renforcer la qualité de vie des résidents. Cet événement est donc précieux aux yeux de tous... !



# DES ACTIVITES PROPOSEES PAR LE PERSONNEL SOIGNANT

## Lorsque l'imagination parle

Certains après-midi, le personnel soignant met en place des activités pour le plus grand bonheur des résidents.



Qu'il est bon de se retrouver autour d'une petite table pour créer de multiples choses avec ses mains. Certains viennent ici afin de fabriquer des petits objets, d'autres viennent pour discuter ou donner leur avis. L'important étant de participer, d'échanger et de se remémorer des souvenirs

En bout de table, on s'attelle à la création d'animaux en pompons : des pompons, qui rappellent tellement de souvenirs. Toutes les dames présentes vous diront : « *On passait plusieurs heures à en confectionner durant les longues soirées d'hiver* ». L'objectif de l'époque était de le faire trôner au sommet d'un bonnet tricoté à la main. Aujourd'hui, nous en assemblons deux et les customisons afin de créer des chats, des poules, des hiboux... « *Moi, j'enroule le cercle en carton avec la laine* » explique Eliane Gély. « *Qu'il est mignon* » nous confie Odette Recoules, le sourire aux lèvres. « *Le petit hibou me plaît beaucoup* » ajoute Michèle Combes.

Si vous regardez de l'autre côté de la table, vous apercevrez d'autres petites mains en train de créer des fleurs en crépon. Là aussi, tout en pliant, froissant et collant celui-ci, des souvenirs refont surface.

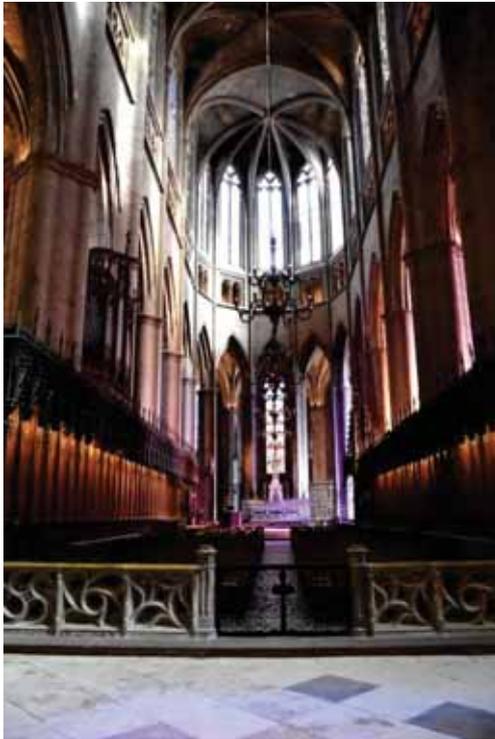
Pour finir, on peut apercevoir un homme très concentré sur le coloriage d'un minutieux mandala. « *Il vaut mieux être précis* » nous conseille Jean-Louis Coupiac. Le feutre danse sur le papier et de belles couleurs apparaissent petit à petit et comblent chaque partie blanche de ce coloriage. « *Cela fait passer le temps* » ajoute ce dernier. Sourires et bonne humeur au rendez-vous...

Amélie Segonds  
Aide Médico-Psychologique



# LES TRESORS CACHES DE LA CATHEDRALE DE RODEZ

## Une visite commentée par Jean Philippe Savignoni



Mercredi 3 Octobre 2018, Jean Philippe Savignoni a fait découvrir à 7 résidents, accompagnés par Cathy et Elsa, l'histoire merveilleuse de la cathédrale Notre-Dame de Rodez.



Suspendus aux paroles de ce guide érudit du patrimoine, les résidents ont pu découvrir des détails qui échappent au commun des visiteurs.

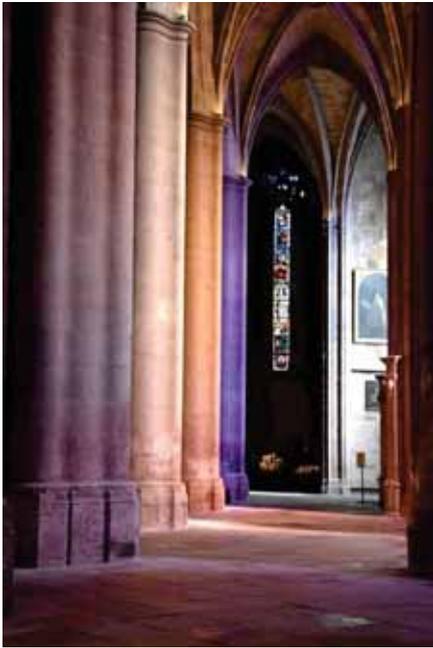


Le mot cathédrale vient de cathèdre, siège de l'évêque au propre comme au figuré. Au Moyen Age, les évêques ont pour mission de veiller à ce que la cathédrale soit terminée. Sa construction va prendre 3 siècles. Les premières pierres vont être posées au 13<sup>ème</sup> siècle. Dix évêques vont se succéder et vont essayer de garder le même plan.

C'est un chantier incroyable : la cathédrale fait 106 mètres de long, 30 mètres de haut, près de 10000 personnes peuvent y rentrer (comme ce fut le cas lors du tricentenaire).



