

# Sainte-Marie

Maison d'Accueil

## Journal N°53

**Octobre, Novembre, Décembre 2020**



# ***SOMMAIRE***

Le Quoi de neuf	p. 3
Paroles des religieuses	p. 4
Pensées du Président de l'Association	p. 5
Bienvenue à / Bonne route...	p. 6
Des nouvelles de l'unité d'accueil	p. 7
La semaine bleue	p. 8
La semaine du goût	p.10
La fin d'année en photos	p.12
Fête de l'Immaculée Conception	p.13
Le Téléthon / Sainte-Marie sous la neige	p.15
Autour de Noël	p.16
Paroles de résidents	p. 20
Les anniversaires du trimestre	p. 21
Une pensée pour / Paroles sages	p. 22
Petit mot de l'animatrice	p. 23

# Le Quoi de neuf

Avec les Ehpad Sainte-Marie et Des Deux Vallées, Nant accueille plus de 150 résidents. Très âgés, ils ont quitté leur maison, leurs habitudes, leurs amis, leurs voisins et parfois la proximité de leur famille. C'est une vraie rupture, douloureuse, voire traumatisante. A cela s'ajoute l'appréhension d'une vie en communauté. L'intégration des nouveaux résidents est déterminante. A Sainte-Marie, cette mission incombe en partie à Huguette Milhau. Relais Mag l'a rencontrée.

## Mon métier: animatrice à l'Ehpad Sainte-Marie de Nant

Quelle est votre fonction à Sainte-Marie ?

C'est apporter de la vie en animant des ateliers (travail de mémoire, activités physiques, créativité, etc.), mais aussi aider le résident à s'intégrer tout en conservant sa propre identité en participant aux activités de son choix.

Avez-vous suivi des formations ?

Oui, notamment la formation sur « l'humanité » selon la méthode de soins de Gineste et Mariscotti qui repose sur quatre principes de « bien-traitance » : le regard, qui doit être tendre, la parole, indispensable même si le résident ne peut répondre, le toucher, « confirmation de notre présence au monde », et la verticalité, en évitant la « grabatation ». Être attentif à son interlocuteur et veiller à son bien-être. Par exemple, si une personne n'aime pas être réveillée tôt le matin pour le petit déjeuner, il faut l'accepter. Ce n'est pas une perte de temps car, si le résident se sent bien, la journée se passe bien.

Comment est née votre vocation d'animatrice ?

Très jeune, avec mes parents, j'ai visité des personnes en Ehpad. Adulte, j'ai conservé ce contact des personnes âgées. C'est peut-être pour cela que je suis devenue animatrice.

*« À travers mes résidents, je vois le visage du Christ. »*

Comment organisez-vous votre travail ?

Il n'y a pas de place à l'improvisation. Il faut anticiper, programmer les activités sur la semaine, faire le bilan des activités passées. Mais aussi prendre en compte les résidents individuellement en les visitant régulièrement, car tous ne participent pas aux activités.

Les activités créent-elles du lien entre les résidents ?

Oui. C'est pourquoi l'accueil d'un nouveau résident nécessite un soin particulier. L'accueil est personnalisé : cadeau de bienvenue, visite de l'établissement, présentation du nouvel arrivant aux autres pensionnaires lors d'un apéritif de bienvenue.

Quand vous arrivez le matin, dans quel état d'esprit êtes-vous ?

Je dois parfois me faire violence. Le souci que la journée se passe bien est là. Je n'ai pas vu un tel depuis trois jours, une telle n'est pas bien, pourquoi ? Aux premiers contacts l'appréhension s'efface et j'ai la force, l'envie d'avancer.

Et à la fin de la journée ?

