



# NOTRE JOURNAL

## RÉSIDENTENCE LES GALETS D'OLT



N° 78

SEPTEMBRE à DECEMBRE 2024



# Éditorial

C'est avec beaucoup d'émotion que je prends la plume une dernière fois pour rédiger la page d'accueil de NOTRE JOURNAL. Durant 21 années, ce fut un plaisir et un honneur de diriger l'EHPAD les Galets d'Olt. Ce fut également un bonheur de vous retrouver plusieurs fois par an par le biais de cet éditorial. C'était l'occasion pour moi de partager les humeurs du moment, les difficultés, les peines, les réjouissances, les projets de notre belle maison et de ses habitants.

Au fil du temps, NOTRE JOURNAL est devenu une institution dans l'institution. Il est le prolongement de la vie au sein de l'EHPAD, il valorise l'engagement de chacun, résidents, personnels familles et bénévoles. Il est surtout un lien indispensable entre ceux de l'intérieur et ceux de l'extérieur en faisant tomber les barrières qu'on tente de nous imposer entre les deux mondes. Enfin, il nous raconte simplement des histoires de vies simples et authentiques, mais tellement riches et plaisantes à découvrir. Je tiens à saluer toutes les personnes, salariées et bénévoles, qui ont assuré sans interruption et avec un grand enthousiasme la parution de cette publication. La réalisation de chaque numéro est une opération parfaitement huilée et comporte de nombreuses étapes : recueil de la parole des résidents, rédaction des articles, correction, photos, mise en page, impression, pliage, agrafage et distribution. J'aurai plaisir à découvrir les prochains numéros en lecteur fidèle et attentif.

Au moment de partir, il ne m'appartient pas de dresser un bilan de 21 ans de direction (je ne serais pas objectif), mais je tiens une nouvelle fois à remercier ceux qui m'ont permis d'accomplir ma tâche dans les meilleures conditions. D'abord les membres du Conseil d'administration pour la confiance dans laquelle nous avons toujours travaillé et leur engagement entièrement bénévole dans le seul intérêt de l'institution, avec un salut amical aux trois présidents que j'ai eu le privilège de côtoyer, Michel GAYRAUD, Paul CAYLA et Pierre PLAGNARD.

Ma reconnaissance sans limite va aux membres du personnel actuels et anciens. S'il est impossible de citer tout le monde, chacun se reconnaîtra dans son dévouement et son professionnalisme dans les moments heureux comme dans les difficultés, avec une pensée émue pour ceux disparus trop tôt, Martine, Jacquot, Anne-Marie et Cécilia. Cette équipe peut être fière de ce qu'elle a accompli.

Enfin, je m'adresse aux résidents et aux familles. L'EHPAD de St Côme d'Olt est devenu votre nouveau lieu de vie. J'espère que ce que nous avons fait de cet établissement vous a réellement permis de vous sentir chez vous. Des bons moments passés ensemble, de nos discussions, de nos rires aussi, je garde une multitude de souvenirs. Des moments plus douloureux, je retiens surtout l'humanité de nos échanges et la valeur de la confiance que vous nous avez faite.

L'histoire des Galets d'Olt est longue et riche, 60 ans déjà. Elle continue de s'écrire avec désormais aux commandes, Sarah BERTHIER, à qui j'ai eu le plaisir de passer le flambeau. Bonne route Madame la directrice, tous mes vœux de réussite vous accompagnent.

Et à vous tous, je souhaite une très belle année 2025.

Avec toute mon amitié et ma reconnaissance.

Serge Julien

# Sommaire

Compte rendu du CVS du 17/12/2024.....	5-6
Bienvenue à.....	7-9
Du mouvement dans le personnel .....	10-11
Au revoir à SERGE JULIEN.....	12-13-14
Rencontre avec la nouvelle directrice SARAH BERTHIER.....	15
Une pensée pour -Toussaint <i>Florilège de poésies</i> de Robert Michel.....	16
Bonjour Madame.....	17
Le monde de la bibliothèque .....	18
Talents ! Les artistes exposent.....	19-20
Découverte de Bournazels.....	21
Challenge SOLEA 10 <sup>ème</sup> Edition depuis 2015.....	22-23
Sortie à la ferme St Hubert.....	24
Sortie à St Amans des Côtes SOLEA .....	25
René BALDELLON nous conte.....	26
Exposition avicole à Bozouls - DES MOTS POUR LE DIRE.....	27
Fêtes de fin d'années.....	28-29
L'animations en photos.....	30-31-32
MERCI !.....	32
Bulletin d'abonnement 2025 .....	33

## COMPTE-RENDU DU CONSEIL DE LA VIE SOCIALE DU MARDI 17 DÉCEMBRE 2024.

### **Présents :**

Voir feuille d'émargement.

Excusées : Mme C. TURPIN, Mme J. ROQUES.

### **1- Rencontre avec Mme Sarah BERTHIER, nouvelle directrice :**

Suite au départ en retraite de M. JULIEN, prévu le 1<sup>er</sup> janvier 2025, le Conseil d'administration a procédé au recrutement de Mme Sarah BERTHIER afin de pourvoir à son remplacement. Mme BERTHIER se présente aux membres du CVS. Elle a pris ses fonctions le 2 décembre dernier. Des rencontres avec le personnel, puis avec les résidents et leurs familles ont eu lieu. M. JULIEN rappelle la volonté du Conseil d'administration de tout mettre en œuvre afin d'assurer une transition la plus fluide possible ainsi qu'une continuité dans la qualité de l'accompagnement des résidents au quotidien. Ainsi, durant ce mois de décembre, Mme BERTHIER et M. JULIEN travaillent de concert à la transmission de toutes les informations utiles.

### **2- Point sur l'organisation du travail :**

Depuis deux ans, la situation des effectifs est un sujet qui mobilise toutes les énergies. On peut résumer les difficultés de l'année 2024 aux absences constatées dans le service aides-soignantes en raison de congés maternité, congés parentaux ou arrêts maladie. Des agents intérimaires ont été sollicités afin d'assurer la continuité des soins.

### **3- Focus sur le service lingerie-blanchisserie :**

Comme nous l'avons fait pour le service restauration lors de la précédente réunion, nous présenterons les différents services au cours des prochaines réunions.

Nous mettons l'accent aujourd'hui sur le service lingerie en présence de la référente lingerie Florence BONAL et de la responsable hébergement Charlene SORREL Il s'agit d'expliquer le fonctionnement du service et de répondre aux questions et remarques des membres du CVS.

Tout d'abord, la direction et le Conseil d'administration réaffirment le choix de gérer entièrement la blanchisserie-lingerie en interne et de ne pas faire appel à une société extérieure pour le traitement du linge.

- L'équipe affectée à ce service est constituée de 3 personnes. 2 autres agents de service sont en capacité d'assurer les remplacements en fonction des besoins. 2 agents sont présents du lundi au vendredi et 1 agent le samedi et le dimanche matin. Cela permet de conserver une proximité avec le reste de l'équipe et les résidents.

- Les locaux de la blanchisserie-lingerie ont été aménagés en 2007. D'autre part, cette activité nécessite des investissements conséquents afin de renouveler régulièrement les équipements et de disposer en permanence d'un outil de travail performant et adapté aux besoins. Ainsi, entre 2022 et 2024, 92 500 € ont été investis dans le renouvellement des lave-linge, séchoir, calandreuse ou table de repassage.

- Des règles d'hygiène strictes sont respectées telles que la marche en avant, la séparation des secteurs propre et sale, les procédures de désinfection ou le traitement du linge souillé.

- Le traitement du linge nécessite d'importantes manipulations pour le personnel concernés. Cela représente près de 2 tonnes de linge manipulés par semaine en suivant un circuit prédéfini : collecte du linge sale, transfert en lingerie par chariots, tri du linge sale, mise en machine, lavage, sortie de machine, mise en séchoir, sortie de séchoir, repassage ou calandrage, pliage et mise en chariots de distribution, distribution en chambre et rangement dans l'armoire du résident. On constate qu'un vêtement ou un linge est manipulé plus de 10 fois pour un circuit complet.

- Tout le linge personnel des résidents est traité en interne, auquel on ajoute le linge de l'EHPAD : draps, linge de toilette, tenues du personnel (changées quotidiennement), serpillières et franges de lavage, bavoirs.

- Le marquage du linge personnel des résidents est assuré par l'établissement, afin de l'identifier correctement et d'éviter les pertes de vêtements. C'est l'occasion de rappeler aux résidents et aux familles qu'il est important d'informer le personnel de lingerie lorsqu'un vêtement nouveau est introduit dans le trousseau du résident en cours de séjour afin de le marquer avant sa 1<sup>ère</sup> utilisation.

- L'EHPAD possède un stock de vêtements divers qui peuvent être utilisés en dépannage.

#### **4- Actualités diverses :**

- Tous les EHPAD de la région Occitanie ont été contrôlés par l'ARS en 2024 soit lors d'un contrôle sur site (20 % des établissements), soit lors d'un contrôle sur pièces administratives (80 % des établissements). St Côme s'est trouvé dans la 2<sup>ème</sup> catégorie. Toutes les observations ont été levées en dehors de l'obligation de recruter un médecin coordonnateur.
- Évaluation : Mme BERTHIER présente la démarche d'évaluation qui va s'imposer à l'EHPAD comme à tous les établissements en France. Cette évaluation aura lieu en 2026 et sera conduite par un organisme extérieur qui doit être accrédité par la HAS (Haute Autorité de Santé). Toute l'organisation de l'EHPAD sera passée au crible et des échanges auront lieu avec les résidents, les familles, les personnels et les professionnels de santé. L'évaluation conditionne le renouvellement de l'autorisation de fonctionner. Mme BERTHIER précise que les travaux préparatoires à cette procédure d'évaluation seront menés durant l'année 2025.
- Parallèlement à l'évaluation, le projet d'établissement doit être actualisé en 2025. Un travail de rédaction sera conduit durant l'année à partir des échanges menés avec les équipes.