# LES TRESORS CACHES DE LA CATHEDRALE DE RODEZ



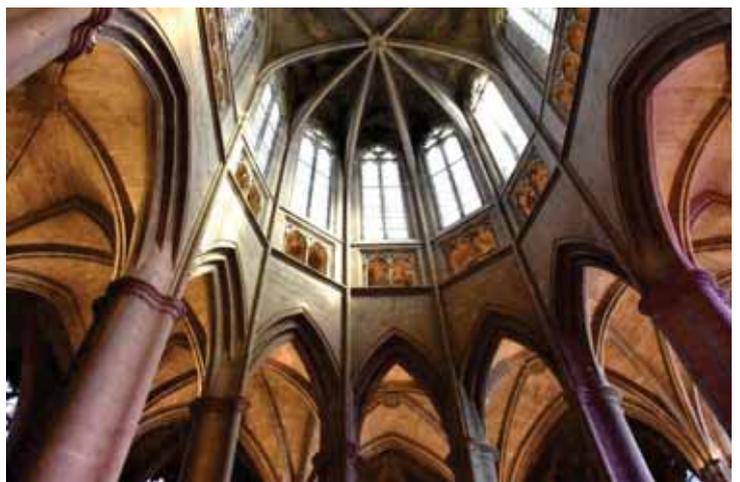
Cette cathédrale a une particularité, elle n'a pas comme toutes les autres une entrée à l'ouest et l'autel à l'est. Sa construction ayant eu lieu pendant la guerre de 100 ans, elle a servi de rempart (deux traits de lumières fins ont servi de meurtrières au lieu d'y construire une porte).

L'on apprendra aussi la façon dont elle fut construite. Rodez a la chance d'avoir encore quelques morceaux des grues en bois qui furent utilisées, de quoi contredire la légende : pour hisser les pierres en hauteur, on aurait apporté une montagne de terre sur la place d'Armes, une sorte de plan incliné pour que les charrettes et les pierres puissent y monter. On raconte même que certaines personnes de la ville auraient jeté quelques pièces en or que l'on recouvrait de terre pour qu'une fois la cathédrale achevée, il y ait plus de

monde pour aider à enlever la terre.

Tout au long de la visite, Jean Philippe Savignoni a effectué un exposé clair et accessible à tous. Les résidents se sont passionnés pour ce monument qui a traversé les guerres, les épidémies et l'incendie du clocher en 1510. De chapelle en chapelle, il nous a expliqué toutes sortes de curiosités... comme par exemple, la finesse d'une sculpture d'évêque, gisant telle qu'on pourrait la croire habillée de tissus. Un travail minutieux qui a sans doute pris plusieurs années.

Une visite passionnante avec ce conteur du patrimoine, qui nous fera l'année prochaine visiter le musée Fenaille.



# MARIE HELENE NURY, MUSICOTHERAPEUTE EN FORMATION

## La musique, une thérapie non médicamenteuse



Les effets de la musique sur le moral sont bien connus, mais on sait moins qu'elle est bienfaisante pour le cerveau et source de bien-être, même dans le cas de maladies neurologiques. C'est pourquoi la Maison d'Accueil des Caselles a bénéficié le temps d'une après-midi de l'intervention de Marie-Hélène Nury, harpiste de talent en cours de formation de musicothérapie.

Le 5 Octobre 2018, arrivée aux Caselles dès le début d'après-midi, elle a commencé par aller à la rencontre de certains résidents pour des séances individuelles. Ces moments de rencontres dans les domiciles entre les aînés et Marie-Hélène ont été forts, parfois même émouvants. Elle a su écouter, comprendre et s'adapter à chacun. En fin d'après-midi, Marie-Hélène a donné un concert pour tous dans la salle polyvalente, interprétant des airs irlandais, écossais, médiévaux mais aussi des morceaux Sud américains, plus entraînants et plus dansants.

Jouant de la harpe depuis l'âge de 7 ans, Marie-Hélène Nury a découvert que cet instrument était utilisé dans les hôpitaux aux USA. Elle a alors commencé à s'intéresser à l'utilisation de la musique dans un cadre thérapeutique. Elle s'est inscrite à une formation américaine qui lui a donné l'envie. Elle a alors décidé d'entamer également une formation longue de musicothérapeute clinicien.

Pendant 4 ans, elle s'est occupée de sa grand-mère qui a été résidente aux Caselles. Ses troubles cognitifs étant devenus importants, elle a pu constater que parfois le verbal n'avait plus de sens, mais quand elles chantaient, quand elle lui jouait de la harpe, elles se retrouvaient différemment. Elle a aimé ces moments là et souhaite proposer à d'autres personnes âgées, souvent en perte de repères, de pouvoir exister et de s'exprimer en leur proposant un support musical. « Chaque rencontre est unique et c'est ce que j'aime », nous livre Marie-Hélène Nury.

La harpe est un instrument apaisant grâce à son timbre particulier. Un pur moment de détente pour le corps et l'esprit...



Merci à Marie-Hélène d'avoir créé cette ambiance harmonieuse et douce.