J'ai un sentiment d'utilité. J'ai la foi ; à travers mes résidents, je vois le visage du Christ. Cet amour que je peux donner me remplit d'espérance. Nombre de résidents sont dépendants, ne pas l'oublier, être disponible pour garder leur confiance en rendant de petits services. De belles animations sans la relation à l'autre ne répondent pas seules aux attentes profondes. ■



Huguette Milhau

### Biographie

Huguette Milhau est animatrice à l'Ehpad Sainte-Marie de Nant depuis 2007. Elle partage cette mission avec sa collègue Martine Bonin. Précédemment, Huguette s'occupait de personnes sous mesures de protection. Originnaire de Lanuéjols, elle vit avec son mari Francis à Dourbie.

FIUOL  
SUPER GNR

Pour vos livraisons  
en sud Aveyron

**servifioul**

à votre service depuis  
trois générations

05 65 61 25 26  
Millau

Propos recueillis par J.-P.M.

# *Paroles des religieuses*

## NOËL

Nous avons fait la Crèche dans un décor tout simple voulant signifier seulement le mystère de Noël : Dieu se fait homme en un enfant.

Nous avons déposé des personnages !

- Marie, celle qui, un jour, a dit « oui » pour que s’accomplisse le mystère.
- Joseph qui a dû connaître des heures sombres et affronter avec courage tant de situations déroutantes pour vivre lui aussi en serviteur.
- L’Enfant Jésus qui tend les bras, geste d’accueil et d’offrande de qui personne n’a rien à craindre. Il est là dans sa nudité comme Il le sera au jour de sa mort sur la Croix.
- Les bergers avertis par le chant des Anges venus adorer l’Enfant avec leurs modestes offrandes.
- Viendront les Mages guidés par une étoile à la recherche du Roi-Messie qui vient de naître et devant qui ils se prosternent offrant leurs riches cadeaux.

Et tous sont dans l’émerveillement de la naissance de cet Enfant : mystère d’un Dieu qui vient nous rencontrer même dans le noir de nos situations pour y porter une lumière ; mystère d’un Amour à savoir accueillir chaque jour les uns des autres dans la joie et la paix. Que la joie de Noël emplisse vos cœurs.



# *Pensées du Président de l'Association*

Assis dans la cour, un oiseau passe et je rêve:

Par un matin d'hiver, je suis au bord de la source du Durzon, assis sur une pierre, l'eau sort des entrailles de la terre, de ce cause majestueux qui me rappelle des moments merveilleux de ma jeunesse à Canalette ou aux Terres bleues avec mes amis. Tout à coup par de ces entrailles, mélangé à l'eau transparente et fraîche, les portraits de tous ces gens disparus, cher à mon cœur; je ne les vois plus, mais ils sont toujours avec moi, pour me ramasser si je tombe, pour me pousser si le chemin monte, pour m'encourager dans les moments difficiles de la vie, pour me porter si nécessaire, afin de franchir plus facilement les obstacles de la vie. Un nouvel ange du paradis blanc disait « Donne-moi la paix, le réconfort et la force de combattre la maladie ». Le combat de l'âme finit toujours par gagner et on devient éternel au paradis blanc.

Madame hiver, dans son manteau blanc vient me tenir compagnie et me rappelle que depuis un an environ Mr Corona est arrivé avec son grand manteau noir et sa grande faux, accompagné de tous ses compères.

La brume enveloppe depuis quelques mois la vallée de la Dourbie, les températures sont fraîches et les arbres sont dénudés. Je ne peux pas m'empêcher de penser à ce passage de la bible « Qui sème le vent, récolte la tempête ». Le vent symbole de la vanité et de l'aveuglement représente ces personnes qui pendant la période post confinement se sont complètement relâchées et maintenant avec cette nouvelle augmentation des cas infectés, la tempête arrive comme une punition qui est la conséquence de nos actes mais bientôt le bout du tunnel avec une facture très chère en vie humaine, sociale et économique....