#### **6- Animations :**

- L'arbre de Noël de l'EHPAD est prévu le 23 décembre.
- La distribution des cadeaux de Noël aux résidents est prévue le 20 décembre accompagnée d'un orgue de Barbarie.
- En 2025, les rencontres intergénérationnelles seront maintenues (école Ste Marie, visites des bébés, centre de loisir de St Côme ...).
- Des rencontres entre les résidents des autres établissements de SOLEA sont déjà programmées en 2025 (Challenge pâtisserie, Challenge sportif). D'autres s'ajouteront en cours d'année.
- L'EHPAD participera à un projet porté par la MAS de St Côme (OPTEO) portant sur des ateliers créatifs photographiques.

Le directeur

Serge JULIEN

La présidente

Juliette ROQUES

# Bienvenue à...

## **Mr CUQ Georges est entré le 10/09/2024**

Je suis né à Béziers dans l'Hérault de parents d'origine tarnaise, mon père était chauffeur de poids lourds. J'étais l'aîné de 4 enfants et suis allé à l'école jusqu'à 14 ans. Au moment de la libération, j'ai perdu mon jeune frère dans un conflit entre allemands et maquisards et cela m'a marqué à vie. J'ai fait un apprentissage dans une usine de locomotives qui réparait les machines à vapeur. A la suite, j'ai enchaîné avec les 18 mois du service militaire à Orange et à Rochefort dans les premiers avions à réaction. Enfin en passant un concours, je suis entré dans les télécom à Paris, à Lyon, à Marseille, Le Havre pour arriver définitivement à Espalion en 1960. Auparavant, j'avais rencontré mon épouse originaire du midi et nous avons eu un fils au moment de notre installation à Espalion. A la retraite depuis 1986, j'aimais beaucoup jardiner et pratiquait le vélo.

L'âge avançant, rester à domicile devenait compliqué, il fallait faire des modifications à l'intérieur de la maison et pour plus de tranquillité, j'ai préféré rentrer en maison de retraite à St Côme que je connaissais déjà en venant visiter une résidente, Agnès CABROLIER.

## **Mme BOULET Josette est entrée le 1<sup>er</sup>/10/2024**

Je suis de Castelnau de Mandailles, de Lestrade. Nous étions 3 enfants et nous allions à la petite école du village. Ensuite, j'étais pensionnaire à Castelnau, au couvent des religieuses. Je me suis mariée à 17 ans, mon mari était facteur remplaçant puis agriculteur à la ferme familiale. J'ai eu 5 enfants et j'ai travaillé dur pour les élever. Je m'occupais aussi de ma mère paralysée. Heureusement, j'avais une santé de fer. Maintenant, j'ai 9 petits-enfants et 14 arrière-petits-enfants. J'étais seule chez moi et me suis décidée à rentrer à la maison de retraite avant l'hiver. La soupe est bonne, le personnel est gentil. Mes enfants ne sont pas loin, je prends les repas avec mon fils André et je vois Julie, ma petite fille qui travaille en tant que veilleuse de nuit dans la maison.

## **Mme JASSIN Josette et Mr JASSIN Roger sont entrés le 08/10/2024**

Madame : « Je suis native de Castres. J'ai perdu ma maman à l'âge de 3 mois. Mon père était dans la gendarmerie. J'ai été à l'école jusqu'au certificat d'étude. A 25 ans je me suis mariée et nous nous sommes installés à Espalion. Nous avons eu 3 enfants et je suis restée au foyer pour les élever. J'aimais marcher, j'allais aussi au sport à Espalion.

Dans la vie la santé vous joue des tours et on se trouve bien démunie...

Me voilà avec mon mari à la Maison de Retraite. »

*Monsieur* : « Je suis né à Verrière de Saint Beauzély, proche de Millau. J'étais le 2<sup>ème</sup> de 4 garçons, notre père est décédé quand j'avais 1 an. Ma mère était gérante de la laiterie Louis Rigal. Pendant la 2<sup>ème</sup> guerre mondiale nous avons dû travailler dur. A la fin de la guerre, j'ai perdu mon frère aîné parti dans le maquis et fusillé par les allemands. J'ai été placé à Laissac à Grèzes chez les religieuses jusqu'à mon certificat d'études. Ensuite, j'ai fait l'apprentissage de menuiserie, ébénisterie et charpente. Après un passage à Aguessac, je suis venu travailler à Espalion, dans l'entreprise PUECH qui fabriquait des sièges. J'ai connu ma femme originaire de Castres à ce moment-là. C'est à la suite que j'ai monté l'entreprise ESPALUX avec son frère, Mr Astruc. J'ai arrêté l'entreprise en 1987. Nous avons 3 enfants, 4 petits-enfants et 3 arrières. Pendant une vingtaine d'années, nous avons vécu à St Chély d'Aubrac, ensuite, tout autant, à Balaruc, tout en ayant un pied à terre à Espalion. De la neige, on est allé au soleil ! J'aimais pratiquer la pêche et la chasse dans mes temps de loisirs. Pour des raisons de santé, nous avons décidé de rentrer en EHPAD à St Côme où nous souhaitons trouver tranquillité, non loin de nos enfants.

**Mme AUGUY Suzanne est entrée le 29/10/2024**

Je suis née à Paris, fille unique. Pendant une bonne partie de la guerre, j'ai été placée à St Côme chez mes grands-parents paternels. A la campagne, on ne manquait de rien. Je suis remontée à Paris à l'âge de 13 ans, après la guerre et je suis allée à l'école jusqu'au brevet. Plus tard, avec mon mari, nous avons tenu une papèterie. A la suite du décès prématuré de mon mari, j'ai dû travailler dur dans ce commerce tout en élevant mon fils. J'ai 3 petits-enfants installés à Paris. A la retraite, je suis venue vivre à St Côme et me suis occupée de mes parents. Ayant plus de temps libre, je m'étais inscrite dans un groupe folklorique et puis, plus tard, dans une chorale à Bozouls. Je jardinais un peu et allais au club de gym à St Côme. Suite à une chute et à ma malvoyance, il s'est avéré nécessaire de rentrer à la maison de retraite. J'y retrouve des connaissances, Rose, Lucette, Jeanine, Rolland, Juliette... Ma chambre est bien ajourée, la cuisine est faite maison et certaines activités me plaisent comme la gym douce, l'équilibre et le chant du jeudi matin ; j'y participerai prochainement.

**Mme FREVAL Andrée est entrée le 19/11/2024**

Je suis une pure Saint-Cômoise née rue du Terral. Mon père était cantonnier et pendant la guerre ma mère travaillait dur à la boucherie Vayrou. J'ai été à l'école à St Côme, puis à Espalion, puis à Rodez où pour cause de maladie, j'ai quitté l'école normale. J'ai connu mon mari qui venait en vacances dans le village. Après notre mariage, nous sommes montés à la capitale et avons eu différentes gérances de commerces. Nos deux enfants ont été élevés par leur grand-mère au pays. Nous revenions à St Côme entre deux salons. Puis, nous nous sommes retirés dans la maison de mon mari au bord du Lot, place du Relais. J'ai 4 petits-



enfants et 4 arrières. La maison étant à étage, je me décide à rentrer aux Galets d'Olt que je connais bien depuis sa création en 1964. Je continue à avoir la visite de Violaine et Jessica, 2 jeunes dames que j'employais à mon domicile et c'est très important pour moi. J'apprécie la tranquillité de ma chambre et m'intéresse aux activités de la maison.

**Mme AYRAL Jeanine est entrée le 26/11/2024**

Je suis née Domergue à St Chély d'Aubrac. Nous étions 3 et notre père était tailleur et coiffeur. A l'âge de mes 10 ans, nous sommes venus vivre à St Côme. Petit à petit le métier s'est perdu. Je suis allée à l'école jusqu'au certificat d'étude. Très jeune, je suis allée travailler en tant que serveuse à Paris dans le commerce de mon oncle. J'ai connu mon mari, charbonnier puis devenu routier. Nous avons eu 3 filles, et la famille s'est agrandie avec 8 petits-enfants et 11 arrières. A la retraite, j'ai vécu à Estaing puis à St Côme. Pour des raisons de santé, je vivais chez une de mes filles puis depuis quelques jours, me voilà résidente. Ma chambre a la vue sur le clocher et la rue. J'aime beaucoup regarder à la fenêtre, j'y vois la vie du village. Mes filles sont à côté, j'ai participé à une séance de chant proposée le jeudi matin. Avec le temps, je vais m'habituer.

