

LA GAZETTE

DE LA MAISON SAINT JOSEPH



UNE SEMAINE BLEUE

JOYEUX NOEL

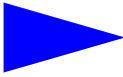


DES SPECTACLES



4^{ème} trimestre 2011

SOMMAIRE

	2	Editorial
	3	Bon à savoir
	6	Informations de la Direction
	10	La vie de la maison
	17	Vie Chrétienne
	18	Récit de vie
	20	Santé
	23	Groupe de parole
	24	Psychologie
	26	Flash Info Qualité
	28	Côté Ressources Humaines
	32	Bienvenues, anniversaires, souvenirs
	35	Cuisine
	36	Jeux
	38	Agenda des réunions
	39	Calendrier des animations



Numéro 49 - ISSN1775-0520

Dépôt légal - Décembre 2011

Directeur et rédacteur de la publication : François PONS

Imprimé et diffusé par l'Association Galibert-Ferret

Prix du numéro : 1 euro

Résidence, Etablissement d'Hébergement
pour Personnes Âgées Dépendantes (EHPAD),
Hébergement temporaire, Soeurs Aînées.

7 Rue Meyer - 81200 MAZAMET

Tél : 05 63 61 02 08 - Fax : 05 63 61 17 63

www.saint-joseph.asso.fr

LE MOT DU PRESIDENT



Il m'est agréable en ce début 2012 d'adresser mes vœux de bonne année à notre chère maison Saint-Joseph et à toutes les personnes qui en constituent l'entité.

A nos résidents et à nos sœurs aînées, je souhaite qu'ils vivent chez nous un temps de sérénité et que le courage leur soit donné de supporter les inévitables tourments dus à leur situation de santé ou à leur grand âge. Je leur associe, bien sûr, leurs parents et amis qui, régulièrement si ce n'est quotidiennement, les font bénéficier de leur aide et de leur affectueuse présence en participant largement à la vie et à l'animation de notre établissement.

Je présente mes vœux à tout le personnel de notre EHPAD, à la direction, au personnel administratif, aux équipes pluridisciplinaires de gérontologie et d'animation, aux infirmiers et infirmières aux aides soignantes, aux agents de service. J'ai plusieurs souhaits à former à votre égard: le premier étant que vous soyez conscients de la noblesse et de la haute valeur de la mission à laquelle vous vous consacrez, à savoir l'aide et l'accompagnement de personnes fragilisées par l'âge ou la maladie. Le second est que vous trouviez de la satisfaction dans le travail qui est le vôtre, et dans le dévouement que vous y apportez. Je vous souhaite enfin, et ce n'est pas sans importance, de réussir parallèlement à conduire une vie personnelle et familiale équilibrée et harmonieuse.

Sur un plan général, je forme des vœux pour que notre maison de retraite continue à fonctionner selon les principes qui ont présidé à sa création et n'ont jamais cessé de nous inspirer. Ils sont pour nous essentiels : Une association de solidarité, à but non lucratif missionnée pour accueillir, soigner et accompagner des personnes âgées dépendantes en leur garantissant une ambiance familiale protectrice. Nous veillons à ce que chacun de ces principes soit scrupuleusement respecté.

Notre nouvelle unité dite UPAD Saint Joseph est en voie de finition et pourra entrer en service dans les prochaines semaines. Ses aménagements sont ceux d'une unité moderne spécialisée dans l'accompagnement de certaines formes de maladies de type "Alzheimer". Bénéficiant dorénavant d'une surface supérieure, le fonctionnement de notre maison en sera amélioré. Nous nous félicitons de l'aboutissement de ce projet de longue date dont il convient d'observer que, dans les circonstances économiques actuelles, il ne pourrait aujourd'hui être mené à bien.

Ainsi que nul ne l'ignore, les prévisions économiques concernant l'année 2012 sont peu engageantes. Elles m'obligent à formuler non seulement un vœux, mais une requête, à l'adresse des pouvoirs publics et de nos autorités de tutelles. Que cette année ne soit pas obérée par une restriction de leurs dotations tant en numéraire, qu'en moyens en personnels. Nous resterons vigilants et nous ne saurions admettre, en effet que de telles mesures, puissent dégrader la qualité de notre assistance aux personnes dont la responsabilité nous incombe.

Très cordialement à vous tous,

François PONS
Président de l'Association Galibert-Ferret
gérant l'EHPAD Saint-Joseph

Augmentation des prix en deux ans : GAZ +20% ELECTRICITE +10% !

Au cours des deux dernières années, les prix de l'énergie ont augmenté : +20% pour le gaz, +10% pour l'électricité. Et ce n'est pas terminé selon les dires de Marie-Jeanne HUSSET, directrice de la rédaction de 60 millions de consommateurs, N°465 : "Avec les lourds investissements à prévoir pour rénover les centrales nucléaires et l'épuisement des ressources en pétrole, les hausses vont se poursuivre. L'énergie devient hors de prix". Toujours selon ce magazine, l'étude indique 150 euros par mois pour la résidence principale (budget électricité et chauffage). Pour mémoire, l'allocation de solidarité aux personnes âgées (ASPA), qui a remplacé le minimum vieillesse, garantit un revenu

minimum de 677,13 € par mois pour une personne seule en 2009. Les personnes les plus modestes en souffrent davantage. Le tiers des ménages les plus pauvres consacrent globalement 20 à 25 % de leurs revenus au logement, toutes dépenses confondues, contre 14% en moyenne pour les Français. Dans une enquête menée en 2006, l'INSEE estimait que 3.5 millions de ménages souffraient du froid chez eux en hivers, soit à cause d'argent, soit à cause d'une mauvaise isolation de leur logement. En 2011, on attend les résultats de l'observatoire national de la précarité, mis en place par le gouvernement en mars 2011.

Gaz, électricité, fioul, bois : tout augmente ! Comment faire au mieux ?

Onze millions de résidences principales sont chauffées au gaz, 8.3 à l'électricité, 4.4 au fioul selon le ministère de l'Écologie et du Développement durable. Le gaz en citerne concerne 630 000 logements, et le bois 300 000. Les Français ayant choisi le chauffage au gaz ont eu raison : leur facture, depuis plus de vingt ans, est plus basse que le tout électrique ou le fioul. Le gaz est moins cher à l'usage que l'électricité, et les augmentations à venir ne devraient pas modifier les positions. Sans entrer dans les détails que vous pouvez retrouver dans le magazine n°465 de 60 millions de consommateurs (nous vous conseillons d'ailleurs de vous y abonner), voilà les quelques conseils :
=> Le bois : un excellent apport à bas prix et c'est une énergie renouvelable ! Mais sa hausse est constante (3% par an environ)

=> tarifs sociaux : Les foyers dont les ressources annuelles sont inférieures ou égales au plafond ouvrant droit à la couverture maladie universelle (CMU) complémentaire soit 7771 pour une personne seule, ont droit au tarif spécial de solidarité en gaz TSS et tarif de première nécessité de l'électricité (TPN) tel 0800333124 (gaz) 0800333123 (électricité).

=> L'idéal : c'est de consommer plus sobrement. Travaux d'isolation quand c'est possible, bien gérer le chauffage et les appareils électriques dont il faut soigneusement éteindre les veilles.

=> "Des économies sont possibles en changeant de fournisseurs. Mais elles ne sont pas mirobolantes, notamment en électricité".

Bijoux en or, attention aux escrocs !

Crise économique oblige, certains cherchent refuge en achetant de l'or, craignant que leur argent placé perde de sa valeur. De fait, face à cette augmentation de la demande, les racheteurs de métaux précieux se bousculent pour récupérer votre précieux trésor. Les publicités sont partout, et le racolage en pleine rue devient banal.

Pourquoi ? D'abord, du fait de la demande, le prix de l'or a augmenté et attise bien des convoitises. De plus, il est estimé que les plus grandes réserves d'or sont dans les banques centrales et dans les boîtes à bijoux des familles.

Quels dangers ?

Naturellement, le risque est plus grand pour ceux qui sont fragiles, et les personnes âgées sont donc les cibles préférées des escrocs.

En premier lieu, faites attention à ne pas vous promener sur la voie publique avec vos bijoux de valeur bien en évidence. Le vol "à l'arrachée" a particulièrement augmenté ces derniers temps.

Par ailleurs, l'estimation de la valeur de votre bijou est le principal risque et souvent l'objet de la plainte.

Sur Internet, attention aux opérateurs. Les évaluations seraient toujours moins élevées que les concurrents, et le droit de rétractation dans un délai de 7 jours (art.

L121-20 du code de la consommation) souvent non respecté. Par ailleurs, selon la loi, toute opération subit une taxe de 8% du montant de l'achat. Vérifiez que le montant annoncé est net, c'est-à-dire hors taxes.

Il existe aussi des racheteurs dans les bureaux de tabac. Ils viennent deux jours et reprennent bien souvent l'or au rabais si l'on en croit l'enquête de l'INC. À savoir aussi que la transaction doit être faite par carte bancaire, virement ou chèque si le montant dépasse 500 euros. Par ailleurs, quand un opérateur n'affiche pas ses prix, méfiez-vous ! c'est qu'il n'est pas transparent et c'est donc un opportuniste !

Pour connaître la valeur de votre bijou, c'est assez facile. Si le bijou contient plus de 3 grammes d'or, il doit obligatoirement porter un poinçon. Vous avez un tableau ci-dessous pour connaître la teneur en or. N'oubliez-pas, l'or ne s'aimante pas.

Bruno MARTEN

POINÇONS				
Carats	24	18	14	9
Titrage or (%)	100	75	58,5	37,5

Technologies : Prudence et vigilance !

Les technologies, encore appelées à tort "nouvelles technologies", ont envahi notre quotidien. Il est difficile de les ignorer tant elles sont utiles certes parfois futiles. Cependant, il s'agit de rester très vigilant afin de protéger les plus fragiles d'entre nous, ceux qui n'ont plus le temps ni la volonté de mobiliser leur énergie pour se défendre, à cause de la maladie, du handicap, de la désocialisation.