Méditons sur cette phrase:

*"Dieu vient sauver ceux qui ont fait le choix d'aimer"*

# *BIENVENUE A LA MAISON D'ACCUEIL SAINTE MARIE*

**Me RASCHAS Marcelle** est entrée le 01 octobre 2020.

**Me COURCELLES M-Françoise** est entrée le 13 novembre 2020.

**Mr PRIVAT Thierry** est entré le 13 novembre 2020.

**Me ESON Jacqueline** est entrée le 03 décembre 2020.

**Me ALBIGES Georgette** est entrée le 09 décembre 2020.

**Me GUCBILMEZ Françoise** est entrée le 28 décembre 2020.

## *BONNE ROUTE ...*

**Me RASCHAS Marcelle** a rejoint son domicile le 02 novembre 2020.



# *Des nouvelles de l'Unité d'Accueil*

Quelques évènements du trimestre en photos...



# *La semaine bleue*

Du 5 au 11 octobre, Ensemble nous avons partagé cette belle semaine bleue.

On s'active pour la décoration.



Un petit apéro bleu pour bien la démarrer.



Après-midi musical et dansant. En piste Mesdames...



Une après-midi sportive encadrée par nos professeurs d'activité physique Cédric et Charlène. Une très belle après-midi pour nous les résidents et le personnel avec en plus, un magnifique soleil !



# La semaine du goût



P'tit apéro d'ouverture



Un quizz sur les spécialités régionales nous permet de faire un tour de France et surtout il met nos papilles en éveil !



On booste les neurones

Loto gourmand : Bravo aux gagnantes !



« La gourmande, le petit sac de biscuits semble avoir diminué !! »



Atelier « Pâte de coing »



# *La fin d'année en photos*



On partage nos souvenirs de Palavas...



Le Goûter des biquettes !



Remue méninge et atelier aux couleurs automnales



Activité Physique Adaptée avec Charlène



# Fête de l'Immaculée Conception

Cette année la fête s'organise AUTREMENT- en raison des précautions liées au Covid.



Un temps de prière à la chapelle organisé par les Religieuses.

*« J'ai trouvé bien ce chapelet médité »*

*« On pouvait formuler nos intentions de prières c'est important dans cette période difficile » (Léa PRADELS)*

*« Un grand MERCI à Sœur Emilie et Sœur Marie-Gérard pour ce temps de prières » (Maria SOLIER)*

*« Le chant à Marie, c'était beau et priant »*

L'équipe des cuisiniers nous ont proposé un délicieux repas.



Un petit apéro pour se mettre en appétit



On pousse la chansonnette.

L'après-midi, place au cinéma avec 2 thèmes : une vidéo religieuse sur grand écran à la bibliothèque et une projection à la salle de détente « Bienvenue chez les Ch'tis. » Voilà de quoi permettre à tous de se faire plaisir.

Ce n'est pas comme les années précédentes mais nous avons passé une bonne et belle journée.



# Le Téléthon

Comme chaque année, notre établissement participe au téléthon par le biais d'une tombola.

Le tirage se fait sous l'œil attentif de Guylaine accompagné de Georges PRIVAT.



# Sainte-Marie sous la neige



Jeudi 10 décembre, Dame Nature nous offre un paysage immaculé.

« Année de Neige, année d'abondance »

« La neige des Avents, mets des dents »

« Le bonheur est parfois comme la neige : il est doux, il est pur et...il fond. »

# *Autour de Noël*

- **La décoration**



Le sapin de Noël ...

Le calendrier de l'Avent



La salle de restaurant...



Bravo à Raymond OLLIVIER pour sa chambre si bien décorée !





• **Les lotos de Noël et de fin d'année**



**Bravo aux gagnants !**



• Les cadeaux de Noël



- **Les goûters de Noël**



- **Noël en chansons...**



... Avec un concert réunissant plusieurs chanteurs et musiciens offert par l'Association EUTERPE 12 mais aussi avec les chants en vidéo réalisés par les enfants de l'école de Nant



# *Paroles de résidents autour de Noël*

## *Quand j'étais petite*

*« C'est avec joie que l'on se rappelle du soir de Noël. Une année, j'avais eu un berceau alsacien et un petit Jésus en chocolat. J'étais contente, je m'en suis beaucoup amusée.*