**Mme DELAGNES Georgette est entrée le 3/12/2024**

Mes origines sont de St Côme, au lieudit Combes, une ferme isolée, en montant sur Salgues. Nous étions 3 enfants, j'étais la plus jeune. Je suis allée à l'école à St Côme et aux cours ménagers à Malet pendant quelques mois pour apprendre un peu tout. J'ai ensuite travaillé à la ferme jusqu'à mon mariage. Mon mari était facteur puis receveur des postes, ce qui nous a fait partir dans différents lieux, Ayssènes, Castelnau de Mandailles et Calvinet. Nous avons eu 2 enfants et je suis grand-mère de 6 petits-enfants et 7 arrières. A la retraite, nous nous sommes retirés à St Côme. Je m'occupais beaucoup de la paroisse. J'ai décidé de me retirer à la maison de retraite que je connais bien car je visitais les malades. Je souhaite aller aux animations et tous les matins rejoindre l'équipe d'épluchage.

**Mme FERAL Simone est entrée le 17/12/2024**

Je suis originaire de Pradinas, à côté de Rieupeyroux. Mon mari était cantonnier et nous avons vécu à St Côme à la Rigaldie. Nous avons eu trois filles. J'ai de nombreux petits enfants et arrières. A la maison de retraite, j'espère me reposer et avoir de nombreuses visites de ma famille.



*L'ensemble de la Résidence les Galets d'Olt  
vous souhaite une bonne adaptation*



# Du mouvement dans le personnel



**AURORE DELMAS** « Je m'appelle Aurore, j'ai 43 ans et suis bretonne. Je suis arrivée dans l'Aveyron en 2006. Avec mon mari, nous avons 3 filles et 3 chats dans notre maison à Rodez. Je pratique la danse classique et j'aime énormément lire et l'histoire. Je suis heureuse d'avoir rejoint votre EHPAD. »

**YANNICK YAMS** « Bonjour, je suis aide-soignant depuis 20 ans et je suis ravi de vous rencontrer tous les jours. Je suis de Bozouls et avant de venir travailler à St Côme, j'étais au foyer de vie de Pont de Salars pendant 17 ans. Je voulais changer pour me rapprocher de mon domicile et cela ne m'a pas été facile. J'ai 2 fils âgés de 16 et 18 ans. Maintenant je ne regrette pas ce changement. J'espère être à l'écoute de vos besoins et de vos attentes car je souhaite vous stimuler pour vous maintenir au maximum dans votre autonomie. Je souhaite contribuer à vous assurer le bien-être et le confort avec le plus d'empathie et de sympathie. »



## Bienvenue à Jules et Heidi

Comme de coutume le foyer est débordant de résidents et personnels pour accueillir et souhaiter la bienvenue des nouveaux nés dans notre grande famille des Galets d'Olt !

« Nous sommes là pour accueillir **JULES**

- Il est tout mignon du haut de ses 3 mois !
- Et dire que nous avons été comme ça !
- On a bien changé dit ! »

Il s'en suit, un silence contemplatif montrant bien le plaisir et l'émotion de recevoir dans ces murs un petit bébé.

Des bébés, il y en a presque tous les lundis matin ! Et pour dire, le petit Jules va en faire partie puisque sa nourrice est une des nounous qui fait

visite au foyer le premier jour de la semaine ; en effet, sa maman reprend le travail d'aide-soignante à l'EHPAD dès le 1<sup>er</sup> octobre et du coup, nous allons le revoir régulièrement et nous le verrons grandir ce *pitchounet*.



Mardi 26 novembre à la résidence...

C'est au tour de la petite **HEIDI** de nous rendre visite et nous ne manquons pas ce rendez-vous... *Heidi*, un joli prénom qui nous rappelle le récit des aventures d'une fillette vivant dans les montagnes suisses avec son grand-père. Sophie, sa maman, originaire des Vosges et veilleuse de nuit à l'EHAD, est ravie de nous la présenter, son grand frère Sasha est là aussi.

« Elle est adorable cette petite, elle est toute tranquille !

- Et dis, regarde un peu comme son grand frère, Sasha est attentif à tout ce qui se passe autour de la petite !

- C'est qu'il prend son rôle de gardien avec cœur ! Il aime sa petite sœur ! »

Des moments de partage toujours aussi appréciés et remplis de douceur...



## Aurevoir Antony



« Bonjour,

Je vais bien, mon adaptation au sein du nouvel établissement se poursuit.

Suite à mon départ courant Décembre 2024, je vous écris ces quelques mots pour vous dire que cela n'a pas été une décision facile de vous quitter, j'ai apprécié et beaucoup appris de mon passage au Galets D'Olt. Pour moi, ce fut une première expérience en EHPAD et ma vision de celui-ci a changé, car on peut dire que les Galets d'Olt est une grande famille où le partage, l'esprit d'équipe et le respect de l'humain sont de mise.

Je vous quitte pour me rapprocher de mon domicile, dans un Hôpital/EHPAD à Saint Geniez d'Olt où je continuerai à exercer mon métier de cuisinier avec passion.

Au plaisir de vous revoir. »

Anthony BRAZ

# Aurevoir à Serge JULIEN

## DIRECTEUR DES GALETS D'OLT DE 2003 A 2024



Cher Serge,

Vous nous réunissez ce 30 décembre pour votre départ après 21 ans de direction de la Maison. Il me revient l'honneur de ce mot. L'exercice n'est pas facile, d'abord parce que je pense que vous êtes un adepte de la discrétion. Aussi vais-je m'appliquer à rappeler simplement quelques faits et événements de ce long bail.

Avant cela, dans les années 1998/2000, nous avons déjà collaboré, vous, directeur du Lycée à dominante forestière d'Entraygues et moi, directeur du Collège/Lycée Immaculée Conception à Espalion. Fonctionnant en internat permanent à Entraygues, vous aviez eu la grande amabilité d'accueillir lors des week-ends des élèves de nationalité étrangère, lycéens à Espalion. Sans cette aide, pas de scolarisation possible de ces jeunes à Espalion ! Comble de la situation : je ne suis pas sûr que vous ayez été complètement réglé de ce service.

Par la suite, après la fermeture de ce Lycée d'Entraygues, vous vous réorientez et postulez, avec succès, à la direction de l'EHPAD Les Galets d'Olt à St Côme. Pour la petite histoire, vous êtes reçu au Conseil d'Administration le 30 octobre 2003, présenté aux personnels puis aux Résidents le 4 novembre, et prenez vos fonctions le 17 novembre 2003. Depuis lors vous assumez la tâche de diriger le navire, vous appuyant sur l'ensemble des personnels que vous savez écouter et avec qui vous partagez problèmes et tracas du quotidien.

L'année 2004 sera pour vous, Serge, un baptême du feu plutôt ardent avec l'installation de la climatisation au foyer (2003, l'année de la canicule est passée par là, générant la journée de solidarité, chère au ministre RAFFARIN, en faveur des personnes dépendantes). Vous déposez aussi en 2004 la convention tripartite qui gère notre fonctionnement entre l'Etat pour le soin, le Département pour la dépendance et l'EHPAD pour l'hébergement. Elle ne sera effective qu'en novembre 2005. Il y aura enfin, début juillet 2004, la fête du 40<sup>ème</sup> anniversaire de l'ouverture de la Maison.

Vous allez retourner en formation, de juin 2006 à novembre 2008, au rythme d'une semaine par mois, pour préparer le CAFDES (Certificat d'Aptitude aux Fonctions de Directeur d'Etablissement ou de service d'intervention Sociale). Vous réussissez brillamment cet examen en finissant, votre modestie dût-elle en souffrir, major de la promotion.

Diriger les Galets d'Olt, c'est être, en permanence, bâtisseur. Vous y avez pris toute votre part. Depuis la rénovation à partir de 2006 du rez-de-chaussée de la bâtisse, rénovation conduite par l'architecte Jean-Louis LEGRAND pour un montant proche de 2 millions d'euros, jusqu'à l'extension de la salle de soins confiée au Cabinet d'Architecture ROZIER/GINISTY, la Maison est souvent en chantier afin d'adapter et d'améliorer la structure pour un plus grand confort des résidents et un service plus aisé

des personnels. Je pense encore à la réfection des douches et à la pose des rails de manutention dans toutes les chambres.

Quand l'utile se joint à l'agréable, après l'achat d'une partie du terrain de l'Ecole Ste Marie en 2008, vous êtes présent pour aménager et faire vivre le jardin intergénérationnel qui rassemble nos aînés et les enfants de l'école.

En 2021, vous nous invitez à réfléchir à la transition énergétique : en clair, quelle énergie demain en lieu et place du fuel ? La réalisation d'un diagnostic énergétique du bâtiment donne un résultat positif encourageant : l'enveloppe est bien isolée.

Je ne surprendrai personne en disant que la vie d'un directeur n'est pas un long fleuve tranquille. Vous avez su, cher Serge, diriger l'EHPAD au gré des réformes du législateur, des financeurs jamais pressés de tenir leurs engagements envers nos aînés, des aléas par définition imprévisibles. Evidemment, la crise COVID n'a pas épargné les Galets d'Olt entre 2020 et 2022 avec son lot de contraintes que furent les masques, les visites interdites puis autorisées, les pass-sanitaires, les vaccinations... Nous sommes alors touchés par une insuffisance de personnels qui nous ont conduits à une suspension des admissions de résidents, laquelle a diminué l'activité et contribué à connaître des exercices financiers déficitaires (phénomène accentué par le recours à l'intérim et les mesures salariales liées au SEGUR de la santé non intégralement compensée par l'Etat contrairement à son engagement).

Je veux ici noter votre investissement auprès du GCSMS SOLEA qui est un groupement de Coopération Sociale et Médico-Sociale, fort d'une quinzaine d'EHPAD privés ou publics. Groupement né en 2013 aux travaux duquel participe Jean-Paul BALITRAND, vice-président de notre Conseil. Serge, vous en avez été son premier administrateur en 2013 et vous avez assuré à nouveau cette responsabilité en 2024. Belle confiance de vos collègues directeurs !