## SORTIE « AU FIL DU RAIL »

### Visite d'une cité ferroviaire miniature à Agen d'Aveyron



Le mercredi 10 octobre, 7 résidents, accompagnés par Nelly et Elsa, sont partis en balade à travers un paysage imaginaire, chez Gervais Camels à Agen d'Aveyron. Il leur a durant une heure fait découvrir les deux réseaux de trains miniatures, illustrant son ingéniosité.

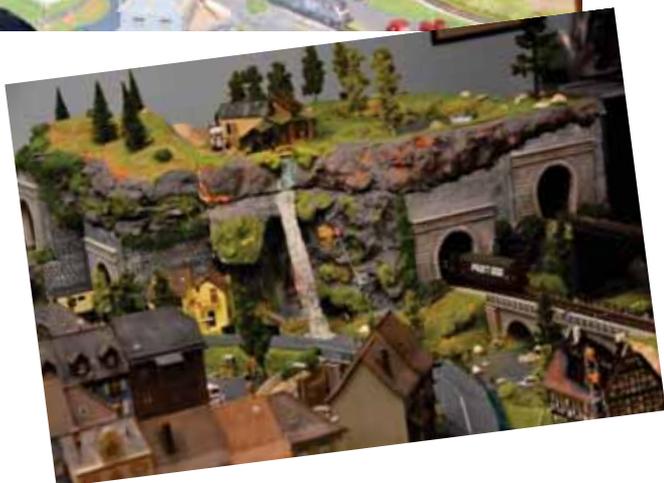
Passionné de modélisme ferroviaire et de tout ce qui touche aux trains, il a durant 5 ans travaillé sur des réseaux de trains implantés sur différents décors tous animés.



La passion des trains lui vient de sa famille, qui travaillait à la SNCF. A 6 ans, il jouait avec des trains et sa passion ne l'a jamais quitté. Ayant une formation d'électricien automobile, il a créé des circuits électriques pour faire vivre ses maquettes: sous le grand circuit, il y a 1,5 km de câbles. Des trains circulent en traversant plusieurs décors avec effets spéciaux, animations sonores et visuelles... À la vue des nombreux détails du plateau, on ne sait où poser son regard. Le bûcheron abat un arbre au son de la tronçonneuse. La fumée s'échappe de la locomotive à vapeur. Les enfants s'amuse sur la balançoire. Les mariés prennent la pose devant l'église. La tondeuse se met en route. Un ouvrier utilise sa pelle près d'une maison en construction. A la nuit tombée, le réseau s'illumine.



Sur ce circuit, circulent trois trains sur 27 mètres de voies ferrées dont 76 voitures. On trouve également 272 minuscules personnages peints à la main et 37 lampadaires. Nos résidents se sont émerveillés du gros travail accompli.



# L'INTERGENERATIONNEL AU CŒUR DU CENTRE DE LA MEMOIRE VIVANTE



## L'expression théâtrale fait sa rentrée !

Comme chaque année depuis maintenant plus de 10 ans, Olivier Royer, metteur en scène et professeur de théâtre d'expérience, vient aux Caselles pour proposer aux résidents des ateliers d'expression théâtrale.



La saison 2018-2019 a débuté au mois de septembre. Ce projet se déroule en partenariat avec les deux écoles de Bozouls: ainés et enfants de CM2 de l'école Arsène Ratier (re)découvrent le théâtre d'improvisation alors qu'avec les élèves de l'école Saint François, il s'agit de créer une pièce de théâtre présentée à tous en juin. Au programme : travail sur le lâcher prise, la spontanéité, la confiance en soi...

A ce jour, une trentaine de résidents bénéficient de ce projet que ce soit en tant qu'acteurs ou en tant que spectateurs, auxquels se joignent des anciens salariés, des personnes âgées de Bozouls et des membres du personnel.

Depuis sa création, la Maison d'Accueil les Caselles met tout en œuvre pour aider chaque résident à se sentir utile et valorisé à travers le rôle et la place qu'il occupe dans la société, et ce, quel que soit son état de santé, son handicap ou encore son âge. Son Centre de la Mémoire Vivante vise à donner ou à redonner le goût de vivre aux personnes âgées, en utilisant la richesse de leurs compétences et leur histoire personnelle. Le projet de théâtre intergénérationnel est une des actions « phare » de ce CMV puisque la transmission et l'enrichissement mutuel sont indéniables. *« Les enfants sont des rayons de soleils qui rentrent aux Caselles. Je ne loupe aucun rendez-vous », « Leur spontanéité nous touche. Rien n'est calculé. Ils nous entraînent et cela nous fait du bien »* nous livrent deux résidentes. Des témoignages qui en disent long sur la portée et l'âme de ce beau projet qui a été coordonné pendant près de 10 ans par Daniel Escoulen, aujourd'hui à la retraite, aidé par Anita Ginestet. Les liens entre enfants et résidents commencent tout juste à se créer et ne feront que se renforcer au fil des séances...