Les caméras : Souriez ! vous êtes filmé ! Fin 2010, en France, 37 000 caméras étaient en place dans nos rues à des fins de vidéo-surveillance. Selon SVJ n° 1409, il y aurait 700 000 caméras de surveillance en France. Pour exemple, le plan de vidéoprotection de Paris, lancé en 2008, sera opérationnel fin 2011 avec 1300 caméras et une opérationnalité 24h/24h. Les images seront analysées en continu. 2500 personnes ont déjà été formées. À 100 m, les caméras peuvent lire une plaque minéralogique. Cependant, tout n'est pas permis. Il est interdit de filmer les gens chez eux. Les images, si elles sont enregistrées, ne peuvent pas être gardées plus de 30 jours. Des déclarations sont obligatoires selon les cas, ainsi que des droits de consultations.

Par ailleurs, les satellites civils qui gravitent au-dessus de nos têtes entre 500 et 1000 km ont une précision de l'ordre de 70 cm, selon Christophe VALORGE, sous directeur du secteur charges utiles scientifiques et imageries au CNES (Toulouse). Selon lui, pour ce qui concerne les satellites militaires, ce secteur a toujours dix ans d'avance technologique. Il sont sûrement en dessous des 50 cm.

Ordinateurs, mobiles : Jouer, surfer, tchatter... mais vous êtes aussi espionné ! Tout d'abord les cookies. Chaque site web que vous visitez envoie de petits fichiers texte à votre navigateur internet (YouTube). Par exemple, si vous avez visionné "Les mille et une nuits", le site va glisser dans votre navigateur un cookie mémorisant cette information. On peut les

supprimer, mais certains ne sont pas effaçables facilement.

Les programmes gratuits ! À ne pas confondre avec les programmes libres souvent aussi gratuits, mais ceux-là ne sont pas dangereux. Les logiciels soi-disant gratuits, dont le code n'est pas libre (exemple des jeux gratuits en ligne), en plus de sa fonction ludique, intègrent souvent un code pour récupérer des informations de votre ordinateur, par exemple vos cookies. Pour se protéger, s'abstenir d'enregistrer et d'exécuter les programmes gratuits ou dits "craqués". Une autre façon de se protéger est d'utiliser une machine virtuelle.

Les dangers du WIFI. Se connecter sans fil est bien agréable. On peut surfer grâce à sa propre connexion ou grâce à celle du voisin ou de l'endroit où l'on se trouve (Mac Donald...). Mais pour quelques dizaines d'euros, l'indiscret peut acheter légalement un adaptateur WiFi, délivrant un signal presque dix fois plus puissant qu'une vraie clef USB, et interceptant les connexions (tactique de l'homme du milieu). Comment se protéger ? En n'utilisant que des WiFi sécurisés, c'est-à-dire ceux dont j'ai les codes d'accès. Et si j'ai vraiment besoin d'utiliser un hot spot ouvert, j'évite de l'employer pour des affaires personnelles ou des achats en ligne.

Le WEB : Aujourd'hui, il est pratiquement impossible de surfer incognito. Au-delà des cookies précités, l'innocent internaute est repéré pas l'empreinte de son navigateur, c'est-à-dire le paramétrage (système d'exploitation, modules d'extension, plug-in, polices de caractère, émoticône...) c'est l'ensemble de ces paramètres qui va faire que vous êtes presque unique, et donc identifiable. Testez-vous sur <http://panopticlick.eff.org>

(Suite au prochain numéro)



Informations de La Direction

**La Maison Saint Joseph :
Résidence, Unité Alzheimer,
Maison de retraite
médicalisée,
Accueil de jour,
Hébergement temporaire...**

Du retard pour la nouvelle unité Alzheimer !

Début 2010



À l'origine du projet, il était prévu de déménager début décembre 2011. C'est un espoir déçu et nous devons maintenant expliquer aux résidents et aux familles, la situation. Toutes les entreprises n'ont pas pu respecter leur planning : manque de personnels, délais des fournisseurs, rupture de stock, délais importants d'entreprises sous-traitantes. Pour exemple, les travaux électriques de l'unité

ont demandé deux coupures de courant sur l'ensemble des bâtiments. Vous imaginez sans peine les tracasseries pour la direction, les entreprises du chantier, les salariés et résidents. Tout s'est déroulé sans incident, et c'est bien normal. Mais le retard est bel et bien là. Le mois de mars 2012 semble une date plausible.

ont demandé deux coupures de courant sur l'ensemble des bâtiments. Vous imaginez sans peine les tracasseries pour la direction, les entreprises du chantier, les salariés et résidents. Tout s'est déroulé sans incident, et c'est bien normal. Mais le retard est bel et bien là. Le mois de mars 2012 semble une date plausible.



Septembre 2011

La rénovation des chambres des soeurs aînées est bientôt terminée



Quatre chambres de la zone 9, dite "soeurs aînées", ont été fermées afin de procéder à une amélioration de la sécurité. L'escalier a été détruit et remplacé par un lieu de vie. Les chambres ont été rénovées avec travaux de peinture, d'isolation thermique et phonique, coupe-feu. La liaison avec l'unité Alzheimer a été faite. Les chambres seront temporairement utilisées pour

l'EHPAD, en attendant l'ouverture de l'unité Alzheimer. Par la suite, cette zone est destinée à devenir une "auberge des aînés", pouvant accueillir, hors maison de retraite, des retraités, des familles éloignées, des stagiaires et des auditeurs. Courant janvier 2012, ces chambres seront prêtes.

Bruno MARTEN

CLIC, CLIC! Cela marche bien dans le Tarn.

C'est le lundi 19 décembre 2011 que nous avons eu la visite du CLIC du Tarn. Madame Emeline AZEMA, travailleuse sociale qui connaît bien cet établissement, nous a fait le plaisir d'être accompagnée de Laurence Savard, médecin et Laetitia Bonnet, nouvelle évaluatrice dans le service. Nous avons pu mesurer les détails du formidable travail réalisé par les équipes, autant au niveau départemental que local, et nous leur adressons notre meilleur soutien pour ce qui reste à faire.

Les échanges nous ont permis d'apprécier tout l'intérêt d'un travail de coordination des acteurs, sur un territoire précis, à dimension humaine. La coordination permet les rapprochements culturels des acteurs rendant la communication efficiente, la gestion de proximité des situations difficiles, la mutualisation des moyens. Tout cela participe à l'efficacité de l'accompagnement du parcours des personnes traversant des situations de fragilité.



L'association Galibert-Ferret, agissant depuis 1924 dans le souci des plus démunis et des plus fragiles, ne peut que marquer son adhésion à ce projet. Elle souhaite aussi que les moyens de Convivage Tarn Sud, dont elle assume la présidence, soient utilisés à ces améliorations.

Les lecteurs comprendront que les besoins et les projets pour les satisfaire ne manquent pas. Dans l'attente, sachez trouver le bon renseignement au bon endroit. Je vous recommande :

=> INFO CLIC et son numéro vert (appel gratuit) 0 805 60 81 81

=> courriel

medico-social.personnes-agees-ds@cg81.fr

=> son site <http://www.tarn.fr>

=> ses permanences locales au 38 , rue de l'Arnette, 81200 Mazamet 05 63 97 58 58.

Ayez le réflexe CLIC !

Le Directeur
Bruno MARTEN

Recueillir la mémoire des anciens : Un DEVOIR

Voilà maintenant plus de 10 ans que l'EHPAD Saint-Joseph soutient le journal départemental "Sur le Banc". Elle le soutient en assurant la trésorerie de l'association gestionnaire dite l'AJRT, mais aussi en gérant bénévolement le site <http://ajrt.org> , en participant au comité de rédaction et à l'écriture des articles.

Ce journal est diffusé gratuitement, et réalisé par des résidents de maisons de retraite et foyers logements, accompagnés des animatrices de ces mêmes établissements soutenus par des bénévoles et professionnels (directeurs, médecins, géronto-psychologues, infirmiers, secrétaires...).

C'est une édition gratuite semestrielle à 1700 exemplaires. Ce journal a été primé lors des Journées de la Francophonie à Genève en octobre 2007 et par le Conseil Général du Tarn en 2011.

Le site internet, créé en 2008, comprend de nombreuses informations actualisées (tous les

journaux parus depuis 2000 sont en ligne, bulletin d'adhésion, lieu et date de réunions, comment faire un article, bilan financier et d'activité...).

L'association continue à avoir besoin du soutien de tous, notamment au travers de l'adhésion des établissements, de vous même en tant que personne (voir adhésions) ou de votre don, si minime soit-il ; de bénévoles pour son comité de rédaction, la construction de la maquette, la livraison des journaux, sa vie associative et ses projets ; de l'autorisation donnée par les directeurs aux animatrices des établissements pour participer aux réunions et à l'élaboration des articles avec les résidents et groupes de paroles.

Si vous souhaitez que les résidents de maison de retraite continuent d'avoir la possibilité de se raconter et d'écrire, nous vous demandons de bien vouloir adhérer (20€).

Bruno MARTEN

Tarifs de l'E.H.P.A.D. Saint Joseph Un bon rapport qualité prix ?

Certains l'ont compris depuis longtemps, l'EHPAD Saint-Joseph est géré par une association sans but lucratif type Loi 1901, l'association Galibert-Ferret.

Les raisons ont été maintes fois rappelées, et je souhaiterai attirer votre attention sur l'une d'entre elles. L'association Galibert-Ferret s'est donnée pour mission d'être vigilante quant aux personnes en situation de fragilité, de témoigner de leurs problèmes, de leur rendre la parole et de mettre en oeuvre l'aide appropriée.

L'EHPAD a été créé, certes pour répondre aux besoins locaux mais aussi pour noter et transmettre à notre réseau national, les difficultés rencontrées dans la mise en oeuvre de l'offre de soins. C'est d'autant plus opportun qu'il est souvent constaté des décalages entre les discours et la réalité.

Qu'en est-il des tarifs ?

L'EHPAD Saint-Joseph élabore ses tarifs, à coût réel, du fait de son statut associatif. Il faut rappeler que les tarifs des maisons de retraite sont fixés par les Conseils Généraux et dépendent des financements de l'ÉTAT au travers de la sécurité sociale. Pour dire simplement, plus l'Etat donne, moins c'est cher pour le résident. Et il est constaté que de gros investissements sont plus ou moins aidés, ce qui impacte sur le reste à charge du résident.