En 2021, se crée en Aveyron un collectif de professionnels du secteur du grand âge afin de porter une parole forte auprès des autorités administratives et politiques. Vous y participez activement et contribuez à l'élaboration d'un livre blanc recensant les difficultés du secteur et des propositions pour les dépasser.

Avant de terminer, je voudrais évoquer votre fonction, Serge, au sein du Conseil d'Administration, lequel compte 12 membres, bénévoles, très attachés à la Maison. A raison de 4 réunions en moyenne par an, vous avez donc allègrement dépassé les 80 réunions de cette instance. Vous nous avez parfaitement accompagnés dans nos prises de décisions, en éclairant chaque débat par vos réflexions pertinentes et des supports bien établis. Nous gardons tous en mémoire les documents qu'avec l'aide du cabinet comptable, vous nous présentiez. Il est rassurant pour un Conseil et son Président de pouvoir compter sur cette étroite collaboration afin d'assumer sereinement la responsabilité d'une structure qui compte une soixantaine de salariés équivalent temps plein et dont le budget frôle les 3 millions d'euros. Un mot encore : à chaque réunion, vous nous faisiez un point sur les ressources humaines : départs, arrivées, les manques de personnels qui créent une surcharge de travail aux présents. Par ces informations, nous percevions l'attention bienveillante que vous portiez à chacun. Cher Serge, il me reste à vous remercier très sincèrement pour tout ce que vous avez apporté aux Galets d'Olt, pour votre disponibilité et vos compétences mises au service de nos aînés. Merci enfin pour le tuilage de ce dernier mois avec Sarah.

En terminant, nous aurons toujours le plaisir de vous retrouver, ici où vous resterez le bienvenu ou dans votre bonne ville de Rodez lors d'un match de foot ou de hand. Demain, après nous avoir quittés, vous ouvrirez une nouvelle page de votre vie : je suis sûr qu'elle sera encore faite d'engagement et de service.

Encore merci, Serge, et bonne route !

Pierre PLAGNARD Président du Conseil d'Administration de l'EHPAD Les Galets d'Olt

## Que d'émotions !



« De la part des résidents il est offert à Mr Julien un tableau avec pour cadre les empreintes de chacun de nous, un arbre y est représenté, il est fourni de galets sur lesquels sont écrits des mots qui caractérisent notre cher directeur : gentil, à l'écoute, bienveillant, attentif, avenant, souriant, confiant, compétent...

Et aussi un pot à eau en terre décoré d'un dessin représentant la Maison de Retraite côté jardin avec l'olivier. Il a été confectionné par la potière de St Côme. Avec cet objet sur sa table il ne peut nous oublier ! »



« Il y a quelque temps une urne était à disposition pour tous ceux qui voulaient laisser un message et ou une participation pour des cadeaux. Tous cela lui a été remis, il a été très touché par toutes ces attentions. »

« Un petit diaporama préparé par les animatrices a été projeté sur écran. Il y avait des photos représentant Mr Julien sur 21 ans à des moments bien particuliers où l'humour est présent, des évènements plus sérieux, des situations... Des souvenirs qui ne laissent pas insensibles qui réveillent en nous l'attachement et le respect qu'on avait pour cet homme ! »

« Oui une page se tourne, l'histoire de cette Maison continue ! ... »

« Nous souhaitons aussi une très bonne adaptation à la nouvelle Directrice Mme Sarah Berthier ! »

« Ce moment convivial empreint d'émotions s'est terminé par le verre de l'amitié et un goûter offert par le futur retraité. » *Résidents et personnels*



**BONNE RETRAITE  
Mr Julien !**



# Lundi 2 décembre, 1<sup>er</sup> jour pour Mme Sarah BERTHIER nouvelle directrice

Voici le mot de Mme Sarah BERTHIER, accompagnée de Mr JULIEN, qui s'adresse aux résidents venus la rencontrer au foyer :

*Mesdames, Messieurs,*

*Je suis très heureuse d'être avec vous aujourd'hui, pour mon premier jour en tant que Directrice des Galets d'Olt.*

*Je tiens d'abord à remercier Monsieur Serge JULIEN pour tout ce qu'il a accompli ici. C'est un honneur de lui succéder, et je ferai de mon mieux pour continuer son travail.*

*Je me présente, j'ai 47 ans, je suis mariée, maman de deux grands enfants et j'habite la commune de Gabriac. J'ai toujours travaillé dans des structures de santé et médico-sociales avec un seul objectif : veiller au bien-être de chacun.*

*Mon rôle ici est de m'assurer que vous vous sentiez chez vous avec les meilleurs soins possibles, entourés de bienveillance et de chaleur humaine. Chaque jour, nous voulons que vous soyez accompagnés avec respect et que vous puissiez continuer à profiter de bons moments, avec vos proches et avec le personnel qui est là pour vous.*

*Avec l'équipe, nous allons travailler pour améliorer, encore, la qualité de vie ici et faire en sorte que tout le monde, résidents et employés, se sente bien dans ce bel établissement.*

*Je vous remercie pour votre accueil et je suis impatiente de partager ce chemin avec vous tous.*

*Merci*



## UNE PENSÉE POUR ...

Monsieur GALIBERT Jean-Claude nous a quittés le 08/09/2024 à l'âge de 88 ans

Madame RYBAKA Denise nous a quittés le 19/10/2024 à l'âge de 96 ans

Monsieur BESOMBES Roland nous a quittés le 29/10/2024 à l'âge de 93 ans

Madame BEZAMAT Rosa nous a quittés le 09/11/2024 à l'âge de 93 ans

Madame ROULIES Maria nous a quittés le 18/11/2024 à l'âge de 91 ans

Monsieur VASSAL Robert nous a quittés le 09/12/2024 à l'âge de 92 ans

Monsieur AYRAL Paul nous a quittés le 20/12/2024 à l'âge de 92 ans

Madame BAUDY Denise nous a quittés le 28/12/2024 à l'âge de 92 ans

Monsieur CARNUS Louis nous a quittés le 20/12/2024 à l'âge de 95 ans

L'ensemble de la Résidence adresse ses sincères condoléances  
aux familles et s'associe à leur peine.

## Décès de Cécilia Jorge Coulom

Nous avons une pensée pour notre collègue, Cécilia Jorge Coulom, aide-soignante dans l'établissement depuis 2017. Son décès subit le 22 septembre 2024 nous a beaucoup attristés. Nous adressons à son mari, Audrik, à ses deux filles, Maylis et Léna, nos sincères condoléances et leur exprimons toute notre sympathie.

## TOUSSAINT

Souvent je vais m'asseoir auprès d'un pin tordu  
Qui domine la mer du haut d'un promontoire.  
J'écoute le silence : des murmures ténus  
Bruissent tout doucement en vagues de mémoire.

J'écoute mes parents qui viennent réanimer  
Les tendresses passées – ma grand-mère attendrie,  
Nos voisins de l'immeuble, l'épicier du quartier,  
Et toutes leurs chansons des printemps de jadis.

Puis, mêlé à la voix grave des vieux maîtres  
C'est le chuchotement des amis d'autrefois...  
Des sourires confiants renaissent autour de moi,  
Chacun a sa manière que je sais reconnaître

Poètes admirés dont les vers m'ont charmé  
Qui m'enchantent toujours de beauté pareille,  
Héros dont les exploits m'ont souvent fait rêver,  
Chanteurs aux gais refrains volant à tire-d'aile,

Je vous retrouve tous en cercle bien vivant  
Quand le matin s'éveille à l'ombre du vieux pin,  
Tous reconnus, tous retrouvés, tous présents,  
Fidèles compagnons au long de mon chemin...

*Florilège de poésies de Robert Michel*



# Bonjour Madame

Au départ de sa création la résidence avait ce qu'il fallait pour répondre au désir de pouvoir pratiquer la religion catholique puisqu'il y avait des religieuses qui résidaient ici et un prêtre tout à côté. Comme partout petit à petit prêtre et religieuses nous ont quittés et n'ont pas été remplacés.

Je connaissais bien la maison de retraite, avant d'y être résidente depuis 2 ans.

Pendant de nombreuses années, je m'occupais du chapelet à la chapelle, je participais aux préparations de messes, de veillées de prières et autres...

Pour moi, tout a commencé vers les années 1990 lors d'une réunion organisée par le père Albert GILHODES, prêtre de la paroisse de St Côme. Ce jour-là, il soumet l'idée d'aller à la rencontre des résidents de la Maison de Retraite attenante au presbytère. Mme DECRUEJOULS Andrée et moi-même, nous nous portons volontaires. Après avoir rencontré Mr BREGOU, directeur, nous voilà en « mission », ce terme ne me plaît pas... Nous voulons apporter notre soutien, être à l'écoute et proposer si la personne le désire un accompagnement de la vie chrétienne. Au départ nous sommes bien timides, nous commençons par aller voir les personnes que nous connaissons, petit à petit, l'échange avec d'autres personnes arrive. Des liens se créent. Sont venues se joindre à nous Georgette DELAGNES et Lucienne POLLAERT.

Je me souviens du chapelet organisé le samedi soir, il y avait une participation régulière. Toutes les semaines, une messe était célébrée. Je préparais l'autel, c'est Paulette CATUSSE, lingère à la résidence, qui m'a tout appris, il y a tout un protocole !