# UNE GRILLEE DE CHATAIGNE ENSOLEILLEE

## Délices d'un après-midi de fête !

La grillée de châtaignes organisée par l'APEG s'est déroulée cette année sur l'esplanade de notre résidence. Le temps exceptionnellement beau a offert aux résidents et aux bénévoles un après-midi de choix, le vendredi 19 octobre. Comme tous les ans, André, Henri et Roger, nos maîtres grilleurs, se sont affairés autour de leurs brasers (fabriqués entièrement par André Rozières, ancien résident des Caselles) pour une cuisson parfaite des 25 kilos de châtaignes. Ces dernières ont été cueillies par certains bénévoles, dont Odile qui avait également préparé de la confiture de châtaigne et de la compote pommes/coing. Tout ceci relevé de cidre et de jus de pommes. Le soleil et la chaleur étant de la partie, la grillée de cette année a été colorée par les couleurs des nombreux chapeaux devenus obligatoires.

Nelly Pignan, bénévole de l'APEG



# L'ABBAYE DE BONNEVAL... LIEU DONT LES RESIDENTS NE SE LASSENT PAS

## Quand l'authenticité, la spiritualité se mêlent aux gourmandises

Le 8 novembre, par un temps ensoleillé, douze résidents se sont rendus à l'Abbaye cistercienne de Bonneval accompagnés par Elodie, aide-soignante, Odile, bénévole et Elsa.

L'Abbaye de Bonneval, datant du XIIe siècle, fut d'abord un monastère de moines cisterciens, puis abandonné à la révolution. Les ruines sont relevées en 1875 par une communauté de cisterciennes. Les moniales vivent du travail de leurs mains, et fabriquent un excellent chocolat : le fameux chocolat de Bonneval, vendu tant en Aveyron que dans des magasins monastiques étrangers.

Rien que le lieu est ressourçant. Sur la petite route sinueuse nous menant vers cette magnifique abbaye, chacun a pu admirer les couleurs d'automne de la vallée escarpée, de la forêt, puis une fois arrivés, les pavillons d'entrée au site et la vierge à l'Enfant (classée)

Après avoir regardé un film sur l'histoire et la vie de la communauté, les résidents ont pu poser à Sœur Brigitte les questions que ce documentaire a suscité chez eux : des questionnements sur leur mode de vie, le programme de leur journée, sur l'ambiance qui règne au sein de la collectivité mais également sur la foi et la spiritualité cistercienne. Un échange riche et profond...

Suite à cela, chacun a pu acheter, entre autre, des chocolats artisanaux, fabriqués avec beaucoup de soin dans les ateliers de l'abbaye désormais réputée. Au fil des ans, les recettes se sont améliorées et les machines se sont perfectionnées.

Aujourd'hui une partie de la production est automatisée.

Une sortie agréable et détendue que les résidents et leurs accompagnants ont particulièrement

appréciée.



# TOUS ENSEMBLE POUR BIEN MANGER EN EHPAD

## L'association Graines de Santé est intervenue aux Caselles



Afin d'améliorer la prise en charge nutritionnelle globale des résidents et en particulier la prévention, le dépistage et la prise en charge de la dénutrition au sein de l'établissement, l'association Graines de Santé a été contactée.

Une diététicienne nutritionniste, expérimentée en gériatrie, a piloté le projet dans l'établissement et a animé les différentes actions :

Diagnostic nutritionnel de

l'établissement : Il a été réalisé à partir d'entretiens avec le personnel de soin, le personnel cuisine et les résidents, ainsi qu'une participation à un déjeuner. Les différents points observés ont été : les procédures, les pratiques, les outils, les indicateurs, les menus, le ressenti. Ce diagnostic a donné lieu à un rapport écrit et à la rédaction de recommandations. Les repas servis aux Caselles satisfont les résidents dans l'ensemble. Ils se déroulent dans un cadre agréable. Le diagnostic a mis en évidence quelques pistes d'amélioration possibles telles que la mise en place de protocoles pour la prise en charge de la dénutrition et pour l'enrichissement « maison » qui seront un plus dans l'amélioration du suivi nutritionnel.

- Séances de sensibilisation et de formation des équipes : Des formations ont été réalisées sur des journées de 6h durant lesquelles se sont réunies 16 personnes des équipes de soin et de restauration afin de favoriser la cohésion et la communication entre les services.
- Atelier auprès des résidents : Un atelier a été animé le 12 novembre et a consisté à échanger avec l'équipe de cuisine. Dans un premier temps, Frédéric a expliqué son métier aux résidents et le fonctionnement des cuisines. Enfin, il s'agissait de confectionner les menus de Noël et du 1<sup>er</sup> Janvier 2019.
- Une séance de suivi à 6 mois et à 1 an après la fin des actions avec les référents nutrition permettra de faire le point sur les pratiques mises en place et les difficultés rencontrées.

Concernant l'atelier auprès des résidents, l'échange a été riche. Ils ont été très intéressés par le fonctionnement des cuisines et se sont plu à confectionner les menus des fêtes.

# UNE APPROCHE SOCIALE, TECHNIQUE ET DURABLE DES REPAS

## Le personnel des Caselles a suivi la formation « Gastronomie et bienveillance »

En 2016, l'association PALAIOS a lancé un ambitieux projet « Cultiver la bienveillance » afin de pouvoir accompagner chaque résident accueilli selon ses besoins, ses goûts, son histoire, son caractère, ses projets... Plusieurs formations ont eu lieu pour sensibiliser l'ensemble du personnel afin de développer une culture commune de la bienveillance dans les établissements. « Gastronomie et bienveillance », formation dispensée par Nutriculture, est le 5<sup>ème</sup> volet de cette grande aventure. Durant deux jours, des membres du personnel de la Maison d'accueil ont suivi cette formation qui vise à comprendre les multiples variables de l'avancée en âge et savoir adapter les textures des plats aux facultés des personnes accompagnées. Si le repas est un moment de partage, de convivialité et de plaisir, il ne l'est malheureusement pas pour tous. 50% des résidents en EHPAD sont dysphasiques (troubles de la déglutition) suite à des pathologies neurodégénératives, à des problèmes dentaires ou autres.

