

## L' EDITO

Février 2020

Nous arrivons en fin d'hiver et les premiers amandiers annoncent le printemps. Malgré cela nous devons rester vigilants quant aux épidémies.

Pour vos proches hébergés aux Quiétudes, n'oubliez pas de vous désinfecter les mains en entrant mais aussi en sortant. Nous avons été particulièrement touchés ces dernières semaines d'épidémies diverses. Merci pour eux.

Jean Christophe Delaunay -  
Directeur des Quiétudes

## D'hier et d'aujourd'hui

### Parole de résidents : Le carnaval

Pour nous le carnaval, ça se passait dans le village, c'était un sacré « rambal ». Les gens jouaient du tambour, d'autres de l'accordéon.

Gamin, on tenait des lampions pendant le défilé. S'ils ne prenaient pas feu, la mairie nous donnait deux sous. Mais figurez-vous, vu comment on courait, on sautait... Pour les déguisements, on faisait avec ce qu'on trouvait, souvent des vieux vêtements qui traînaient



dans les greniers. C'était un beau moment, dans les familles on cuisinait des crêpes, des oreillettes, on s'invitait entre voisins. Souvent, on les préparait la nuit pour ne pas que les enfants les mangent ! Pendant le défilé, les gamins passaient chez les gens, on leur donnait des bonbons ou des gâteaux.

## A votre service

### A la découverte du pôle moteur

Le pôle moteur est constitué de plusieurs professionnels :

Une ergothérapeute qui est là pour aider les résidents à préserver leur autonomie au quotidien : confort, repas, marche.

Une psychomotricienne qui propose des soins adaptés (relaxation, expression corporelle, atelier équilibre, ) ainsi que des séances de rééducation, afin de se sentir plus à l'aise avec son corps.



Deux éducateurs sportifs favorisent le maintien des capacités physiques, en proposant du sport adapté Le développement du lien social fait parti aussi de leurs objectifs.

L'objectif est de travailler en collaboration avec chaque membre des Quiétudes, afin de s'adapter aux besoins des résidents, en leur permettant de préserver leur autonomie, leur santé physique et morale.

Le challenge Cycleo est une compétition intergénérationnelle, sportive, et nationale, ouvert aux établissements médico-sociaux. Tout le monde est invité à participer : résidents, familles, personnel, personnes extérieures à l'établissement..  
Objectif : parcourir le plus de km.



- Mercredi 4 Mars** : Loto du mois - 15h
- Vendredi 6 Mars** : Atelier Vannerie - 14h
- Mardi 10 Mars** : Carnaval - 15h
- Mardi 31 Mars** : Anniversaire du mois - 15h

## Bounsoun !

Je m'appelle Aurélie, j'ai grandi à Muret. J'ai vécu là-bas avec mes 4 frères et mes 4 sœurs. J'étais l'aînée des filles. J'aimais m'en occuper. Je leur achetais des petites bricoles, ce que je pouvais à l'époque. J'aidais beaucoup à la maison, on avait besoin de moi. Alors je n'ai pas été souvent à l'école. Quand je suis partie de la maison, j'ai trouvé un métier de femme de chambre. Pendant cette époque, j'allais au cours du soir, pour rattraper le temps perdu. Comme ça, j'ai pu passer le certificat d'étude. C'était pas évident, parce que je travaillais en même temps. Je voulais être aide-soignante. J'ai pu rentrer à Labastide Beauvoir, c'est une clinique psychiatrique. Je n'étais pas encore aide-soignante à ce moment là, mais déjà le métier me plaisait. J'aimais m'occuper des patients, jouer avec eux à la belotte. Par la suite, j'ai travaillé à Purpan, auprès d'enfants, il y avait la polio à ce moment là.. Je me suis mariée en 1958 à Lourdes. Quelques temps plus tard, j'ai repris le travail dans le privé à la Clinique Saint Michel à Toulouse. J'ai toujours aimé prendre soin des autres, c'est naturel pour moi. Le week-end, j'en profitais pour m'amuser avec les copains et les copines. J'aimais passer les soirées à danser, le pasodoble, et le tango n'ont pas de secret pour moi. on profitait des bals. C'était de beaux moments.



## Le cœur à l'ouvrage

Je m'appelle Raphaël, je travaille aux Quiétudes depuis 4 ans, en profession libérale. J'interviens aussi au CCAS et à l'association L'Aroc, en dispensant des cours de gym. Je suis éducateur sportif spécialisé en activité physique adaptée et passionné par mon métier. Ce qui est important pour moi est de permettre aux résidents de préserver leur autonomie dans leur vie quotidienne. Je les sensibilise sur l'importance de rester en mouvement, en initiant des ateliers variés, tout au long de l'année. Cela dans le but de les amener à prendre conscience de leurs capacités, de leur redonner confiance et de continuer à prendre du plaisir. Nos actions s'inscrivent dans un travail d'équipe pluri-professionnel, et est en adéquation avec les besoins et les attentes de chaque résident. Dans mon métier, je suis quelqu'un d'observateur, à l'écoute, ce qui permet de tenir compte de l'individualité de chacun. Etre dynamique, jovial permet aussi de donner de l'entrain, s'ouvrir aux autres, encourager à dépasser ses limites. Ce lien de confiance est essentiel, pour amener les résidents à retrouver leur bien être physique et psychique, en cherchant à créer une osmose de groupe.



## Ils nous ont quittés

**M. Roger SICAUT** nous a quittés.

Nous présentons nos plus sincères condoléances à sa famille.

**Les résidents et le personnel des Quiétudes.**