Cependant, il est aussi nécessaire de noter que les financements publics ont été augmentés ces dernières décennies avec, pour contrepartie, une amélioration des moyens humains et de la qualité de

service. Il y a 14 ans, les résidents devaient payer les fournitures pour incontinence (couches, changes...), voire une personne pour l'aide aux repas.

À ce titre, nous vous communiquons le positionnement tarifaire de l'EHPAD Saint Joseph, afin d'attirer votre attention notamment sur la difficulté de comparer.

Tarif chambre individuelle :

=> 31^{ème} meilleur tarif sur 63 établissements dans le Tarn habilités aide sociale.

Tarif chambre à deux places :

=> 5^{ème} meilleur tarif sur 27 établissements dans le Tarn habilités aide sociale.

Tarif GIR 5/6 :

=> 48^{ème} meilleur tarif sur 69 établissements dans le Tarn.

Tarif hébergement temporaire :

=> 4^{ème} meilleur tarif sur 28 établissements dans le Tarn.

L'établissement est certifié qualité ISO 9001 (seuls deux établissements le sont dans le Tarn). Le niveau de qualité est donc garanti et en amélioration constante depuis 2003.

La gestion du linge du résident n'est pas comprise dans le tarif de l'EHPAD Saint-Joseph, mais un projet de lingerie est en cours.

Bruno MARTEN

Quoi de neuf pour 2012 ?

Tout d'abord les tarifs ! Les budgets ont été déposés avant le 31 octobre 2011 auprès de l'Agence Régionale de la Santé et du Conseil Général du Tarn. Ceux-ci fixent les tarifs, les effectifs et les financements. L'établissement propose des augmentations de tarif en moyenne de 1.7% et demande la prise en charge de l'hébergement temporaire.

L'année 2012 verra se réaliser un grand nombre d'événements : l'ouverture de l'unité Alzheimer et de la petite partie "Auberge pour les aînés", la création officielle des places d'hébergement



temporaire (sous réserve), le déménagement des bureaux administratifs, des vestiaires, de la Délégation Unique du Personnel, le renouvellement de la certification ISO 9001 et la réalisation de la première "évaluation interne", maintenant obligatoire dans le médico-social. Enfin, le démarrage de l'étude pour la prise en charge du linge et de l'actualisation de la dernière tranche des travaux d'humanisation.

Bruno MARTEN

Maison "béton" : Du retard !

Pour mémoire, les travaux actuellement en cours ont pour but de créer des espaces afin notamment de déménager les vestiaires actuels inadaptés ainsi que le bureau des personnels administratifs et des représentants du personnel. L'accueil restera dans



le bâtiment principal. Il est aussi prévu une grande salle de réunion et de formation, notamment pour la manutention.

La réception de ce bâtiment aura du retard. Elle est prévue pour avril 2012.

Bruno MARTEN

Ail-Network ! Pour un internet libre et solidaire.

Le projet "Ail-Network du Pays d'Autan" a pour finalité de promouvoir un internet libre, solidaire et citoyen sur le territoire du Tarn Sud-Est, afin de lutter contre les zones mal desservies et pour la neutralité du NET. Par ailleurs, Ail-Network veut promouvoir l'idée qu'entreprendre, créer, maintenir des liens, partager ses expériences et ses connaissances, innover, sont les clefs de la réussite pour un bien vivre ensemble.



À cette fin, il est notamment proposé une offre associative d'accès à INTERNET à partir d'un montant de 14 euros par mois, coût du matériel compris, sans service superflu et basé sur des technologies filiaire, WiFi et fibre.

L'association à but non lucratif, s'est créée début décembre 2011 et propose une offre à prix coûtant. L'association Galibert-Ferret en est un des membres fondateurs (<http://ail-network.org>).

Bruno MARTEN

EN VISITE AUX MONASTÈRES



Le mardi 04 octobre 2011 nous sommes allés visiter ou revisiter le monastère Saint Benoît d'En Calcat et l'abbaye Sainte Scholastique de Dourgne. Nous avons rendez-vous dans le hall du bâtiment principal et c'est avec joie et bonne humeur que nous avons pris place à bord des véhicules de la maison. Notre première halte fut pour le monastère Saint Benoît. Notre visite a commencé avec la projection d'un court métrage qui retrace les activités des moines. Puis le groupe s'est partagé entre la visite de l'église et de la librairie. L'accueil fut chaleureux et la visite intéressante. Nos accompagnatrices avaient tout prévu puisqu'un goûter et des boissons ont précédé le départ vers l'abbaye Sainte Scholastique.

Nous avons profité d'un moment de calme et de recueillement dans la chapelle avant de nous rendre à la boutique où nous avons fait quelques emplettes de produits fabriqués par les soeurs bénédictines. Avant de prendre la route du retour, nous avons profité encore un peu du calme et de l'atmosphère apaisante de ce lieu en prenant une boisson dans le magnifique parc.



Bourse aux livres

Un nouvel événement est créé à la maison de retraite, une bourse aux livres d'occasion est mise en place avec des ouvrages pour la plupart offerts par des familles ou amis des résidents.

On y trouve de beaux livres reliés, des atlas, des récits historiques et des romans pour tous les goûts. Ces livres sont à petits caractères et donc peu adaptés pour nos résidents, nous les vendons à des prix intéressants, pour récolter des fonds. Il s'agira pour nous d'acheter des lots pour les lotos gratuits organisés une fois par mois dans notre structure. De petits gains bien sûr, des nécessaires de toilette, d'hygiène, des objets du quotidien qui peuvent rendre service aux résidents et apporter un peu de joie. Cette bourse sera reconduite tous les mois, elle est ouverte à tous.



ROMANTICA DANSE

Le jeudi 13 octobre, la salle de restaurant du bâtiment principal s'est transformée en piste de danse le temps d'un spectacle. Le groupe Romantica-Danse nous a proposé un divertissement de qualité que nous avons tous apprécié. Au programme, chant, valse viennoise, polka, java, tango, paso-doble...avec changement de toilettes pour chaque chorégraphie. Les robes étaient somptueuses et le spectacle féérique. Merci pour cet après-midi enchanteur et au plaisir de vous revoir



"Semaine bleue"

Du 17 au 23 octobre L'EHPAD Saint-Joseph a participé au projet semaine bleue autour du thème «À tout âge : acteurs, proches et solidaires» . Pour répondre à cette thématique l'équipe animation et les résidents ont choisi de parler de «L'école d'autrefois» et d'inviter l'école des Bausses, une école de l'agglomération mazamétaine qui, en parallèle, travaillait sur «l'école d'aujourd'hui» . Le mardi 18 octobre, une première rencontre intergénérationnelle a permis aux différents acteurs d'échanger autour de leur vécu d'écolier, avec à l'appui les différents panneaux confectionnés par les enfants et les résidents.

Le vendredi 21 octobre 2011, c'est autour d'un atelier d'écriture à la plume avec les élèves du cours préparatoire, ou d'un atelier de reproduction de carte de géographie avec du matériel d'autrefois proposé aux élèves de grande section de maternelle, qu'une deuxième rencontre a eu lieu.

Tout au long de cette semaine, d'autres ateliers, mémoire, activités manuelles, projection de film... se sont succédés.



Vie de la maison

Semaine bleue



Le temps fort de cette semaine fut la reconstitution d'une salle de classe du temps jadis avec pupitres, cahiers, livres, cartes, tableau noir, et plumes sergent-major. La publication de notre gazette est l'occasion pour nous de remercier encore une fois très chaleureusement les écoles qui nous ont aidés dans notre recherche de matériels. Les résidents et les visiteurs qui l'ont souhaité ont eu l'occasion et le plaisir de repasser le certificat d'études. Cette semaine s'est achevée sur une dernière note bleue avec un grand goûter "bleu".



Anabela et ses folies Parisiennes



Le mercredi 16 novembre nous avons eu l'agréable surprise de voir la salle de restaurant du bâtiment principal transformée en cabaret le temps du spectacle d'Anabela. Cette prestation fut très appréciée d'autant qu'Anabela avec humour et gentillesse nous a entraînés dans un tourbillon de danses et de chansons dont nous étions à la fois acteurs et spectateurs.

Noël 2011

Chapitre 1: la fabrication des décorations



les mobiles et
calendriers de l'Avent



les porte-menus



Noël 2011

Chapitre 2: les visiteurs de Noël

Les enfants du catéchisme

Comme chaque année à l'époque de Noël, les enfants du catéchisme viennent nous rendre visite. Leurs rires et leurs chants joyeux retentissent dans les couloirs. Avant de donner leur représentation, la reconstitution d'une crèche vivante, ils se dirigent vers la chapelle de notre maison pour une petite répétition. Et enfin, c'est en véritables petits professionnels qu'ils nous font partager leurs interprétations et leurs chants. Puis, très aimablement, ils offrent des présents aux résidents alors que nous leur offrons des ballotins remplis de chocolats. Quel plaisir en cette période de fêtes de partager un si agréable moment !

L'armée du Salut

Les Chorales

"La Vallée de la Durenque" et "Aussillon Chante"



Le mercredi 14 décembre, nous avons assisté à un spectacle avec le groupe vocal "La Vallée de la Durenque". Cette chorale est composée de sept ou huit personnes accompagnées par un accordéoniste. Ils nous ont interprété des chants de Noël tel que "Minuit Chrétien", des chants en patois surtout celui que nous connaissons bien "Al foun de la prado". Ils nous ont gentiment invités à chanter avec eux les chants que nous connaissions. Le jeudi 29 c'est en compagnie de la chorale "Aussillon Chante" que nous avons passé l'après-midi. A chacune de ces deux représentations la salle était pleine et la bonne humeur au programme. Pour nous distraire, les organisatrices trouvent toujours de nouveaux chanteurs et encore une fois nous ne pouvons qu'espérer que "Ce n'est qu'un au revoir".