### Cultiver la bienveillance lors des repas

Former tous les professionnels à une meilleure connaissance des spécificités des personnes accompagnées permet un dépistage efficace pour que le repas soit adapté à chacun. Il est très important de proposer des assiettes soignées avec la bonne texture, des couleurs et des saveurs préservées afin que le résident identifie ce qu'il mange.

Susciter l'envie de manger est un moyen efficace pour lutter contre la dénutrition (de 38 à 45% en EHPAD) et d'autres problématiques du grand âge comme la sarcopénie (fonte musculaire), les chutes etc.

Cuisiniers et soignants doivent travailler ensemble pour comprendre toutes les caractéristiques, les facultés des personnes accueillies afin d'adapter de manière collective les projets de vie, de soin et l'environnement dans lequel le repas sera servi. Un repas apprécié est un vecteur de communication et d'image positive, favorisant le bien être du résident, la confiance des familles et l'engagement des équipes.

### Le manger-main

Cette méthode permet une alimentation identique à celle des autres, mais est transformée, coupée et adaptée pour favoriser la préhension. Sans s'en mettre partout, le résident se restaure et améliore son estime de soi. De plus aider une personne à être autonome diminue le risque de fausse-route et aide à maintenir ses capacités.

Cette formation nous a davantage fait prendre conscience de l'importance de servir des repas à la présentation soignée pour tous. C'est une démarche innovante et humaniste centrée sur le « prendre soin ». Nous devons promouvoir la bienveillance jusque dans l'assiette et cela n'est possible que par le biais d'un réel travail pluri professionnel.

**Bhamini Prayag, aide-soignante**

# UN APRES MIDI RECREATIF

## L'écho des Dolines est venu aux Caselles



L'« Echo des dolines », chorale de Lioujas, en pleine forme et avec un répertoire varié, est venue proposer

un après-midi en chansons, le jeudi 15 octobre 2018, aux résidents toujours réconfortés de se sentir entourés. Ces chanteurs d'aspect classique l'ont d'ailleurs fait avec le plus grand des plaisirs car ils aiment « faire du bien ». Ils répètent assidument 2h30 par semaine afin de préparer ces concerts.

Cet ensemble d'environ une quarantaine de choristes est dirigée par J-P. Carpentier. Leur répertoire, avant

tout composé de chansons traditionnelles et de variétés françaises, a enchanté le public. « Prendre un enfant par la main » de Yves Duteil, « Je reviens chez nous » de JP Fernand, « L'oiseau et l'enfant » de Marie Myriam, « Balade Nord-Irlandaise » de Renaud, « Jolie meunière », « Les gabariers », « La pastourelle »... sont des chansons régulièrement entonnées le mardi lors de l'atelier chant de l'APEG ou avec notre ami accordéoniste Christian Roueire. Nombreux étaient donc les résidents à chanter.

Tout cela a valu plusieurs salves d'applaudissements, auxquelles les choristes ont été très sensibles. Encore une rencontre heureuse, à renouveler !



# LES CHANTEURS D'OLT NOUS ONT PRESENTE LEUR NOUVEAU SPECTACLE



## « Au fil des saisons » : une réussite !

Le samedi 24 novembre après-midi, la Troupe des Chanteurs d'Olt est venue à la Maison d'accueil Les Caselles pour présenter en avant-première son spectacle « Au fil des saisons ». Leur spectacle



précédent « Le tourbillon de la vie » a fait le bonheur de nombreux spectateurs lors de plus de 40 représentations dans l'Aveyron, le Cantal, le Lot et Garonne, l'Hérault et, la Lozère. L'ayant beaucoup apprécié et en gardant un bon souvenir, une cinquantaine de résidents, des bénévoles, des familles se sont rendus dans la salle polyvalente pour découvrir cette nouvelle comédie musicale.



Cette Troupe (ex Troupe des chanteurs d'Entraygues) a été créée il y a trente ans, par Renée Desmarest et Georges Brulé. Elle est composée de 9 chanteurs (4 femmes et 5 hommes), d'un technicien et d'un musicien accompagnateur professionnel, Franck Andrieu.

Ce nouveau spectacle, préparé depuis deux ans, a fait voyager le public au gré des mois de l'année. En toile de fond, un décor représentait un arbre au fil des saisons. Les résidents se sont pris au jeu, ont reconnu et fredonné plus d'une vingtaine de mélodies connues de tous : « Magnolias for ever », « Marchand de bonheur », « Laissons entrer le soleil », « Le parapluie », « La gadoue », « Je reviens chez nous », « Les souliers »... Ces chansons interprétées avec gaité, humour et bonne humeur ont été chantées en solo, en duo, en trio, voir plus. Ce spectacle a été agrémenté de fréquents changements de costumes, ce qui a été énormément apprécié. Dans le public, on ne manquait pas d'entendre grand nombre d'onomatopées, de lire des sourires sur les lèvres et de percevoir des regards pétillants.