Avec Thérèse BELIERE, nous préparions les textes pour la messe. Elle s'appliquait à écrire les prières universelles. Il y avait aussi la préparation des offices du sacrement des malades, les veillées de prières pour dire un dernier adieu lors du décès d'un des résidents. C'est toujours proposé, ça compte pour nous, résidents, familles et personnels.

En m'impliquant de la sorte je faisais connaissance avec les nouveaux venus, je leur proposais mon aide pour les accompagner à la chapelle. J'apportais la communion à ceux qui le désiraient mais aussi je pouvais être le porte-parole du résident ou de la famille pour demander la visite du prêtre.

Je faisais attention de rester à ma place en m'appuyant de l'avis du professionnel.

Il est important pour moi de citer le Père Emile PUECH, chercheur au CNRS à Jérusalem, natif de Sébrazac dont les parents et le frère résidaient ici. Depuis très longtemps et encore, il a à cœur de venir d'aussi loin célébrer les fêtes religieuses comme Pâques et Noël.

Les fêtes religieuses comptent pour moi, je suis d'une génération marquée de la tradition chrétienne. La confession ou autrement dit : sacrement de réconciliation, ça ne se pratique plus... même les termes changent ! Il y a une messe proposée tous les 2<sup>èmes</sup> jeudis du mois célébrée par le père Jean Luc BARRIÉ. Il faut essayer de suivre son temps !

Il me reste de ce temps des moments qui ont beaucoup compté pour moi. Partager les moments heureux et plus difficiles de personnes qui nous font confiance en ayant le sentiment de les aider. C'est gratifiant, je les en remercie.

Aujourd'hui je regrette de ne plus pouvoir apporter mon aide mais ce qui compte le plus c'est qu'il y a toujours des personnes bienveillantes pour maintenir tout cet accompagnement, il y a : Sr Marie Béatrice, Sr Emilie, religieuses au couvent Angèle Mérici à Malet et les bénévoles comme moi il fut un jour. Je n'oublie pas le personnel des Galets d'Olt, à leur niveau, qu'ils soient attentifs à ce que chacun d'entre nous puissions accomplir notre besoin de pratiquer notre religion quelle qu'elle soit.



Pour finir, il n'est pas utile d'appartenir à une religion pour aimer rencontrer, échanger et aider qui que ce soit, un bonjour amical accompagné d'un sourire est l'un des plus grands réconforts !

*Juliette Roque*

# Le monde de la bibliothèque

## *Le coup de cœur des résidents*

### **Septembre : *La promesse de l'aube de Romain Gary***

C'est l'histoire de l'amour fou d'une mère à son fils, c'est l'autobiographie de Romain Gary.

L'écriture est magnifique, les anecdotes s'enchaînent. Une mère extravagante, possessive, dramatique, mère russe et juive dans toute sa splendeur. Elle veut faire de son fils un grand homme.

Elevé par cette femme seule, courageuse et tenace, il n'aura de cesse de lutter pour honorer une promesse qu'il a faite à l'aube de sa vie.

Récit émouvant et humain et en même temps enrichissant car nous donne une vision très intéressante de certains épisodes de notre histoire.



### **Octobre : *Au revoir Là-haut de Pierre Lemaître***

L'histoire se situe en novembre 1918, à quelques jours à peine de l'armistice entre les allemands et les français. Deux jeunes poilus se sauvent la mise mutuellement. Albert et Edouard comprennent vite qu'après la guerre, la France glorifie ses morts mais oublie les survivants à leur triste sort. Edouard appartient maintenant aux « gueules cassées » et Albert se retrouve sans rien ; ils décident d'imaginer une arnaque d'une audace inouïe qui leur permettra de se sortir de cette exclusion dont ils sont condamnés. Ce livre est un vrai chef d'œuvre mélangeant réalisme et romantisme.

Un style magnifique, des touches de cynisme, l'histoire est originale.

C'est une prix Goncourt mérité !

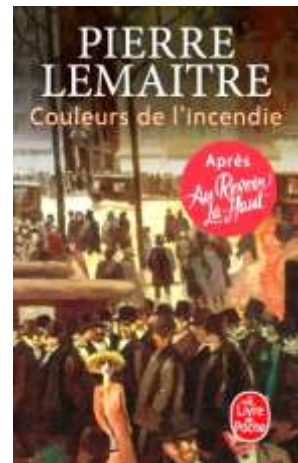


### **Novembre : *Couleurs de l'incendie de Pierre Lemaître***

Ce roman est la suite d'*Au revoir là-haut*, coup de cœur d'octobre.

C'est une fresque romanesque au cœur de laquelle Pierre Lemaître nous plonge. Il décrit le déclin puis la renaissance d'une femme forte, rusée et trahie par les siens. Dans un contexte historique passionnant, ce deuxième volet se révèle haletant et captivant. Il ne se passe pas un paragraphe sans qu'un fait nouveau survienne.

Madeleine, la mère de Paul hérite de l'empire Péricourt, suite au décès de son père. Elle va connaître une période sombre où au désespoir de voir son fils handicapé, vont s'ajouter la banqueroute et le déclassement. Mais, elle va remonter la pente et prendre sa revanche sur les hommes qui ont précipité sa chute. Une histoire de vengeance digne d'Alexandre Dumas.



### **Décembre : *Cents ans de solitude de Gabriel Garcia Marquez***

Ce roman raconte l'histoire de la famille Buendia sur plusieurs générations.

Cela se passe dans un village colombien nommé Macando.

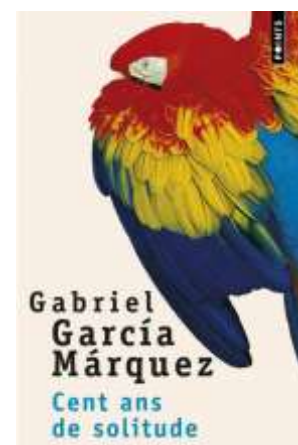
José Arcadio et sa cousine s'unissent. Suite à une malédiction, le couple va s'exiler et s'installer dans ce lieu reculé pour y fonder une famille.

Amour, humour, drame, illusions, violence ou féerie composent ce roman.

Des prénoms, les mêmes qui reviennent et qui embrouillent le lecteur.

En lisant ce livre on passe par beaucoup de sentiments.

S'il vous vient l'envie de le lire, prenez le temps de le savourer, ne perdez pas le fil de l'histoire !



# Talents... LES ARTISTES EXPOSENT...

D'octobre à fin novembre **Monique BONICEL** nous a laissé ses tableaux en exposition.

Elle définit ses œuvres comme tel : je suis une artiste peintre contemporaine française d'Espalion.

Je pratique plusieurs disciplines, telles que l'huile, l'aquarelle, le pastel, l'acrylique, le collage, le monotype, l'encre et la photographie.

Le changement de style s'opère avec naturel suivant la matière, passant de l'impressionnisme, à l'abstrait, au figuratif...

C'est sur les plateaux « Alto-Braco » plateau volcanique et granitique nord Aveyron mon pays d'origine, que je trouve mon inspiration.

Je conçois mon art en premier lieu sous son aspect artisanal du « faire » et « dire ». Mon expérience artistique dont l'émotion très forte est liée à l'activité de pure réceptivité...



Roger P. résident, aime exprimer comme à chaque fois ce qu'il voit et ressent :

« Il y en a quelques un qui sont pas mal et d'autres où je m'efforce d'y donner une signification. J'aime bien le faire. L'abstrait c'est assez spécial, chacun a son style.

A ces derniers je donne un titre : Tourbillon de couleur, Un ciel sur un contraste de vert, ... C'est assez tourmenté.

Là c'est beau ! : Un arbre en fleur, de la fougère, un champ de blé, un pot de fleur, un fond de rue...

Il y a de l'expression et la nature semble l'inspirer, il y a du talent.

Les tableaux avec de la matière : c'est de la sculpture, c'est encore autre chose...

Cette artiste a de l'imagination et se laisse aller dans sa créativité.

J'aurais souhaité que cette personne nous donne au départ de son exposition quelques éléments d'explication à ses œuvres. »

Depuis début décembre c'est **Marielle SEQUIES** qui prête ses tableaux. Ces derniers viennent compléter les décors pour les fêtes de fin d'année





« C'est beau, j'aime beaucoup. Ce sont des dessins qui sortent de l'imaginaire de l'artiste. Celui-là, on dirait des laines éparpillées, l'autre me fait penser à mon ancien métier, des volutes que je faisais en fer forgé. Là, on dirait des étoiles et puis il y a le cœur. Les couleurs sont bien dosées, bien mélangées, elle a le don de les assembler. Les courbes sont agréables à l'œil.



Les cinq cœurs, tous différents, un en relief, un avec *L'Amour guérit tout*. Oui, c'est bien vrai, physiquement, moralement malgré des trous à certains moments de la vie. Il y a aussi de l'asymétrie, des feux d'artifice, des rosaces comme des vitraux, des étoiles, des orages et des éclairs. C'est une belle exposition qui me fait penser à de la poésie. » Roger P.

**Ma petite histoire :** Je suis, comme j'aime le dire, « *Eveilleuse Bien-Être* » ou « *Accompagnatrice Holistique* » des termes plus en accord avec moi que le mot « *thérapeute* », installée à Espalion depuis 10 ans. J'aime Diffuser et Partager Ma Joie de Vivre.

