

## Une pensée pour...

Mme Françoise DELON nous a quittés le lundi 01 janvier à l'âge de 74 ans.  
Elle était parmi nous depuis le 20 septembre 2004.

Mr Gabriel BERTRAND nous a quittés le dimanche 07 janvier à l'âge de 101 ans. Il était parmi nous depuis le 07 mars 2022.



# Journal N°66 Janvier 2024

## Paroles Sages

« Un sourire suffit pour que l'âme entre dans le palais des rêves »

(Victor Hugo)

« Un sourire est un brin d'amour déposé sur les lèvres »

(Ariane Angelglou)

« Quand je vois ton sourire, je comprends pourquoi je respire. »

(Guillaume Agboessi)

« Le sourire de Dieu est une immense force pour construire un monde meilleur »

(Yann Feliz)

« Le vrai ami est celui dont le sourire est le parapluie de notre vie »

(Lou Lecommandeur)

« Le sourire est le sésame de l'âme »

(Keira Chakor)

## L'agenda de Février

02/02 : Party crêpes pour la Chandeleur

12/02 : Carnaval chez nous

13/02 : Sortie à St Côme d'Olt avec SOLEA pour Mardi-Gras

21/02 : Après-midi musical avec Michel et Guy

27/02 : Visite d'une chèvrerie dans le cadre du salon de l'agriculture

29/02 : Soirée raclette



## Pensées du Président de l'Association

« Voici que Février revient, plein de promesses,  
Il peut encore neiger, mais le grand froid régresse mais attention...  
Et l'on perçoit déjà des jours qui s'allongent  
Le printemps apparaît au loin, le rude hiver s'achève petit à petit ; mais il est encore là.

Dame printemps est encore loin, les beaux jours se présentent, nous mettent de bonne humeur et entraînent le sourire sur nos lèvres.

Un sourire nous rattache à la vie, même quand on est près de Dame de la fin.

Un sourire est sans effet toxique

Un sourire est sans effet secondaire

Un sourire peut être consommé sans modération.

Les personnes âgées ont besoin d'affection. Elles doivent être entourées, distraites, écoutées, apaisées et considérées, le tout dans le plus grand respect de leur dignité. Ces qualités de la vie que possède le personnel de Sainte-Marie. »

## Bienvenue à ...

Mr Camille PIGNOL

Mme Raymonde BRU

Mme Andrée CADILHAC

Mme Danielle MARCHAND

## Bonne route ...

Mr Jean FAISANDIER

## Les anniversaires du mois

Martial COULET

Jean-Marie DUPARCQ

Geneviève BOUTAL

Guy PAPILLON

Laure SINGLA

Claire CROS

Jean-Marie POUGET

Bernard GUILLOU



**EN JANVIER, IL Y A EU ...**

**Chorale : Cantarels de la Dourbie**  
*« Cette chorale a mis du soleil chez nous cet après-midi ! »*



**Pizza Party : « Merci Patrick et Claudy GILBERT, les pizzas sont excellentes ! »**

**Visite de la crèche à Sauclières pour l'Épiphanie**  
*« Ça me fait plaisir de revoir mon village et la jolie crèche » O. GELY*



**Le mois de janvier sur l'Unité !**



**APA Hors les murs**



**L'Oustalou autour de la brioche maison !**

**Les Nuits de la Lecture 2024 : le corps en mouvement à l'EHPAD Sainte Marie**

**AGUTTE Margot, professeur d'Activité Physique Adaptée, s'exprime sur le corps et la danse.**

*"Dans la danse cadence du temps, le corps en mouvement devient une danse vivante à l'EHPAD. Chaque geste révèle une histoire, une aide à la mobilité et à la grâce. Les mouvements sont des poèmes écrits par les articulations, une chorégraphie d'impressions qui transcende les années. Dans cette danse, les résidents trouvent liberté et joie. Que chaque mouvement soit une célébration de la vie, une danse chorégraphiée qui résonne dans le cœur de chacun."*

**Témoignage de résidents, « que vous savez la danse ? »**

- « Au bon temps c'est bien car il y a de la musique, on se baigne et ça nous agrée » M. DUPARCQ Jean-Marie
- « Je suis toujours prête, j'aime danser, ça fait du bien au corps » Mme CHELIER Françoise
- « Ça nous fait un peu de la musique, on ne voit pas passer l'heure. On est toujours intéressé quand on va le faire. Le corps qui bouge ça me plaît, ça me réveille, ça fait du bien. Il y a des mouvements de danse, on s'y prend » M. GILBERT Claudy
- « La danse me fait beaucoup de bien, il y a du rythme, ça fait circuler le sang » Mme NEOLAS Dominique
- « Le danse ça fait du bien au corps et à l'esprit car ça fait revivre des souvenirs » M. BESSÉ Maurice

*... mais à l'EHPAD on se baigne toute la journée.*

- Le matin avec la douche, en fin de journée, en fin de journée en chambre pour certains.
- Quand on s'habille et se déshabille.
- En fin de journée.
- Les après-midi à la gym.
- Les déplacements dans le village.
- Avec le lit.
- Avant les repas devant et des sorties.
- Monter et descendre par les escaliers, ça fait du bien aux jambes et au cœur.

*... les résidents réalisent ce se baigner aussi.*

- Pour se déplacer dans la chambre et les couloirs.
- Pour la toilette et l'habillage avec les soignants.
- À la gym.
- Lors de l'aide à la marche.

*Les résidents de l'EHPAD Sainte Marie.*



**Nuit de la lecture**