Pendant l'entracte, les résidents ont pu déguster un gâteau « Crunch coco » préparé lors de l'atelier cuisine de la veille. Régal pour tous avant de se laisser à nouveau aller à rêver par le biais de cette vivante comédie musicale...

La présidente Sylvie Glandières, le metteur en scène Bernard Sannie et toute la troupe des chanteurs d'Olt furent très applaudis. La gaité était au rendez-vous de ce spectacle de qualité et les commentaires enthousiastes à la fin du spectacle ont été nombreux ! Une réussite !



# LE CIRQUE PICCOLINO A FAIT L'UNANIMITE

## Un après-midi qui ravive bien des souvenirs...



Le cirque Piccolino est venu proposer un spectacle d'une heure dans la salle d'animation des Caselles le jeudi 29 novembre. Pour l'occasion, les

résidents de l'EHPAD de Saint Chély d'Aubrac avaient été invités à venir passer la journée. Des retrouvailles entre aînés... qui ont donné lieu à des échanges conviviaux.

David et Laëtitia proposent depuis 10 ans des spectacles dans les EHPAD afin que tous les résidents, sans exception, puissent profiter du moment. Ce cirque-là a réellement fait l'unanimité, et de francs éclats de rire ont succédé aux bravos et autres applaudissements. Les numéros de jonglerie, d'acrobatie, d'équilibre sur chaise, sur rouleau ou sur boule de David, accompagnés de musiques entraînant, ont été vivement salués ! Les numéros avec les animaux (chèvre, chats, colombes...) ou les tours de magie, proposés par Laëtitia, ont été également très appréciés.

Encore bravo et merci à ces sympathiques professionnels du cirque, qui ont beaucoup égayé leur auditoire. Nous nous souviendrons surtout de la joie qui se lisait sur les visages des résidents... et du personnel, qui s'est retrouvé sur scène à plusieurs reprises !



# LE COLLOQUE « CITOYENNAGE » 2018 A EU LIEU A RODEZ

## « Le vivre-ensemble » au centre des discussions

Cette année, le colloque « Citoyennage » de la région Occitanie a eu lieu à Rodez et a été organisé par Mathilde Merle, responsable droit des usagers du groupement Palaios. Près de 80 personnes (résidents, personnes vivant à domicile et professionnels) se sont rassemblées à l'Accueil Saint Joseph les 24 et 25 Octobre 2018 avec un seul but : donner la parole aux personnes âgées sur la thématique du « vivre ensemble ». Des « sous thèmes » se sont dégagés : Recevoir en EHPAD, l'Intergénérationnel et la Communication.

4 résidents des Caselles et 4 personnes vivant à domicile venant régulièrement à la Maison d'accueil y ont participé sur le thème de l'intergénérationnel. Vous trouverez la synthèse de ce rassemblement ci-dessous.

Une réunion de bilan de cette action a eu lieu à Soubès le mardi 27 Novembre. Le prochain colloque aura lieu les 19 et 20 juin 2019 à Sète sur la thématique : « La Maison d'accueil du futur : à quoi ressemblerait-elle ? ». Des groupes de discussion auront lieu tout au long de l'année aux Caselles pour réfléchir à ce thème.

### *Synthèse du colloque 2018*

Nb : Les phrases « entre guillemets » sont des propos de résidents, relatés lors du Colloque.

#### **Le vivre ensemble: « Etre citoyen c'est penser à l'autre avant de penser à soi »**

Le vivre ensemble, « c'est se tendre la main, la patience, la tolérance, la gentillesse ».

Certains résidents disent se sentir exclus, gênés, voire honteux de dire qu'ils vivent en EHPAD, car ce mot a quelque chose de terrifiant ! « C'est comme si on disait S.P.A ! ». Beaucoup de personnes ne savent même pas ce qu'EHPAD veut dire ! Mais quel nouveau nom donner à ce lieu ?... Le mot « dépendant » dérange certains, mais pourtant « nous sommes tous dépendants de quelque chose ».

Ils ont réfléchi sur la notion de dépendance et ont constaté que certains d'entre eux sont en perte d'autonomie, mais en premier lieu « financière », et se sentent parfois privés de liberté. A cela s'ajoute une dépendance vis-à-vis de leurs mandataires judiciaires, qui gèrent leurs affaires courantes. A ce propos, certains d'entre eux ne daignent même pas se déplacer, leur rendre visite. Cette privation de droits sociaux, devient source d'angoisse, et les renvoie au fait qu'ils ne sont plus maîtres de leurs vies. Dans ces situations, ils se sentent être un poids pour leurs enfants mais également pour la Société toute entière !

Vivre en établissement, a changé le regard de leurs familles. En effet, certains résidents disent se sentir mal à l'aise lorsque leurs familles viennent leur rendre visite. « On a honte de ce que l'on a été, de ce que l'on devient ou de ce que l'on va devenir ! ».