Tout a commencé par des « *gribouillages* ». Depuis toujours je ne sais pas garder un crayon dans la main sans « *crayonner* ». Une façon de lâcher-prise, se détendre. J'adore mélanger les couleurs, les associer. Chacune d'elle apporte une *Energie* différente, et chaque mélange de couleurs aussi.

Un jour, un déclic : je prends une feuille à dessin, des crayons aquarellables, et je commence sans réfléchir, tout naturellement, à créer des formes, des lignes plus ou moins épaisses, ... ce qui me vient à l'instant. (...)

Je travaille dans l'Accompagnement Holistique, avec des *Energies Puissantes et Pures*. Ma collègue Amie me fait part de son ressenti sur la *Puissance* de ce dessin, et le pendule me le confirme, à mon Grand Etonnement ! ça me le confirme, à mon Grand Etonnement ! ça Envoie !

C'est ainsi que peu à peu, je me suis mise dans Ces Créations, Artistiques certes, mais surtout *Energétiques*, en continuité des *Soins Energétiques* que je pratique en cabinet et à distance...

Je ne me considère pas « *Artiste* » dans le sens où je n'ai appris aucune technique de peinture, à part quelques tutos sur le net.

J'ai appris à lâcher et Accepter les formes telles qu'elles se créent, sans aller y retoucher. Car j'étais plutôt « *tatillonne* » lorsque, par exemple, le dessin n'était pas centré, ou autre décalage (pour le mental !). Une excellente *Thérapie* que je fais, d'ailleurs Découvrir en Ateliers SLLG (Se Lâcher la Grappe).

Plutôt autodidacte, je crée ce qui me vient, avec ce que j'ai sous la main : peinture acrylique, ou feutres peinture, mais également des Créations sur logiciel sur tablette numérique où j'utilise Toujours Mon *Energie*, LaHoChi Origine intégrée en moi, à travers mes doigts. Je crée sur ma tablette, j'enregistre l'image puis je fais imprimer. L'avantage de ces créations numériques, c'est qu'elles sont ré imprimables autant que l'on veut et sur différents supports.

Je Vous Souhaite une Belle Découverte et de Superbes Energies à travers mes deux styles de Créations.

Au plaisir de Vous Accompagner, via ces Créas, dans votre lieu de Vie ou votre bureau, ou bien au Cabinet Autrement Zen.

**MAZ (Marielle Autrement Zen)**

# Découverte à Bournazel

C'est la première fois que nous prenons la route pour le village de Bournazel où le château peut se visiter aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur avec son grand jardin. Pour nous cela sera que la visite du splendide jardin, l'accès des étages du château n'est pas accessible pour les personnes à mobilité réduite.

Quelques résidents et leur accompagnatrice de l'EHPAD de St Chély d'Aubrac ce sont joint au groupe. En arrivant en fin de matinée, l'heure est au pique-nique sur la place de ce beau village accueillant.

« Oh, il y a très longtemps, j'avais visité le château à l'intérieur, je me souviens de très grandes pièces en travaux. Sinon, le jardin est bien aligné, bien taillé, vraiment à voir ! J'ai pris une brochure que j'ai envoyé à ma fille pour aller le visiter en famille aux prochaines vacances à St Côme. En plus, nous avons eu le beau temps ! » *Lucienne P.*

« C'était drôlement joli ce grand parc, il est classé jardin remarquable, il y a de quoi ! Quand on voit ce parc, on imagine l'importance de ce château ; il y a plusieurs tours dont une dominante. Tout l'ensemble est bien tracé, il y a deux bassins, pour y accéder, il y a plusieurs marches, heureusement qu'avec l'aide de d'Aurélie et Evelyne j'ai pu les franchir. Il n'y a pas beaucoup de fleurs, ce n'est pas la saison mais par contre il y a beaucoup de petites haies de buis taillées dans toutes les formes. Tout est rectiligne, il y a des sentiers de cailloux, certes pas très commodes pour faire avancer les chariots. En arrivant nous avons piqueniqué au centre du village et avons eu la visite de Valérie et sa petite fille, Enola. Valérie qui a travaillé plusieurs étés à la maison de retraite est la sœur de Nathalie Ayrinhac, la secrétaire. Hélène Guichard était avec nous pour accompagner 4 résidents de la maison de retraite de St Chély d'Aubrac, nous avons partagé le repas ensemble ainsi que la visite. » *Bernadette B.*

« Magnifique ! Dommage de ne pas avoir vu l'intérieur ! Malgré mes genoux, j'ai pu profiter sur le fauteuil roulant. On était bien accompagné, avec toutes les attentions du monde ! Je me suis vraiment régalée ! Cela m'a rappelé que du côté de mon père, sa mère, donc ma grand-mère paternelle faisait partie de la noblesse avec le nom de Du Chevallard De ... Du ... ! J'ai le vague souvenir d'avoir visité une propriété comme un château, avec une très belle chapelle, lieu de mes ancêtres. Quelle idée d'avoir épousé un Cheuzeville ! Je veux rire... » *Colette C.*

« On voit bien que ce village attire des visiteurs avec le château, la place est très accueillante avec des tables à disposition. Le jardin vaut d'être visité il est remarquable ! Il est notifié sur la brochure explicative : Le jardin est le fruit d'un long travail en archives et d'une campagne de fouilles archéologiques.

La restauration des jardins de Bournazel offre un exemple cohérent de composition réalisé entre 1542 et 1561. Jardin clos comprenant neuf parterres thématiques sur l'éducation d'un prince fortuné, fontaines, vases, polyandron, jardins de chambre aux cloisons de charmilles, verger, "Hortus Conclusus", labyrinthe, tonnelles et terrasses, pièce d'eau, dont l'organisation symbolique, littéraire et intellectuelle rappelle les ambitions de la Renaissance."

C'est assez impressionnant et j'en conclus qu'il doit en falloir des heures de travail pour tout tailler !  
» *Louise B.*

« Tout était très beau à voir, en marchant cela m'a fait faire un exercice physique. Dans ce bel espace de verdure, je me suis bien débrouillée ! C'était bien agréable cette visite d'autant plus que j'ai vu ma nièce et sa petite fille qui habitent Bournazel ! » *Angèle S.*



# Challenge Solea : 10ème édition depuis 2015



« 3<sup>ème</sup> fois que je viens au challenge, j'aime bien y aller ! J'ai beaucoup apprécié la promenade en charrette et toute cette jeunesse présente était très gentille. Du coup, j'ai participé à tout ce qu'on m'a proposé et je ne pensais pas en faire autant ! Le tour en voiture ancienne m'était très agréable. Même s'il y a du monde, on se sent à sa place et chacun peut aller à son train-train tout en étant à en confiance. Je suis là et l'année prochaine, si je peux, j'y retournerai ! » *Angèle S*

« J'ai trouvé que c'était bien organisé. Nous avons été bien reçus avec le café et la fouace. Les jeunes étaient très gentils avec les personnes âgées ; les 2 petits jeunes qui nous ont accompagnés étaient de l'école Jeanne d'Arc. La promenade en calèche était super même si l'installation fut compliquée, rocambolesque et sportive ! Tout au long du parcours, les jeunes commentaient l'environnement. Tellement bien installée que finalement ce mode de transport était fort bien adapté et confortable si bien que nous ne ressentions pas les secousses ! La zumba : faire des mouvements en musique, c'est très entraînant ! Avec la raquette, le volley : c'était bien difficile avec mes épaules mais les encouragements nous font oublier nos propres difficultés. On a eu plaisir à retrouver nos amis de Nantes. » *Juliette R.*

« C'est la 1<sup>ère</sup> fois que je participe au challenge. J'ai tout aimé, c'est amusant et agréable. Il y avait de belles voitures anciennes et j'ai pu faire un tour dans une qui avait le volant à droite ! J'ai découvert le tir à l'arc et le tir à la carabine, les autres activités m'étaient moins inconnues. J'ai aimé la pétanque ! Le bowling avec la manette vraiment intéressant ! Du coup, les animatrices ont l'idée de nous amener au bowling de Rodez un de ces quatre... Nous avons bénéficié d'une bonne météo avec le vent pour nous ravigoter. » *Lucienne G.*

« Une journée impeccable, j'ai apprécié tout ce que j'ai vu et pu faire. J'étais bien, j'étais content. Le soir venu, quand j'étais à la maison de retraite, tout le monde faisait voir sa médaille, alors, moi aussi, je suis vite allé chercher la mienne ! Car moi aussi j'avais la mienne ! » *Antonio C.*

« Très bien ! Ambiance formidable ! J'ai aimé le boulier. L'exercice du challenge où il fallait faire au mieux, j'étais sélectionné pour le saut de haie, j'ai fait mon meilleur temps ! Tout le monde a bien participé aux activités, personne n'a été mis de côté ; le temps nous a aidé. J'étais vraiment content de faire de la moto, une de l'armée et de la voiture, une DS ! J'avais bon moral, ça fait du bien ! » *Maurice B.*



# Sortie Ferme St HUBERT

« Je ne connaissais pas ce parc animalier. On a vu et entendu le grand cerf au loin bramer 2 ou 3 fois. Des petits daims suivaient la remorque, le guide donnait du pain, on aurait pu les toucher mais il ne fallait pas. L'hiver on leur donne du foin d'octobre à mars. Les bois tombent chaque année. Tout ce qui touche la nature me plaît et m'intéresse. » *Bernadette B.*