Raymonde Pujol



Noël 2011

Chapitre 3: les crèches et sapins



Unité Van Gogh



Unité Gaughin



Entrée principale



Résidence



Restaurant du bâtiment principal

Chapitre 4: la distribution des cadeaux



Soeurs Aînées



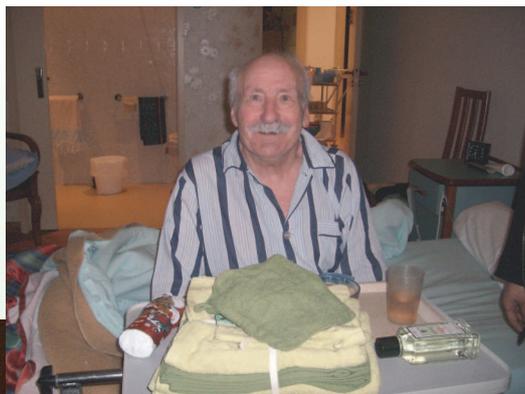
Animation



Chapitre 5: le repas



L'UNITE TOULOUSE-LAUTREC FETE NOEL!



A près la decoration du sapin et la preparation de la crèche, place aux festivités!



En premier lieu, distribution des cadeaux et degustation de père-noel en chocolat.



Puis après ce moment de plaisir partagé, place au repas!!





Prière pour Noël



C'est Noël !
Il est né le Fils de Dieu !
Comme les bergers,
nous venons près de toi, Jésus,
te chanter un chant nouveau !
Quel cadeau !

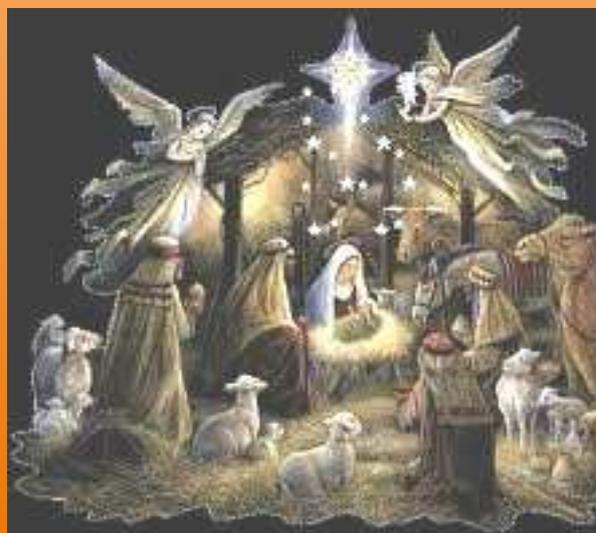


C'est Noël !
Il est né le Fils de Dieu !
Comme les bergers,
Nous nous mettons à genoux, Jésus,
pour te remercier d'être parmi nous.
Quel bonheur !



C'est Noël !
Il est né le Fils de Dieu !
Pour toi, Jésus
la terre danse de joie,
et les arbres des forêts
chuchotent la Bonne Nouvelle.
Tous les habitants de la terre se réjouissent.
Quelle fête !

Gloire à Dieu au plus haut des cieux
et paix sur la terre
aux hommes qu'il aime !





Charly Séverac

Je suis né à Mazamet le 14 avril 1920. Je peux dire que je suis un pur produit du terroir, car j'y suis né et j'y ai quasiment toujours vécu.

Je suis allé à l'école de la Resse jusqu'à 12 ans et j'ai obtenu mon certificat d'études.

J'ai d'abord travaillé comme pâtissier au fond de la rue du moulin, c'était en 1933. Mais je n'ai pas continué dans cette voie, car le dimanche, il fallait travailler pendant que les copains allaient s'amuser. J'ai ensuite travaillé chez « Buisson » une usine qui fabriquait des robes de chambre, elle était "Place de l'École Pratique". À ce moment-là, je devais avoir dix-huit ans et j'y suis resté trois ou quatre ans. C'est à ce moment-là que le Front populaire est arrivé et qu'ils ont voté les congés payés. Pour y prétendre, il fallait avoir travaillé un an dans la même entreprise. Les premiers congés effectifs ont donc commencé en 1937. À l'époque il n'y avait que quinze jours. Cette année-là avec un de mes amis, nous sommes partis en vélo jusqu'en Italie nous avons fait la Côte d'Azur avec le vélo, le sac à dos et la tente.

J'ai rencontré ma femme, dans la grand'rue en 1942, c'était pendant l'occupation. Le divertissement du dimanche, consistait à monter et descendre la grand'rue donc moi et certains de mes copains aussi d'ailleurs avons rencontré nos épouses de cette façon.

Nous nous sommes mariés en 1946 ce n'était pas une période facile, il n'y avait pas beaucoup de travail et le plus dur était de trouver un logement. La solution pour pouvoir vivre en couple a été de prendre en gérance un magasin à l'enseigne « Docks Méridionaux » à Soual. J'y suis resté pendant quatre ans.





Charly Séverac

C'est en 1952 que je suis revenu à Mazamet pour prendre la suite de mon père qui était matelassier et forain. Nous faisons les marchés de Mazamet et de ses alentours.

Quand j'ai repris la succession de mon père, je ne faisais plus que le marché de Mazamet les mardi, samedi et dimanche J'avais un bazar, je vendais des jouets, des articles pour fumeur enfin un peu de tout, c'était un «Tout à 100 francs», une sorte de «foir'fouille». En même temps je faisais prospérer mon entreprise de confection de matelas.

J'ai eu deux enfants, je suis grand-père et arrière-grand-père.

Le temps a passé, les enfants ont grandi, j'avais une situation financière plus intéressante, c'est à ce moment-là que j'ai renoué avec ma grande passion, le vélo. À cinquante ans, je faisais une moyenne de 6000 km par an. Alors, si l'on tient compte de mon âge actuel, il faut multiplier 6000km par 30 puisque depuis 30 ans j'use le fond de mes pantalons sur la selle de mon vélo. J'ai donc parcouru en tout 180.000 km et je vous fais grâce des poussières. Je pratiquais également la gymnastique et la randonnée.

Le six septembre 2009 je suis entré à la maison de retraite Saint-Joseph. On y est relativement bien. Ce que je regrette le plus, ce sont les bons petits plats que je me faisais, car je suis un très bon cuisinier.

Tiens! il est onze heures trente, "A table et bon appétit!!!"

Propos de Charly Séverac recueillis par Danièle Lagoute
et Chantal Egenschwiller



Comment assainir l'air intérieur ?

Avec tous les produits qui peuplent notre quotidien, l'air de nos maisons est tout sauf sain. Des études montrent qu'il est même 10 à 100 fois plus pollué que l'air extérieur.



Et les sources de pollution sont aussi nombreuses qu'insoupçonnées : les moquettes avec leurs solvants et leurs colles très volatils, les parfums de synthèse toxiques utilisés dans les désodorisants, sans oublier les émanations issues des imprimantes et photocopieuses au bureau. Côté matériaux de fabrication, même constat : les PVC, contreplaqués, vernis, résines, colles, meubles en kit, et produits ménagers renferment des composés organiques volatils (COV) et autres composants chimiques (benzène, formaldéhyde, toluène, xylène...). Leur "contact" provoque toux, migraines et irritations en tous genres.

Parmi les recommandations :

- Aérer son logement tous les jours pendant 10 mn, été comme hiver ; faire entretenir chaque année par des professionnels ses appareils de chauffage ; porter des protections adaptées quand on bricole notamment quand on ponce ; étendre si possible le linge à l'extérieur, etc.

Pour ne pas bloquer la circulation de l'air, veillez à ce que les aérations ne soient ni bouchées, ni cachées sous un meuble, qu'il y ait un espace de 2 cm sous les portes, que la hotte de la cuisine soit entretenue... pensez à ventiler lorsque vous faites le ménage, bricolez ou cuisinez !



- Retour au vert avec les plantes dépolluantes qui nettoient l'air qui nous entoure en éliminant la plupart des substances néfastes. Ces végétaux sont en effet capables de fixer les particules nocives et de restituer un air sain. Les feuilles, la tige et le tronc de la plante captent les polluants contenus dans l'air. A leur tour, les micro-organismes vivants dans les racines transforment les substances polluantes en substances organiques dont la plante va se nourrir. La plante, en transpirant (rejet de vapeur d'eau par les feuilles) améliore le taux d'humidité et d'oxygène dans la maison. En silence, un véritable centre de dépollution s'active.

Comme exemple : Le chrysanthème lutte contre le benzène, la fougère et les palmiers résorbent le formaldéhyde, le ficus et le lierre s'attaquent au xylène... On sait que les végétaux ne peuvent pas purifier l'air d'une pièce entière, on recommande donc une plante pour 9 m².





- Recettes de grand-mère pour désodoriser et éviter les produits chimiques: Parfumer son intérieur avec une orange piquée de clous de girofle, des huiles essentielles ou du papier d'Arménie. Ce dernier, découpé en lamelles détachables et incandescentes, il se consume en libérant des effluves de benjoin et de vanille.

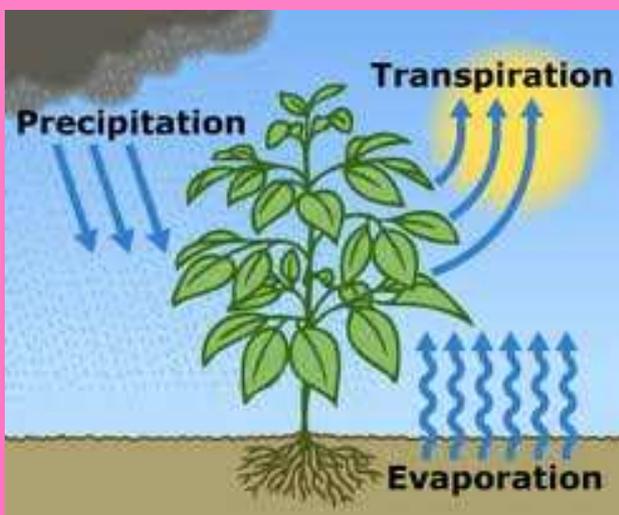
- Lutter contre l'humidité ! Bactéries et champignons se développent, en diffusant spores, fragments de cellules et produits chimiques. Comment les éviter ? Aérez régulièrement, ventilez après avoir cuisiné, pris un bain ou une douche, pour éviter la condensation de l'eau sur les murs et les meubles, évitez de faire sécher votre linge à l'intérieur et réparez les fuites et les infiltrations.