# SYNTHESE DU COLLOQUE CITOYENNAGE 2018

## Recevoir en EHPAD

Recevoir en EHPAD repose sur un certain nombre de préalables :

- L'architecture de l'établissement
- L'accueil suppose de veiller à la fois à la qualité du lieu (agréable, lumineux, convivial), aux pratiques professionnelles et à l'état d'esprit des résidents et du personnel (accueil du nouveau résident : bouquet de fleurs, boîte de chocolats, présentation aux autres résidents ...).
- L'hospitalité qui renvoie à l'idée de proposer un lieu où pourraient être logées les familles de résidents lorsqu'elles viennent leur rendre visite (gîte, chambre d'hôtes).

Lorsque les enfants des résidents leur téléphonent, ils ont envie de leur dire : « Venez, je suis là, j'existe ». Dans le même temps, leurs familles leur renvoient : « Tu es bien en EHPAD, tu as tout ce qu'il te faut, tu es bien soigné(e) ». Les résidents se sentent gênés, et n'osent pas parler de « leur cafard ».

Certains résidents disent ne pas être à l'aise lorsque leurs familles leur rendent visite. Ils ne se sentent pas chez eux, car c'est trop différent.

Afin de mieux recevoir les nouveaux arrivants, il est proposé :

- De créer un petit guide mentionnant les renseignements sur la maison,
- De créer un « trombinoscope » du personnel,
- De faire des repas « à thème »,
- De mettre à disposition de tous, des jeux de cartes, jeux de société.

En conclusion, recevoir en EHPAD demande un effort, tant du côté de l'établissement et des résidents qui y vivent, que du côté des personnes extérieures. Il est en effet primordial de maintenir le lien avec la société. Ce challenge est d'autant plus difficile à relever que de notre point de vue, la Société actuelle est individualiste au détriment de la valeur de solidarité qui est sensée nous organiser. Au quotidien, nous nous entraïdons, nous nous rendons service dans les limites institutionnelles et nous nous enrichissons mutuellement avec les personnes de l'extérieur.

Les résidents ont le sentiment que leur avancée en âge les éloigne de la société actuelle. Ainsi, ils se sentent peu à peu disparaître des préoccupations de leurs concitoyens, notamment à l'occasion de leur entrée en établissement. Ils se vivent parfois comme des « SDF mais avec un toit », ce qui nourrit leur sentiment que ce qu'ils ont construit durant tant d'années est réduit à néant. Certains perçoivent des retraites modestes, et aimeraient « trouver un petit boulot»...

De surcroît, ils ne ressentent aucun sentiment d'appartenance. En revanche, le regard qui leur est porté les stigmatise en tant que résidents d'EHPAD. Certains disent que peu d'occasions sont organisées pour leur permettre de rencontrer d'autres personnes (du village, du quartier). Lorsque celles-ci existent, ils se sentent mis à l'écart et exclus : une table à part leur est réservée lors du repas annuel du village.

# SYNTHESE DU COLLOQUE CITOYENNAGE 2018

## L'intergénérationnel (les résidents des Caselles ont contribué à cette partie)

L'intergénérationnel, est la relation entre les différentes générations. « En tant que citoyen du grand âge, c'est pouvoir témoigner de notre expérience auprès de la jeunesse ».

L'étude auprès des enfants (enquête) révèle : que 80% des enfants interrogés ont une image positive de la vieillesse et des établissements. « On ne travaille plus et on est toujours payé ! » « C'est en grandissant qu'on apprend » « Elles gagnent de l'argent en ne faisant rien » « Elles ont des activités, elles sont entourées »....

Au sein des établissements, de nombreux projets sont mis en place, avec différents types de publics comme : la Petite Enfance, les enfants de maternelle, d'élémentaire, de jeunes collégiens, des bénévoles seniors du Centre Social du village. Sont organisées des rencontres régulières crèche-EHPAD, des kermesses, du théâtre, des correspondances, des sorties.

Ces échanges intergénérationnels sont essentiels pour les résidents :

- Ces rencontres intergénérationnelles permettent aux résidents de retrouver un rôle social, de se sentir utiles, attendus, aimés.
- Ils apprécient de transmettre leurs savoirs, leur vécu, aux autres générations.
- Ces rencontres sont des sources de bien être personnel : « Ce sont des rayons de soleil ».
- Ces échanges contribuent à changer le regard des jeunes générations sur les personnes âgées et donnent une meilleure image de la vieillesse. « Au fil des rencontres, ils font abstraction du handicap et voient uniquement la personne en tant que telle ».
- « Nous nous sentons reconnus ». « Les enfants nous considèrent (...) ». « Lorsqu'on est avec eux, on change de statut ».

En conclusion, que l'on soit enfant, adolescent, adulte, sénior, retraité, quel que soit notre âge, nous avons tous besoin les uns des autres. Nous souhaitons de ce fait qu'au sein des établissements, les rencontres et les projets intergénérationnels soient une priorité.

## Reconstruire le lien social

Les résidents ont pu évoquer leurs difficultés à s'intégrer au sein de l'établissement, à tisser des liens avec les autres. En effet, du fait de l'histoire personnelle de chacun, des caractères des uns et des autres et parfois de la maladie, il peut s'avérer difficile de nouer des liens. C'est à partir de constat qu'à été proposé l'idée de créer un groupe nommé « Le Comité d'accueil » au sein duquel seront réfléchies des solutions favorisant l'accueil et l'intégration des nouveaux résidents.