« Je connaissais l'auberge mais je n'avais pas visité le parc. A l'époque, il y avait des sangliers. La visite est bien organisée, le transport un peu chaotique et les explications du guide sont bien développées. L'équipe est accueillante et se met à la portée des visiteurs. Les animaux ne semblent pas malheureux là-dedans ! Je n'avais pas eu l'occasion de voir et d'entendre la brame, c'est impressionnant et beau à la fois ! Ce gros cerf au milieu de ces biches, en train de parader c'est prestigieux, la nuit, cela doit être encore plus impressionnant ! » *Louise B.*



« J'ai trouvé cela sensationnel ! On pouvait voir les bêtes de près, on n'a pas besoin de marcher à travers bois, c'est bien pratique une remorque. Il y avait en pagaille des animaux : cerfs, biches, daims, bouquetins, sangliers et d'autres que je ne me souviens pas du nom. Il y en a même de trop... il y a de la place... En plus de l'herbe, on leur donne du pain, ce qui les fait approcher. C'est intéressant, les sangliers avec leurs petits, c'est rare de les approcher en pleine nature. Le brame, je dirais que là, c'est moins impressionnant que quand on les entend en état sauvage et en plus dans les bas-fonds, là, ça prend aux tripes et ça peut même faire peur ! Ces sorties sont à ma portée. » *Jean L.*



« C'est bien agréable de sortir, voir les bêtes dans la nature, dans la réalité, ce n'est pas comme à la télé, l'ambiance qui règne au milieu du troupeau... C'est très intéressant ! Il y a un chef dominant, un mâle de 300 kg de 8 ans aux bois magnifiques, les autres ont intérêt de se tenir à l'écart. Il était épris de la bichette qu'il suivait, c'était sa copine ! Il paradait avec une allure majestueuse et de temps en temps, il bramait. Le brame ! C'est à entendre ! La remorque qui nous promène est vraiment bien faite même pour ceux qui sont en fauteuil. On a juste à se laisser conduire ! Je me suis plu, ça fait changer d'air et je me suis senti si bien ! J'aime sortir pour ressentir une ambiance différente de ce que je ressens quand je suis ici, à l'intérieur. Il y a de la camaraderie, de la discussion et je suis dehors... c'est ça que j'aime ! » *Emile M.*



« Nous avons été bien accueilli, la calèche est stable afin que la promenade se passe bien. Des animaux sont venus auprès de nous pour demander du pain. On a eu de la chance d'écouter le brame, la météo était parfaite ! » *Maurice B.*

« Tous ça m'a beaucoup plus ! Ce chat est bien mignon de venir se faire caresser. » *Elise R.*



# Sortie à St Amans des Côtes organisée par SOLEA

« J'habitais à 12 kms de St Amans, à la ferme du Thomas, commune de St Florentin-la-Capelle. Pour l'instant, je ne reconnais personne. Nous sommes plusieurs maisons de retraite dont celle d'Enraygues. C'est une bonne idée d'arriver en fin de matinée. Cette salle des fêtes est adaptée pour recevoir beaucoup de monde.

- L'organisation est au top, nous sommes très bien accueillis dans une belle salle des fêtes bien chauffée ! La décoration est de saison : un chemin de table de feuilles mortes, de champignons et de coloquintes, la scène est bien ornée aussi !
- Petit à petit les résidents des différents établissements de tout le pays arrivent !
- En attendant prenons le repas pique-nique. Nous serons déjà bien installés pour regarder le spectacle folklorique.
- Voici de beaux danseurs très jeunes dans leur tenue de folklore, c'est le groupe de La Bourrée de l'Argence.
- Les musiciens avec leur accordéon de tailles différentes et une cabrette pour faire danser de jeunes enfants. Ils sont accompagnés par de bons danseurs et non des moindres puisqu'il y a la championne du folklore national et même international !
- C'est Mathilde DOMINGE Payse de France 2024
- Qu'est-ce qu'elle est douée ! Je l'admire, elle a une allure aérienne, comment dire, des tous petits pas qui l'a fait glisser et s'envoler presque ! J'observe avec plaisir, moi qui ne peut plus.
- Certains résidents font quelques pas de danse, invités par les animatrices.
- Avant le départ, un bon goûter nous est servi : fouace aux pruneaux moelleuse, vin blanc ou jus de fruit.
- J'ai fait connaissance avec quelques-uns du Nayrac, c'est bien agréable plutôt que de rester seul. Quand on ne connaît pas, on découvre. Une sortie de temps en temps, ça change d'air !
- Place aux jeunes ! Pour cette 1<sup>ère</sup> sortie je suis le mouvement !
- Je fais le rapprochement avec les danses du Portugal ! J'ai commencé à danser avec ma tante, Maria Do Bento quand j'étais tout jeune, j'ai appris avec elle, c'était le bon temps ! A Espalion, j'aimais danser avec mon épouse, devant la mairie, pour quelques fêtes, ils installaient le parquet... les bals en plein air. Que de souvenirs qui me reviennent en voyant ces danses folkloriques ! »



Pour 2025 avec le groupement SOLEA il est déjà programmé des rencontres inter établissements pour des après-midi récréatives avec : Thé dansant, comédie musicale, carnaval, journée plein air au bord d'un lac, etc... et n'oublions pas le challenge !

Raymonde V. Lucienne P. Louise B.  
Emile M. Josette B. Carvalho A.  
Janine B. Paulette V. André B.  
Maurice B. Lucienne G.







# René BALDELLON, depuis 1989 !



Depuis longtemps, René BALDELLON, vient dans notre établissement animer un après-midi en chantant magnifiquement pour le plaisir de tous.

Nous lui avons demandé de nous faire un retour sur ses venues aux Galets d'Olt, voici son récit :

« Chanter pour vous, un bonheur partagé...

Une fois n'est pas coutume, et si c'était le chanteur qui rendait compte de son après-midi passé en compagnie des résidents des Galets d'Olt ? Forcément mon témoignage ne pourra pas être objectif vu les liens qui nous unissent depuis tant d'années, mais il sera sincère.

Je suis venu chez vous une première fois en 1989. La structure n'avait pas encore été rénovée et Monsieur Brégou assurait la direction. 35 ans après, ils sont peu nombreux ceux qui se rappellent mes cheveux plus fournis, mes rides moins apparentes, Monsieur Julien peut-être, Evelyne bien sûr, d'autres encore ? Mais la voix paraît-il n'a pas trop changé, si elle est comme le bon vin, tant mieux pour moi et pour vous.

Car si je viens vers vous, c'est avec ma voix et avec ces chansons qui évoquent en vous des bons souvenirs. Si on oublie parfois ce qu'on a mangé la veille, on fredonne toujours ces airs de nos jeunes années. Mais la chanson dans tout ça, ce n'est qu'un prétexte, celui de nous rencontrer, d'échanger et de partager ce qui est en nous. Et la première des choses, je crois que c'est l'amour de la vie, qui passe par l'amour des autres, et c'est bien ce que nous échangeons à travers mon tour de chant. Si vous avez passé un bel après-midi en chansons, moi aussi. Vous me remerciez pour cela, mais moi aussi je vous remercie et pour la même raison. Nous nous apportons mutuellement nos richesses respectives.

*« ...J'ai envie, face à vous, d'user de ces égards que l'on réserve obséquieusement, et à tort parfois, à des gens importants, parce qu'on donne au mot important un sens dénaturé. Vous, vous avez l'importance que vous ne vous donnez pas, celle qu'une vie accumule et que la simplicité et la modestie étalent à l'automne de votre vie. C'est un sourire ridé, sous des yeux larmoyants d'avoir visionné presque un siècle de vie pour certains. C'est une vérité toute nue parce qu'il n'y a plus rien à cacher, à jouer. L'envie n'est plus à tricher, alors les rares mots, et surtout les regards, vont à l'essentiel, à la compréhension réciproque. Et je dis, en pesant bien mes mots, à l'amour du prochain, car c'est bien là la bouée à laquelle vous vous accrochez. Ce mot amour, le fondement de l'humanité, utilisé à toutes les sauces, et il en existe des recettes diverses et variées, ce mot n'a de sens véritable qu'en dehors des mots, quand tout a été dit de ce qui pouvait l'être, quand sont épuisés les combats, les tentatives à prouver quelque chose, quand l'individu est fatigué, affaibli, et qu'il apparaît aussi fragile qu'au début de sa vie de nouveau-né. Il émane alors de son être ce qu'il est vraiment, ce qu'il fut sa vie durant, et la fibre qui le relie à la vie, c'est encore l'amour, l'amour de la vie qui n'a plus de sens qu'à travers les autres. C'est cela que je ressens face à vos êtres respectables pour qui j'ai l'honneur de chanter.*

*Toutes ces réflexions proviennent d'une pratique régulière de ce public poli par l'âge, et si parfois, à mes débuts, j'ai éprouvé de l'angoisse, je peux aujourd'hui affirmer en ressentir du bonheur, avec l'impression d'avoir gagné du temps à votre contact, d'avoir peut-être compris la vie à travers vous, par l'image épurée que vous me donnez. Si je vous ai apporté la joie du souvenir heureux, en échange, vous m'avez transmis l'expérience avant l'âge, et ainsi l'envie d'apprécier plus encore l'instant présent... » \*\**

Merci à vous pour cet après-midi en votre compagnie. C'était bien. A l'an que ven ! »

\*\* Ce passage est extrait du dernier livre que j'ai écrit, intitulé Double face, qui raconte 42 ans de chansons, de rencontres et d'anecdotes. Une place, précieuse pour moi, est réservée à l'Aveyron, aux animations dans les EHPADS dont St-Côme-d'Olt bien sûr.