Si des moisissures apparaissent, lavez alors la surface contaminée avec un chiffon humide et du bicarbonate de soude ou bien un peu de détergent.

- Chassez les acariens, invisibles à l'œil nu, ils sont partout. Un gramme de poussière peut même en «accueillir» de 2 000 à 10 000 ! Pour limiter leur nombre, humidifiez les chiffons et les serpillières, pour ne pas remettre la poussière en suspension quand vous faites le ménage. Nettoyez également régulièrement votre literie et lavez vos draps.

Évitez les atmosphères surchauffées et aérez souvent, car les acariens adorent la chaleur. N'oubliez pas non plus les rideaux, les canapés, les tapis et les moquettes.

Et faites attention aux poils d'animaux!



SOMMEIL : remettons nos pendules à l'heure !

Le passage à l'heure d'hiver peut être à l'origine d'une perturbation passagère du sommeil, en particulier quand nous prenons de l'âge... A nous de « recalcr » notre horloge interne... Un rappel du Docteur Mullens, médecin somnologue.

Sous nos latitudes le degré d'ensoleillement passe du simple au double entre le 21 décembre et le 21 juin. Cette variation influe sur notre besoin de sommeil. En effet, notre rythme veille/sommeil est synchronisé par la lumière.



Notre oeil a la capacité d'analyser en permanence l'intensité de la lumière et de transmettre l'information au cerveau. Le soir, la baisse de luminosité déclenche la sécrétion de mélatonine, la principale hormone de régulation chronobiologique: celle-ci met en route les mécanismes du sommeil. A l'inverse la lumière du matin bloque la sécrétion de mélatonine, ce qui relance la fonction d'éveil.

En hiver la faible luminosité accroît le besoin de dormir. Il y a de par les contraintes sociales une privation relative de sommeil, d'où parfois des somnolences, irritation, nervosité dans la journée.

Chez certaines personnes âgées lorsqu'elles vivent trop cloîtrées, les troubles de l'humeur en hiver peuvent aller jusqu'à la « déprime »; on peut alors conseiller la luminothérapie à l'aide de lampes dont la lumière stimule l'éveil.



Au moment du changement d'heure, même si le décalage est de moins de quatre heures, certaines personnes ont besoin d'une semaine pour se resynchroniser.

Si le sommeil reste perturbé: Pensez à anticiper l'heure du coucher. Si vous le pouvez, compensez votre manque par une sieste de 20 minutes au maximum.

Adoptez des horaires réguliers.

L'activité physique est essentielle mais il convient d'éviter les efforts après le repas du soir car l'élévation de la température du corps contrarie l'endormissement.

La phytothérapie peut être essayée avec certaines plantes sédatives telles que la valériane, la passiflore...

Lorsque les perturbations sont liées au stress, on peut recourir à l'aubépine, à la mélisse ainsi qu'à l'apprentissage de techniques de relaxation...

Si le problème persiste consultez votre médecin.



Texte transmis par Nicole Bataller, Infirmière Coordinatrice

Souvenirs d'hiver

Marie Hélène Bascoul : «Il fait froid»

Charly Séverac: «Les jours sont plus courts»

Antoinette Gaubert: «On a ressorti les vêtements à manches longues»

Raymonde Pujol: «Les arbres n'ont plus de feuilles»

Pas de doute, nos résidents ne se trompent pas, car même si finalement nous sommes toujours en automne en ce mardi 20 décembre, nous ne sommes plus qu'à deux jours de l'hiver;»

Raymonde Pujol: «Si je ne me trompe pas il a déjà neigé deux fois».

Charly Séverac: «S'il neige beaucoup, Il y aura des difficultés de circulation»

Louise Pistre :«Et des glissades sur les trottoirs»

Marie-Hélène Bascoul: «Pour ceux qui aiment aller au ski, il en faut de la neige.»

André Flament: «Et bien moi, la neige me rappelle qu'alors que j'avais douze ou treize ans, j'ai été exclu de mon école pendant quelques jours, car j'avais pris pour cible mon directeur d'école pendant une de nos fameuses batailles de boules de neige. Autant dire qu'il n'avait pas du tout apprécié !»

Marie-Hélène Bascoul: «Moi je faisais des bonshommes de neige»

Raymonde Pujol: «On leur faisait fumer la pipe»

Emma Astier: «Une banane pour faire la bouche»

Charly Séverac: «Deux morceaux de charbon pour les yeux»

Marie-Hélène Bascoul: «Une carotte pour le nez»

André Flament : «Un vieux chapeau sur la tête»

Charly Séverac:«Surtout ne pas oublier le balai de paille»

Marie Hélène Bascoul: «Moi, je le faisais avec des branches de genêt le balai»

Emma Astier: «Et les bras avec des branches mortes.»

Louise Pistre: «Des cailloux à la place des boutons et une écharpe autour du cou.»

Lily Monti : «Et ensuite on allait se mettre au chaud au coin de la cheminée;»

Charly Séverac: «La cheminée qui, de notre temps, n'avait rien à voir avec celle d'aujourd'hui.»

Lily Monti: «On pouvait y rentrer dedans.»

Charly Séverac: «Il y avait «le cantou», c'était la place de la personne la plus âgée de la famille, bien au chaud, car nous n'avions pas le chauffage central.»

Emma Astier: «À cette époque-là, la cheminée était très importante, car on y faisait aussi la soupe.»

Raymonde Pujol: "Dans une marmite, suspendue à la crémaillère ou bien posée sur un trépied."

Madeleine Fabre: «On y fumait le jambon, enfin la charcuterie en général.»

Charly Séverac: «Et d'ailleurs le soir du réveillon on coupait un morceau de boudin blanc que l'on faisait frire à la poêle. En parlant de repas, moi j'ai une anecdote à vous raconter. Dans les années 60, j'étais encore un jeune marié et j'avais déjà deux enfants, autant vous dire qu'on ne roulait pas sur l'or, mais la tradition voulait que le jour de Noël on mange du foie gras. J'achetais donc quatre oies que je faisais confire et je revendais deux foies gras à un restaurateur de Mazamet, dont je tairai le nom. Ce qui me permettait de respecter la tradition tout en limitant les frais. Je crois que c'est ce que l'on appelle le système D !

Emma Astier: «Et bien nous nous fabriquions des lampions avec des mandarines, nous coupions le haut du fruit en faisant bien attention de ne pas abîmer la peau et nous laissions la petite mèche blanche qui se trouve au milieu. Ensuite nous la remplissions d'huile et nous y mettions le feu, cela marchait bien, c'était assez joli et ça sentait bon.»

Cette après-midi est passée très vite. Beaucoup de souvenirs ont été évoqués et bien sûr une page ne suffit pas pour tout écrire mais rendez vous pour la suite lors de la parution de la gazette du quatrième trimestre 2012... A bientôt

Propos recueillis par Danièle Lagoute et Chantal Egenschwiller



Comment "prendre soin" lors de la toilette ?

La question pourrait paraître saugrenue. La réponse permet pourtant de mesurer l'importance de ce soin longtemps dévalorisé. En moyenne, au sein d'une maison de retraite, le résident est en relation avec un soignant environ 45 minutes par jour, soit entre 14 et 20 minutes pour la toilette, 10 minutes pour les soins infirmiers, 15 minutes pour les repas.

La toilette représente alors 50% du temps que les soignants passent en relation avec le résident âgé. Pourrait-on se permettre de définir ce temps en ne le considérant qu'avec un seul et unique objectif : le lavage du corps ??

Si nous répondons "oui" à cette question alors, comment éviter que les soignants continuent de se ressentir comme des "techniciens de surface" et que les personnes âgées dont ils prennent soin continuent de se ressentir comme des objets ?

Pour chaque soin il est alors indispensable de maintenir la santé du résident et d'y associer qualité de vie et bien-être. Une toilette réalisée de force, à une heure où la personne ne le souhaite pas, en faisant tous les gestes à sa place, au lit, sans lui parler, en regardant la télévision allumée dans un coin de la pièce, en discutant avec une collègue...peut répondre à l'objectif de propreté et de lavage du corps. Mais si nous y répondons ainsi, cela signifie à la personne notre refus d'être en relation avec elle, en détruisant son bien-être et sa qualité de vie.

Imaginons qu'une personne ne puisse pas accomplir par elle-même toute sa toilette mais puisse et préfère faire elle-même sa toilette intime. En terme d'hygiène, la toilette intime sera peut-être moins bien faite par le résident que par le soignant, mais la faire elle-même permet à la personne d'utiliser ses capacités, de se sentir mieux eu égard à son sentiment de pudeur et de dignité, et ne provoque pas de gêne ou d'agitation. N'oublions pas que cette personne a sûrement toujours effectuée elle-même sa toilette durant ses 60 dernières années et que cela lui permet d'avoir encore un contrôle sur sa vie.

Comment communiquer durant une toilette ?



Sauf exception, nous communiquons par la parole dès que nous sommes en relation avec une autre personne.

A chaque fois que nous ne le faisons pas, que nous restons silencieux tout au long de ce soin, nous signifions au résident notre refus de communiquer et donc un refus de rentrer en relation avec celui-ci. Il est en cela très important d'annoncer ses gestes : " Madame, je vais vous laver le bras..", de décrire ses actions " je vous soulève le bras, c'est le bras gauche, je vous savonne le dessus de la main, la paume.." La description des gestes permet, en explicitant les liens entre les mots et les parties du corps dont le soignant s'occupe, de conserver ou de réhabiliter certains des éléments de la relation de la personne à son corps, le schéma corporel en particulier.



La communication non verbale est essentielle pour prendre soin . En effet, l'observation des mimiques implique de développer l'aptitude à réaliser un soin en étant toujours tourné vers le visage du résident, lieu d'expression premier du bien-être et du mal-être. Une part très importante de la communication non verbale passe par le toucher. Le toucher soignant doit aussi solliciter l'autorisation corporelle du résident.