*La Noël c'est un jour de joie pour les enfants et les parents. »*

Arlette CABLAT

## *Noël de mon enfance*

*« La joie d'être tous réunis en famille, c'était mon cadeau le plus beau... »*



Mauricette BESSE

## *Noël de...1936*

*« En ce temps lointain, on se servait beaucoup de cloches lors des fêtes de fin d'année. D'abord avant Noël, elles égrenaient « Nadalet ».*

*Malgré le froid, la nuit tombée, les fenêtres s'ouvraient pour écouter leur harmonieuse envolée, c'était notre seule musique pour petits et grands, notes de joie et d'espoir.*

*Puis, arrivait Noël, la messe de minuit pour les grands, les petits, à regrets, au lit malgré l'impatience d'arriver au matin dans l'espoir d'avoir un cadeau, une orange était la bienvenue.*

*C'était peu.... Et beaucoup. »*

Maria SOLIER



# *Les anniversaires du trimestre*

## **Octobre**

- Mr François FERRIERES
- Mr Thierry PRIVAT
- Me Marie-Marthe DOUARCHE

## **Novembre**

- Me Anne-Marie HERVE
- Me Alice ANDUZE
- Me Maria SOLIER
- Me Denise BOYER
- Mr Jean-Marie PANSANEL
- Me Yvonne JULIEN
- Me Simone PRIVAT
- Me Hélène PALOC
- Me Denise BOUE



## **Décembre**

- Mr Michel CAUSSE
- Me Jeanine FAUCANIE
- Mr Noël SALGUES
- Me Sylvie PUEL

### *Une pensée pour*

Mme Jeanne DENIORT nous a quittés le 19 octobre 2020 à l'âge de 93 ans. Elle était parmi nous depuis le 22 décembre 2014.

Mr Jean-Marie BESSIERE nous a quittés le 26 octobre 2020 à l'âge de 84 ans. Il était parmi nous depuis le 13 mars 2019.

Mr Christian CONNES nous a quittés le 16 novembre 2020 à l'âge de 80 ans. Il était parmi nous depuis le 01 septembre 2011.

Mme Yolande GOUIRAN nous a quittés le 17 novembre 2020 à l'âge de 91 ans. Elle était parmi nous depuis le 17 juin 2019.

Mme Marie-Françoise COURCELLES nous a quittés le 26 novembre 2020 à l'âge de 92 ans. Elle était parmi nous depuis le 13 novembre 2020.

L'ensemble de la Maison d'Accueil Sainte Marie renouvelle ses sincères condoléances aux familles et s'associe à leur peine.

### *Paroles sages*

Fais-nous entendre, notre Père,  
Ton appel à la justice  
Qui ne tient compte d'aucun privilège  
Et donne à chacun sa juste part !  
Fais-nous entendre, notre Père,  
Ton appel à la solidarité  
Qui redresse les derniers et les affamés  
Dans leur digne stature humaine !  
Fais-nous entendre, notre Père,  
Ton appel à l'amour  
Qui pose sur tout être humain  
Les signes de ton inébranlable tendresse !  
Notre Père,  
Avec les dons que tu nous as remis,  
Fais-nous sortir à la suite de ton Fils,  
Pour travailler avec ton Esprit  
Aux moissons à venir  
De la terre enfin transfigurée  
A ton image et à ta ressemblance

# Petit mot de l'animatrice

Rester Attentif ! Malgré les circonstances actuelles, l'ensemble du personnel reste attentif au bien être des résidents et s'efforce de rendre cette période la plus agréable possible.

Des activités sont proposées tout au long de la semaine, allant d'activités créatives en activités motrices, en passant par des ateliers mémoire, des après-midis cinéma et documentaires.

On joue et on booste les neurones...



*« C'est très bien, ces ateliers nous permettent de réfléchir »*  
(Anne-Marie COMPAN).

...On échange par le regard et le sourire.



Huguette MILHAU