# Sortie à Bozouls pour l'exposition avicole

C'est la Xème édition, toujours aussi appréciée par les résidents qui, pour beaucoup d'entre eux, ont eu une basse-cour à la ferme...

« On voyait toute sorte de volailles, coqs, poules, dindons, canards, pigeons ... Des plumages de toutes les couleurs de différentes races, ça chantait dans cette salle des fêtes ! En fauteuil roulant, sans fatigue, j'ai pu voir tout à ma portée, je n'en reviens pas de tous ces gallinacés !! » *Bernadette B.*

« C'était une sortie sensationnelle, jamais je n'aurais cru qu'il y en ait autant ! ... C'était très varié, toutes sortes de poules, de lapins, de dindons... des animaux de fantaisie, j'ai envie de dire, pas comme nous, autrefois, dans les fermes, on avait des poules pour un petit rapport : les œufs, la viande. Je me rappelle en 1946, j'étais jeune et mon père se rendait à pied ou à vélo au marché d'Espalion pour vendre quelques poulets prêts à tuer pour faire un bon plat. On manquait de tout après la guerre et c'était recherché... » *Jean L.*



## DES MOTS POUR LE DIRE

« Ce lapin me semble bien triste... il a les oreilles tout en bas.

- C'est normal c'est un lapin bélier, c'est leur particularité.
- Cela ne lui va pas... je n'aime pas.
- Et que faut-il faire pour le rendre plus joli ?
- Mettez-lui un joli élastique avec un joli nœud !



Bounty dans sa nouvelle cage !

# Fêtes de fin d'année...

- Décor de la maison
- Distribution des cadeaux de Noël avec Serge RAMPAL : Chants de Noël accompagné au son de l'orgue de barbarie
- Spectacle de l'arbre de Noël avec Monsieur TOTO
- Atelier pâtisserie : Petit pain d'épice pour chacun des résidents pour décor de table
- Messe de Noël à la chapelle
- Un cadeau au petit déjeuner ! Une boîte de chocolat !
- Réveillon de la Saint Sylvestre
- 1<sup>er</sup> de l'an



« C'est mon 1er Noël, je ne m'attendais pas à ça ! On ne nous oublie pas. Après l'eau de Cologne offerte, un ballotin de chocolats le lendemain au petit déjeuner ! Je crois que c'était un oubli de la 1<sup>ère</sup> distribution... qui s'est bien rattrapé ! » *Suzanne A.*





« 2<sup>ème</sup> Noël pour moi, la décoration partout dans le moindre recoin de la maison, le hall bien accueillant et remarquable, à l'extérieur, sur les vitres de jolis sujets, sur les portes, une petite attention ! Pour la distribution des cadeaux, il y a eu des petits rassemblements à chaque étage avec un chanteur accompagné d'un orgue de barbarie ; c'était un peu plus intime que dans le grand foyer et j'ai apprécié. Le spectacle de l'arbre de Noël animé par un prestidigitateur était pas mal et puis, le père Noël, venu depuis le plateau de l'Aubrac enneigé et bien froid ! Le pauvre, il était sans voix et blessé à la jambe suite à une chute. Aidé de sa canne, il a pu distribuer les cadeaux : certains petits s'approchaient timidement et d'autres plus grands étaient bien plus à l'aise pour chercher leur surprise ! » *Louise B.*



« Après la messe de Noël, le 24 au soir à la chapelle, nous avons eu un petit réveillon avec huitres et boudin blanc, un bon dessert de gâteau mousse au chocolat, sur des tables garnies nappes et serviettes assorties, cela n'a pas traîné dans la nuit et nous avons pu nous reposer pour le lendemain, le jour de Noël. J'ai aussi apprécié le réveillon de la St Sylvestre avec une petite couronne de purée d'avocat posée sur une petite pâte avec du saumon fumé au cœur, c'était beau et bon ! Le lendemain, le foie gras nous attendait ainsi qu'un cuissot de biche si bien préparé. Ils ont fait du luxe, les 2 verres pour les vins sans oublier l'apéritif ! Nous avons changé de place, ce n'est pas plus mal, cela a donné du travail pour remettre tout en place ! La messe de Noël était bien animée avec les sœurs de Malet, la chapelle était bien remplie. » *Bernadette B.*

« 1<sup>er</sup> Noël, de la décoration partout, ça donne de la couleur, ça crée de l'ambiance ! J'ai beaucoup parlé avec le chanteur musicien de l'orgue de barbarie, il avait une belle voix et un grand chapeau, j'ai fait une belle rencontre ! Les places à table changées nous ont permis d'échanger différemment et ça change de l'ordinaire. » *Georges C.*



# L'animation en photos

## Sortie au restaurant au Pont de Gournier...

## Arrêt à la ferme de Bouquincan l'un des site de phot'Aubrac



Le festival PHOT'Aubrac est né en 2003. Il a été pris en main par Jean-Pierre Montiel en 2012, suivi de Maurice Subervie en 2014.

Dès 2012, Jean-Pierre Montiel associe les agriculteurs – éleveurs et les acteurs locaux dans la démarche du festival. Au fil des ans s'est créé un véritable engouement de la population, donnant au festival une dynamique exceptionnelle.

En s'impliquant dans les travaux préparatifs, en accueillant en ami les photographes exposants, et en participant très activement à la vie de l'association, les propriétaires des lieux d'expo comme les bénévoles ont su créer une ambiance familiale, authentique, enthousiaste et joyeuse.

« Belle promenade très intéressante et puis l'Aubrac, j'apprécie toujours l'air qui fait du bien ! »



## La fouace et les rissoles de Françoise Bonal

Un automne pluvieux, venteux et le pire... le COVID refait surface en force !

Heureusement la fameuse fouace et les petites rissoles au coing toujours aussi délicieuses de Françoise sont là pour nous remonter le moral ! MERCI beaucoup »



## Atelier manuel

Préparatif des décorations pour les fêtes de fin d'année.

« Il me tarde de voir ce que cela va donner ! »



## Des châtaignes à l'eau

« Ça donne bien du mal avant de les manger ! Eplucher la première peau, c'est dur ! Pour la deuxième on se brûle les doigts ! Encore si ceux qui n'ont rien fait quand ils les mangent s'ils les apprécient c'est pas mal ! »



## QUINE !

Pour quiner il y a toujours affluence, c'est l'activité la plus appréciée !

« Il y a des bénévoles qui viennent nous aider pour marquer le numéro sur les cartons, ils sont bien gentils et nous les en remercions. Attendre le bon numéro pour dire QUINE c'est excitant ! Gagné un petit lot c'est toujours appréciable ! »



## Les traditionnels tripous

Les conversations vont bon train entre messieurs amateurs, souvenirs de chasse : « Les tripous, c'était costaud pour démarrer la battue... Non ! Ils sont meilleurs après, car, quand on est chasseur, il faut être matinal ! »



## Fêtes des anniversaires

Des résidents nés en septembre, octobre en compagnie de Francine ROY

« A la résidence nous avons la chance d'avoir des spectacles ! A la maison je n'y allais jamais. On est gâté ! Et en plus on m'offre un cadeau. Chacun a le sien ! »



Et pour les personnes nées en novembre, décembre c'est Sylvie PULLES qui traditionnellement clôture l'année au son de son accordéon et de ses chants du pays.

« Il nous faut bien cela ! C'est toujours aussi agréable de se remémorer les fêtes familiales et villageoises. Et puis... c'est une fille de notre village !



## MERCI !



En ce début d'année, l'ensemble de la résidence remercie chaleureusement toutes les personnes qui donnent de leur temps bénévolement.

Merci à ceux qui offrent des spectacles, qui aident aux quines, aux sorties, qui accompagnent aux offices religieux et qui animent ces moments tout au long de l'année.

Votre présence est précieuse, votre soutien encourage. Merci à ceux qui donnent légumes, fruits, fleurs, qui offrent goûters et ou repas à l'extérieur de la résidence.

Merci pour votre générosité, pour vos dons et étrennes.



Nous vous souhaitons tout le bonheur du monde !  
Prenez soin de vous !  
Au plaisir de vous rencontrer,  
de vous retrouver !

## ABONNEMENT 2025

Madame, Monsieur,

Notre Journal est distribué en version papier gratuitement pour chacun des résidents et un de leur proche (ou un mail est envoyé lors de la parution de ce dernier)

### **Pour tout autre personne qui souhaite recevoir Notre Journal**

Si vous souhaitez vous réabonner ou être abonné à Notre Journal pour l'année 2025,

2 possibilités s'offrent à vous :

- Continuer à recevoir la version papier moyennant un abonnement annuel de 5,00 €.
- Consulter le dernier journal sur le site internet **ehpad-les-galets-d-olt.fr** (gratuit)

Veuillez nous retourner le bulletin ci-dessous en précisant votre choix.

✂.....

### BULLETIN D'ABONNEMENT 2025

A retourner à  
EHPAD Résidence les Galets d'Olt  
2 rue Porte Neuve  
12500 SAINT COME D'OLT  
ou [mr-stcome@wanadoo.fr](mailto:mr-stcome@wanadoo.fr)

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....  
.....

- Je m'abonne à NOTRE JOURNAL pour l'année 2025 version papier.
- Je m'abonne à NOTRE JOURNAL pour l'année 2025 version Internet.  
Dans ce cas, merci de nous indiquer ci-dessous votre adresse mail :

.....

Date :

Signature :