Pour la plupart d'entre nous, le bon fonctionnement de nos sens et de nos capacités cognitives nous permet d'être prévenus chaque fois que l'on nous touche. Les atteintes sensorielles, cognitives, conduisent un grand nombre des personnes dont nous prenons soin à ne pas percevoir, comprendre et anticiper ce toucher.

Il est préconisé par exemple, pour éviter l'effet désagréable de la surprise, de rentrer en contact avec le corps de l'autre par le bout des doigts, la paume se posant ensuite. Le geste inverse est pratiqué lorsque notre main quitte le corps de la personne. Ce toucher porteur de douceur, favorise le lien et la confiance entre les partenaires du soin.

La toilette constitue l'un des moments privilégiés pour l'utilisation de certaines capacités, pour la réhabilitation du mouvement, de la verticalisation et pour la conscience du corps.

Pour cela il est nécessaire de s'appuyer sur 2 règles fondamentales :

- Ne pas faire un geste à la place d'un résident, sauf bien sûr, pour des raisons médicales.
- Si un résident ne peut pas faire un mouvement lui-même, ne pas le toucher sans l'en informer au préalable et, rappelons le, il est important d'accompagner tous nos gestes d'une explication.

Le handicap et/ou la maladie comportent, par eux-mêmes, suffisamment de risques d'atteintes à l'image et à l'estime de soi, pour nous interdire de prendre, nous, soignants, le risque d'aggraver ces atteintes par nos actions.

L'ajustement du prendre-soin, le maintien de la communication, le toucher professionnel porteur de douceur, sont autant d'éléments qui doivent au contraire tenter d'adoucir ces atteintes et fournir à la personne des soutiens revalorisants et renarcissisants.

L'un des soutiens du bien-être psychologique est le bien-être physique .



Anne-Sophie Stanton, Géro-nto-Psychologue
(Humanitude : Comprendre la vieillesse, prendre soin des Hommes vieux)

AUDIT DE SUIVI

Les 17 et 18 octobre 2011, nous avons eu un audit qualité ISO de suivi. L'auditeur de Bureau Veritas (organisme certificateur) a reconduit la certification de notre système qualité en constatant l'absence de non conformités.

Les conclusions de l'auditeur sont :

Avis sur le Système de Management Qualité: Efficacité, maturité, adaptation, résultats par rapport aux objectifs de performance clefs et aux cibles, aux exigences règlementaires.

Bien que mature et, en règle générale, bien appliqué, le système qualité est quand même bien lourd pour la structure. Le volume de la documentation devrait être limité au "juste nécessaire", les indicateurs de mesure des processus sont trop nombreux pour être efficaces, la revue de direction devrait rester concentrée sur les données d'entrées exigées par l'ISO 9001 (un document d'une vingtaine de pages devrait permettre de répondre largement aux exigences du référentiel). Le gain de temps pourrait ainsi être mis à profit pour développer quelques principes de l'ISO 9004.

Le résultat satisfaisant de l'audit permet la recommandation du maintien du certificat.

NOS POINTS FORTS :

L'auditeur a relevé certains points forts dans notre système qualité :

- Bonne traçabilité des réclamations résidents et familles.
- Les processus sont très bien suivis.
- Les fiches de poste sont précises et l'évaluation du niveau de compétence possédé est facilité par la grille des tâches.
- Les informations du dossier résident enregistrées sur PSI fournissant l'historique sur les pathologies et les soins.
- L'échelle algoplus sur l'évaluation de la douleur intègre des critères qui permettent de détecter la présence de douleur ressentie par le résident.
- La présence des instructions de réchauffage des plats élaborées par un prestataire externe.
- Les meubles installés en cuisine pour une installation en libre service offrent l'avantage de conserver les plats à température. Leur ergonomie est aussi appréciable.
- Bonne gestion de la documentation qualité.

NOS POINTS FAIBLES :

Un seul point faible a été relevé :

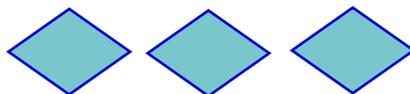
- La maîtrise du processus "conception et livraison des repas" n'est pas totalement assurée.

OPPORTUNITES D'AMELIORATION :

L'auditeur a noté :

- Veiller à faire une bonne exploitation des indicateurs en définissant des cibles réalistes (par exemple pour le processus "achats").
- La grille d'évaluation des compétences de la fiche de poste pourrait être optimisée en déterminant le profil type du poste. Cette méthode présente l'intérêt d'évaluer le niveau à l'arrivée d'un salarié et en fin de période d'essai, puis d'identifier les besoins complémentaires en formations.
- Il serait intéressant d'engager une démarche d'évaluation de la conformité à la réglementation. S'agissant d'un travail conséquent, il convient de le programmer sur du long terme.
- Le processus externalisé "repas" doit être plus lisible sur la cartographie des processus.
- L'analyse des causes des incidents (chutes par exemple) doit être plus approfondie pour pouvoir remonter aux véritables causes d'origine et engager les actions correctives adaptées.
- Lors de la livraison des plateaux repas, il serait utile d'enregistrer la température relevée à l'intérieur du camion.

Un grand merci à l'ensemble du personnel pour leurs efforts et leur implication dans le système qualité.



A l'attention plus particulière des salariés :

Vous pouvez accéder très simplement à la dernière version des documents qualifiés ainsi qu'au suivi des réclamations clients, des fiches de constats vues en réunion de comité de pilotage qualité et des fiches actions correctives et préventives sur EGROUWARE (logiciel de groupe de travail).



Pour tout renseignements complémentaires, n'hésitez pas à me contacter au 775.

Edwige GINIEYS, animatrice qualité

LE PLAN D'ACTION POUR L'EGALITE ENTRE HOMMES & FEMMES

La loi du 09/11/2010 portant réforme des retraites, a prévu que les employeurs de + de 50 salariés devraient (sous peine de pénalités financières) avoir conclu - à effet du 1er janvier 2012 - un accord d'entreprise ou (à défaut d'organisation syndicales signataires) un plan d'actions visant à analyser et prendre des mesures sur l'égalité entre hommes et femmes au sein des différentes entreprises françaises. Ces mesures devant débiter par une analyse détaillée de la situation de chaque entreprise dit **rapport égalité hommes-femmes** et s'accompagner d'un **plan d'actions avec objectifs chiffrés**.

En conséquence, la Maison Saint-Joseph a négocié et conclu avec ses représentants du personnel un plan d'actions pour l'égalité hommes-femmes dont les premières mesures devraient voir le jour en ce début d'année 2012.

La direction de l'établissement et les représentants du personnel ont choisi d'orienter les mesures du plan d'actions pour l'égalité hommes-femmes sur les thématiques du **recrutement et de la formation professionnelle** car ces objectifs permettent aussi d'englober plusieurs des autres possibilités réglementaires proposées dans le décret du 9 juillet 2011 comme l'articulation entre vie privée et vie professionnelle, la promotion professionnelle, classification et qualification.

En effet, compte tenu :

- que les effectifs de la Maison Saint-Joseph sont définis par conventionnement entre l'établissement, l'Agence Régionale de Santé (État - Ministère de la Santé notamment) et la Direction de la Solidarité (Département - par le biais du Conseil Général) ;
- que la rémunération du personnel est établie en application des coefficients d'emploi des métiers de la convention collective nationale du 31 octobre 1951, coefficient évoluant en moyenne tous les 2 à 3 ans, sans aucune autre considération que le temps passé ;
- que les changements de catégorie professionnelle et/ou d'emplois ne sont possibles qu'après obtention d'un diplôme d'état spécifique ;



=> les parties ont donc conclu qu'il n'existait aucune discrimination quelconque entre hommes et femmes au sein de notre établissement.

Plan Egalité Hommes - Femmes

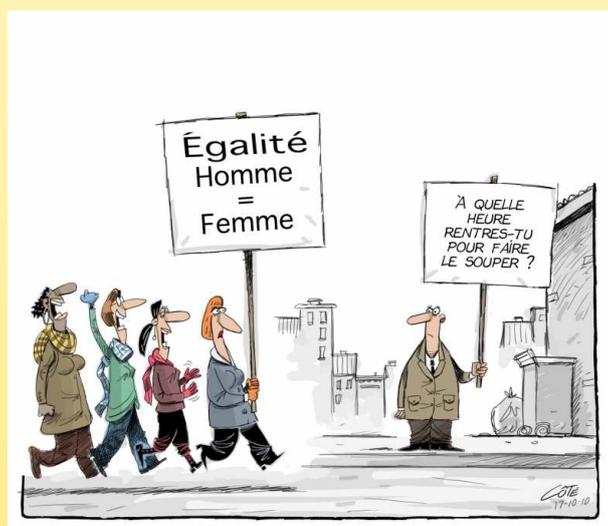
Ainsi, après analyse du rapport égalité hommes-femmes de l'établissement, les seuls éléments sur lesquels il est possible d'agir sont le recrutement et la formation professionnelle en y intégrant des mesures complémentaires relatives à l'amélioration des conditions de travail (le plan d'actions en faveur de l'emploi des seniors en vigueur dans l'établissement traitent aussi de cette thématique particulière) et, à la prise en compte de l'articulation vie professionnelle / vie privée du fait de la population quasi féminine. A moduler toutefois avec les exigences spécifiques du secteur d'activité (horaires coupés notamment pour une aide aux gestes quotidiens de la vie...).

* Objectifs chiffrés en matière de recrutement

Compte tenu d'une population quasi féminine, la Maison Saint-Joseph a choisi de proposer une **mesure de discrimination positive**. Ainsi, à compétence professionnelle égale (diplôme notamment) et tout en respectant la procédure de recrutement en vigueur dans l'établissement, si un tel choix se présente (selon candidatures reçues), l'établissement choisira prioritairement le candidat masculin.

Celui-ci se verra proposer le poste à pourvoir et bénéficiera du droit de refus. Si le poste est refusé par le candidat masculin, il pourra alors être proposé à une candidate féminine.

La cible de cet objectif chiffré devra s'élever à 80% de traitement des candidatures masculines reçues.