# SYNTHESE DU COLLOQUE CITOYENNAGE 2018

## La communication

Les résidents entrant en établissement souffrent pour la plupart de presbyacousie. L'un d'entre eux a indiqué que les prémices à une bonne communication sont les suivantes : parler en articulant, parler à un rythme adapté à son interlocuteur, utiliser du matériel adéquat (micros ou autre). Certains résidents avouent « Moi je fais comme si j'avais entendu car je suis gênée de faire répéter ». Ou encore : « Parfois, je préfère ne rien dire, c'est plus simple ! ».

Lors de l'entrée en établissement, les résidents disent « être perdus » et « manquer d'informations ». Effectivement, ces derniers ne savent pas où se rendre pour le goûter, ne savent où entreposer leur linge sale, .... Ces questions d'ordre pratique méritent d'être retranscrites dans un « livret ». De plus, les résidents proposent que des volontaires puissent être nommés « référent de l'accueil » afin d'accompagner les nouveaux venus, et leur donner les informations quotidiennes, de leur faire visiter l'établissement.

Les résidents déplorent le « manque de temps pour communiquer un peu plus avec le personnel qui est gentil, efficace à nos soins mais qui est toujours pressé ! ».

« Il n'y a aucune communication entre nous ! » « Il y a trop d'égoïsme ! ». « Ce qui me fait mal, c'est de voir les résidents dans le fauteuil à ne rien faire et rester la bouche ouverte..... »

Le poids de la présence de l'autre qu'on n'a pas toujours choisi et avec lequel on va partager un espace, est parfois lourd à porter. Dans ces situations où le vivre-ensemble est mis à mal, l'idée de pouvoir sectoriser davantage l'établissement traverse l'esprit des résidents, mais sous quels critères ? Par maladies ? Par âge ? Par affinités ? Par degré d'autonomie ? Cependant, cela ne risquerait-il pas de les isoler davantage ?

« Le pire c'est quand quelqu'un chute et que le personnel n'est pas là car on ne peut pas le relever alors on attend que quelqu'un passe, on se sent impuissant ! »

Même si le vivre-ensemble est difficile, les résidents reconnaissent qu'il existe une vraie vie sociale à l'intérieur de l'établissement. En cela, le groupe est un poids mais aussi une ressource. Finalement le vivre-ensemble est empreint de bienveillance, les plus autonomes n'hésitant pas à aider les plus fragiles, à s'occuper des résidents les plus dépendants et veiller sur les plus faibles... Certains d'entre eux souhaiteraient s'investir ponctuellement, se rendre utile ou soulager le personnel en effectuant diverses tâches quotidiennes comme mettre la table, servir à boire, faire notre ménage, faire notre cuisine ou notre lessive.... Ce serait une façon d'occuper ses journées, de ne pas voir le temps passer et de se sentir exister !

EN CONCLUSION, CHACUN A SES DÉFAUTS, MAIS ON ACCEPTE L'AUTRE COMME IL EST. C'EST CELA LE VIVRE-ENSEMBLE !

# ASSEMBLEE GENERALE DE L'APEG

« *Solidarité, amitié, réconfort, empathie et aide ponctuelle* »



Le vendredi 30 novembre 2018 s'est tenue, dans une salle polyvalente pleine d'un public attentif, l'assemblée générale annuelle de l'APEG (Amicale Pour les Echanges entre Générations). Elle s'est déroulée en présence de Pierre Roux, directeur, Françoise Barrière,



directrice-adjointe, de membres du personnel et de l'amicale elle-même, ainsi bien sûr que d'une majorité de résidents parfois accompagnés de leurs familles.

Henri Maurel, président, a présenté le rapport moral: « *Je vous remercie de votre présence et d'avoir pris de votre temps pour assister à notre A.G. La philosophie de notre engagement associatif reste inchangée. Elle peut se résumer en quelques mots : solidarité, amitié, réconfort, empathie et aide ponctuelle*

*apportée aux résidents. C'est pourquoi, nous sommes toujours en demande de nouveaux adhérents. Nous souhaitons que l'année à venir soit aussi fructueuse que les précédentes. Nous apprécions tous la bonne entente qui règne autour d'une équipe soudée, en particulier pour préparer et réaliser le quine annuel de l'APEG. Celui-ci a pour mérite essentiel de financer nos activités. Nous espérons d'ailleurs que les initiatives qui ont été proposées ont satisfait un grand nombre de résidents et nous sommes toujours en quête d'idées nouvelles pour divertir la plupart d'entre eux. »*

Annie Rames, secrétaire, a présenté les activités de l'APEG en commentant un diaporama réalisé par Elsa. Etienne Champredonde a fait état du bilan financier.

Le nombre des membres du Conseil d'Administration restant à 15, le 1/3 sortant n'étant pas démissionnaire, le CA a été reconduit et voté à l'unanimité.

Pour sa part, Pierre Roux fit l'éloge avec chaleur du dévouement de l'APEG, qui prodigue un inestimable bien-être aux résidents. Pour clore ce beau moment de vivre-ensemble, Françoise Barrière a servi le verre de l'amitié au nom de la Maison d'accueil et l'APEG a offert le goûter.