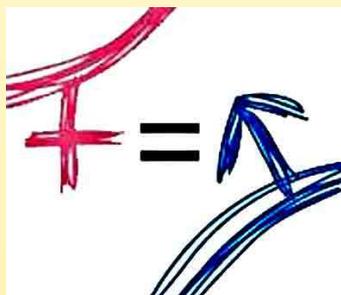
Plan Egalité Hommes - Femmes

* Objectifs chiffrés en matière de formation professionnelle

La mise en place de formation professionnelle est un des éléments permettant à l'entreprise de développer les compétences de son personnel afin de le maintenir dans son emploi ou de le faire évoluer vers un poste différent (promotion professionnelle).

Les formations dispensées pour le personnel de la Maison Saint-Joseph, qu'elles le soient en interne ou en externe, répondent à des exigences des bonnes pratiques professionnelles et de développement des savoir-faire et savoir-être liés au métier de soignant (les modules annuels de formation à l'accompagnement des personnes en fin de vie, de prise en charge des résidents déments, de méthode de manutention des malades, de sécurité/incendie en sont des exemples probants).

A cet effet, la Maison Saint-Joseph s'engage à **maintenir un taux élevé de formation continue de son personnel équivalent à 60% de l'effectif ayant suivi une formation dans l'année** et de maintenir une égalité d'accès à la formation professionnelle entre hommes et femmes => Le pourcentage d'atteinte de cet objectif sera obtenue par comparaison entre l'effectif au 31/12 de l'année écoulée et le nombre de stagiaires effectivement formés sur ladite année.



Par ailleurs, la Maison Saint Joseph s'engage à maintenir sa politique de **promotion professionnelle** auprès de ses salariés CDI et CDD en leur permettant d'accéder à tous les dispositifs de formation continue existants (CIF, DIF, période de professionnalisation, parcours de Validation des Acquis de l'Expérience) en lien avec l'UNIFAF et selon ses ressources budgétaires, que ces personnels soient de sexe masculin ou féminin.

De même, pour **favoriser une harmonie entre travail et vie familiale**, la Maison Saint-Joseph veillera, si cela est compatible avec les exigences de continuité de l'activité (problématique de remplacement, impact budgétaire et égalité de traitement notamment), à :

- établir des plannings de travail intégrant au mieux cette articulation (réflexion sur le nombre de jours travaillés et non travaillés, les horaires coupés et continus, la répartition des jours de travail sur la semaine et le cycle...)
- favoriser l'activité à temps partiel ou autres mesures rendues nécessaires (changement de poste ou d'équipe) pour raisons familiales justifiées ;
- planifier les sessions de formation sur des horaires plus adaptés à la vie de famille (en lien avec les horaires scolaires notamment).

Karine Derlyn

Clin d'oeil sur les nouveaux salariés



Je m'appelle Chantal EGENSCHWILLER, j'ai 50 ans, je suis née à Aussillon.

J'ai rejoint l'équipe animation de l'EHPAD Saint Joseph le 1er décembre 2011.

Je suis contente d'être parmi vous au sein de la Maison et je vous remercie de votre accueil.

Bonjour,

Je m'appelle Christian TORAL j'ai 54 ans. J'ai une fille et deux petites filles.

J'habite à Labruguière où je rénove notre maison. Depuis quelques mois, j'apprends la L.S.F. (Langue des Signes Française).

Je suis heureux d'être à votre service et à celui des résidents.



Je suis Justine PROTAT, j'ai obtenu le Baccalauréat Professionnel Service en milieu rural en juin 2011 et voulant devenir Aide Soignante, travailler au sein de cet établissement m'apporte beaucoup professionnellement.

Les résidents et le personnel, très accueillants, m'ont permis une bonne intégration au sein de l'équipe de l'unité Van Gogh (2^e étage). Merci à eux.

Je me présente, Melle Aurélie DIAZ-MONTESINOS, j'ai 25 ans, je suis pacsée et j'habite à Pont de l'Arn depuis 5 mois.

J'ai vécu 3 ans à Brassac mais avant j'habitais à Melun (77) car je suis originaire de la région parisienne.

J'ai obtenu le diplôme d'aide soignante début décembre 2011 puis j'ai intégré la maison de retraite Saint Joseph le 13 décembre.

J'ai été bien accueillie par l'équipe ainsi que par les résidents.

Pendant mon temps libre je pratique le badminton, la randonnée, la natation, la lecture ainsi que les voyages, si possible.



Je m'appelle Serge MUR.

Je suis AMP (Aide Médico-Psychologique) et je travaille au 3^eme étage à l'unité Toulouse Lautrec. Il est prévu que je sois muté au nouveau bâtiment pour accompagner les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

J'ai 42 ans, je suis marié et j'ai 3 enfants.

Je joue de la guitare et parfois je chante dès que l'occasion se présente lors des activités chant au sein de l'unité.

**Bienvenue
à tous ceux qui nous ont rejoints...**

M Paul MAYRAN : le 24/10/2011

Mme Andrée Eulalie MONTI : le 27/10/2011

M Pierre LAPEYRE : le 17/11/2011

Mlle Gabrielle ESCANDE : le 21/11/2011

Mme Lucette GALINIER : le 22/12/2011

Mlle Marie-Josèphe GUIRAUD : le 26/12/2011

Mme Anica GUIRAUD : le 29/12/2011





Bienvenues, anniversaires et souvenirs



Joyeux Anniversaires



Madeleine ALAUX
 Yvonne BASCOUL
 Clémence CAFFO
 Maria CAMPOS
 Denis CASTAGNÉ
 Berthe CAUQUIL
 Palmyre CORBIERE
 Louis DOUZALS
 Andrée ESCAFFIT
 Pilar ESCUDIÉ
 Lucette FERRIÉ
 Noélie FEVRIER
 René GUILHOU
 Jacqueline GUILLOT
 Marguerite ICHER
 André JULIA
 Jean-François JULIEN
 Yvette MAUREL
 Cécile MENUSET
 Denise MONTESQUIEUT
 Marthe ORTIS
 Henriette PEZET
 Emilien ROUANET
 Jeanne VELU



Décès

Une pensée émue pour tous ceux qui nous ont quittés

Mlle Renée BORIES nous a quittés le 09/10/2011 à l'âge de 99 ans.
Elle était parmi nous depuis le 07/08/2002.

M André BEZIAT nous a quittés le 16/10/2011 à l'âge de 87 ans.
Il était parmi nous depuis le 16/06/2010.

Mme Reine GALVE nous a quittés le 16/10/2011 à l'âge de 98 ans.
Elle était parmi nous depuis le 03/02/2011.

Mme Marguerite REY nous a quittés le 18/10/2011 à l'âge de 87 ans.
Elle était parmi nous depuis le 12/04/2007.

M Maurice VEAUTE nous a quittés le 20/11/2011 à l'âge de 89 ans.
Il était parmi nous depuis le 12/04/2010.

Mme Marie-Louise ESCUDIER nous a quittés le 15/12/2011 à l'âge de 99 ans.
Elle était parmi nous depuis le 03/12/2003.

Mme Marthe ASSEMAT nous a quittés le 17/12/2011 à l'âge de 98 ans.
Elle était parmi nous depuis le 03/11/2005.





Recette : Buche de Noel marrons et chocolat

Pour 10 personnes - Temps de préparation 25 Min

Ingredients :

- 120 g de sucre
- 4 oeufs
- 50 g de farine
- 40 g de Maïzena
- 1 kg de purée de marrons en boîte
- 200 g de pralinoise
- 200 g de chocolat noir à dessert
- 70 g de beurre
- 1 sachet de pralin
- quelques marrons glacés pour décorer



Préparation

- *Préparer d'abord la base du gâteau : préchauffer le four à 180°C (thermostat 6), fouetter les jaunes d'oeufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajouter la farine et la Maïzena.*
- *Monter les blancs en neige et les ajouter à la préparation. Verser cette pâte sur une plaque rectangulaire, recouverte de papier sulfurisé.*
- *Faire cuire 10 à 15 min.*
- *Mettre dans une grande casserole les tablettes de chocolat cassées en petits morceaux, le beurre, et faire fondre sur feu doux.*
- *Ajouter hors du feu la purée de marrons égouttée et bien mélanger.*
- *Laisser refroidir avant d'ajouter la moitié du sachet de pralin. Mélanger.*
- *Etaler la garniture sur la base du gâteau préalablement cuit.*
- *Former une bûche avec les mains, puis décorer de marrons glacés et de pralin.*

Quelques charades...



Mon premier est un petit hameau
Mon deuxième est la 1ère lettre de l'alphabet
Mon Troisième est un plat raffiné
Mon tout est une ville située au pied de la Montagne noire

La peinture est un exemple de mon premier
Mon deuxième est propre
Mon tout arrose Mazamet

Mon premier sert à jouer
Mon deuxième n'est pas beau
Mon troisième se déplace dans l'eau
Mon tout était une industrie importante pour Mazamet

Mon premier est le mois du muguet
Mon deuxième repose
Mon troisième se moque
Mon tout était une autre industrie importante pour Mazamet

Mon premier est une petite maison en Camargue
Mon deuxième est une exclamation
Mon troisième est un adjectif possessif
Mon quatrième est une plante aromatique
Mon tout est un habitant de Mazamet



Mon premier n'est pas bas
Mon deuxième est une note de musique
Mon troisième est le roi de la jungle
Mon tout est proche de Mazamet

Solutions des jeux du numéro précédent

Les européens ?

Redonnez à chaque costume son pays d'origine



A



B



C



D



E



F



G



H



I



J



K



L

- l'Écosse => L
- le Danemark => K
- l'État du Vatican => J
- l'Espagne => I
- la France => H
- la Grèce => G

- la Belgique => F
- les Pays Nordiques => E
- l'Angleterre => D
- l'Autriche => C
- la Hongrie => B
- l'Italie => A



Agenda des réunions

Vous trouverez ci-dessous les différentes réunions de l'établissement.

Vous pouvez consulter certains comptes rendus de réunions sur les panneaux d'affichage ou demander une copie auprès des responsables (cf secrétariat ou direction).

Réunions planifiées : (pour connaître les dates, demander au secrétariat)

=> Tous les lundis de 9h à 11h : Comité de direction (sécurité & gestion des risques, suivi d'activités et des projets en cours). Pilote : Bruno MARTEN ou Karine DERLYN, Direction.

=> Tous les mardis à 10h à 12h : Comité de pilotage qualité (étude des réclamations et des fiches de dysfonctionnement, suivi des actions curatives, correctives et palliatives). Pilote : Edwige GINIEYS, Animatrice qualité.

=> Tous les vendredis de 10h à 11h : réunion service technique. pilote : Bruno MARTEN, Directeur

=> Tous les vendredis de 10h30 à 13h : réunion multidisciplinaire (suivi de l'état de santé, évaluation et bilans, projet d'accompagnement, modification des plans d'aides et d'accompagnement). Pilotes : Nicole BATALLER (infirmière coordinatrice) et Docteur BOUTOT (médecin coordonnateur).

=> Tous les mois, le quatrième lundi : Délégués du Personnel et Comité d'entreprise (Délégation Unique du personnel). Compte rendu et date à l'affichage sur les panneaux "délégation unique". Pilotes : Karine DERLYN, Direction, et DP/CE

=> Toutes les six semaines : Commission menu avec les résidents et familles (analyse de la satisfaction et des problèmes, choix des menus, suivi des actions). Compte rendu et date à l'affichage sur les panneaux "vie de la maison" dans chaque unité et entrées. Pilote : Nicole Bataller

=> Tous les trimestres : Conseil de la Vie Sociale réunissant les familles et les résidents (vie de la maison, informations, débats, suivi des projets) Compte rendu et date à l'affichage sur les panneaux "vie de la maison" dans chaque unité et entrées. Pilote : M Bernard CHABBERT, Président.

=> Tous les trimestres : Comité d'Hygiène et de Sécurité (CHSCT). Compte rendu et date à l'affichage sur les panneaux CHSCT. Pilote : Karine DERLYN, Présidente.

=> Tous les trimestres : Commission animation réunissant familles, résidents et bénévoles (recueil des attentes et des souhaits, planning, suivi des projets et préparation). Pilote: Anne-Sophie STANTON, géronto-psychologue.

=> Tous les ans en décembre : Revue de processus "offrir des animations, cultes, activités occupationnelles et des spectacles". (satisfaction, attentes et besoins, résultats, suivi des objectifs, décisions). Ouvert à tous. Pilote : Anne-Sophie STANTON, géronto-psychologue.

=> Tous les ans en février : Revue de processus "projet de vie individualisé : évaluer, orienter, admettre" (satisfaction, attentes et besoins, résultats, suivi des objectifs, décisions). Ouvert à tous. Pilote : Nicole BATALLER, infirmière coordinatrice.

=> Tous les ans en avril : Revue de processus "offrir des soins infirmiers, paramédicaux, soutien psychologique et accompagnement fin de vie" (satisfaction, attentes et besoins, résultats, suivi des objectifs, décisions). Ouvert à tous. Pilote : Nicole Bataller, infirmière coordinatrice.

=> Tous les ans en mai : Revue de processus "hébergement, restauration et aide aux gestes quotidiens de la vie dans des unités spécifiques" (satisfaction, attentes et besoins, résultats, suivi des objectifs, décisions). Ouvert à tous. Pilotes : responsables d'unités

=> Tous les ans en juillet : Revue de direction faisant la synthèse de toutes les revues de processus métiers, de support et management (satisfaction, attentes et besoins, résultats, suivi des objectifs, décisions). Ouvert à tous. Pilote : Bruno MARTEN, Directeur.

Animations du 1^{er} Trimestre 2012

JANVIER:

Jeudi 5 janvier 2012: Voeux de la mairie ainsi que de la direction

Mardi 10 janvier 2012: Goûter des Aînés , 14h au Palais des Congrès

Mercredi 18 janvier 2012: Loto gratuit ,15h dans la salle de restaurant du bâtiment principal

Mardi 24 janvier 2012: Spectacle "la Compagnie Magie Musette", 15h dans la salle de restaurant du bâtiment principal

Jeudi 26 janvier 2012: Bourse aux livres, de 10h à 17h dans la Salle Galibert Ferret



FEVRIER:

Du 31 janvier au 2 février 2012: réalisation de la pâte et cuisson des crêpes

Jeudi 2 février 2012: Célébration des anniversaires du mois de janvier, 15h dans la salle de restaurant du bâtiment principal (dégustation des crêpes)

Mercredi 15 février 2012: Loto gratuit, 15h dans la salle de restaurant du bâtiment principal

Mercredi 22 février 2012: Bourse aux livres, de 10h à 17h dans la Salle Galibert Ferret

Jeudi 23 février 2012: Spectacle " La Scie Musicale",15h dans la salle de restaurant du bâtiment principal

MARS:

Jeudi 1er mars 2012: Célébration des anniversaires du mois de février , 15h dans la salle de restaurant du bâtiment principal

Dimanche 4 mars 2012: Fête des Grand-mères

Mercredi 14 mars 2012: Loto gratuit, 15h dans la salle de restaurant du bâtiment principal

Lundi 19 mars 2012: Spectacle pour la Saint Joseph "Compagnie Art et Musique", 15h dans la salle de restaurant du bâtiment principal

Mercredi 28 mars 2012: Célébration des anniversaires du mois de mars ,15h dans la salle de restaurant du bâtiment principal

Jeudi 29 mars 2012: Bourse aux livres, de 10h à 17h dans la Salle Galibert Ferret



Planning sous réserve de modifications

INVESTISSEZ-VOUS !

Vous avez des compétences dans certains domaines :

- animation, cuisine, peinture, gym, couture, ateliers divers,
- social, écriture, poèmes, articles, mise en page informatique, bricolage,
- contact humain, vie chrétienne, journalisme.

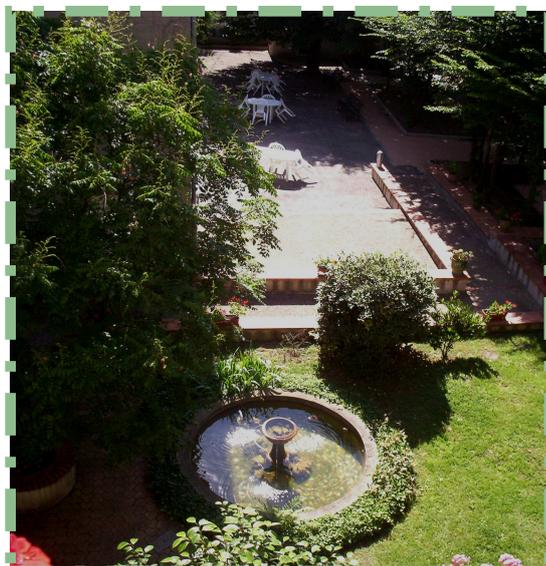
Vous êtes en activité ou retraité, résident, famille, salarié ou autre. Vous voulez nous en faire profiter. N'hésitez pas, en contactant notre responsable local au 05.63.61.02.08 au poste 777 :

Mlle Stanton Anne-Sophie
ou par mail : psychologue@saint-joseph.asso.fr

NOTE IMPORTANTE

Afin de disposer d'informations diverses pouvant être utilisées pour la préparation des numéros ultérieurs, nous demandons à toute personne intéressée de bien vouloir nous communiquer croquis, textes, articles, poèmes, enregistrement sur DVD ou cassette, photographies... pouvant illustrer notre publication. Nous essayons de rassembler et de communiquer des informations aussi exactes que possible. Toutefois, si des notations s'avéraient être erronées, ce dont nous nous excusons, nous demandons qu'elles nous soient signalées pour rectification.

S'adresser au comité de rédaction, dont Corinne Collatuzo, Karine Derlyn, Edwige Ginieys, Danièle Lagoute, Anne-Sophie Stanton, François Pons et Bruno Marten, Maison Saint Joseph, 7 rue Meyer 81200 Mazamet - tél : 05.63.61.02.08 ou fax : 05.63.61.17.63.





ASCENSEURS

SAULIERE

Nos secteurs d'activité:

ARIÈGE - AUDE - AVEYRON - HAUTE GARONNE - HÉRAULT
PYRÉNÉES ORIENTALES - TARN - TARN ET GARONNE

Ets. Michel SAULIÈRE & Cie

Saint-Alby - BP 162 - 81205 MAZAMET CEDEX - FRANCE
Tél: 05.63.61.23.13 - Fax: 05.63.61.56.23

**SARL JACKY MASSOUTIER
ET FILS**

PLATRERIE GENERALE

ZA LA MOLIERE - 81300 GRAULHET

TEL : 05 63 42 87 00 - FAX : 05 63 42 87



**POMPES
FUNÈBRES
CALAS**

Habilitation N°95.81.57

- Inhumation *orias 07034264*
- Exhumation
- Crémation
- Articles funéraires
- Transports de corps
toutes destinations
- Chambres funéraires

**A VOTRE
SERVICE
24H/24
7J/7**

MAZAMET - 11, rue Meyer
Tél. 05.63.98.67.72
FUNERARIUM
Bt-du-Pont-de-l'Arn - Traktir
Tél. 05.63.61.09.42



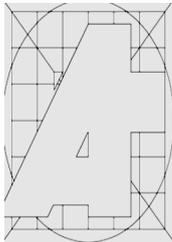
**CANTIE
PROCESS INDUSTRIELS**

RN 112 - 81200 MAZAMET -

Tel : 05 63 61 47 52 - Fax 05 63 61 36 99

cantie@cantie-process.com

http://www.cantie-process.com



CABINET D'ARCHITECTURE E. TOULEMONDE

Architecte diplômé de l'Ecole Polytechnique Fédérale de Zurich
ARCHITECTURE - URBANISME - COORDONATEUR S.P.S.

11 Place Marius Pinel - 31500 Toulouse - Tél : 05 61 80 88 04 - Fax : 05 61 54 72 77 - Ordre des Architectes N° 828
e.mail : eric-toulemonde@wanadoo.fr

Recyclage Cartouche Imprimante

Consommable - Imprimante - Informatique
Vente et Réparation



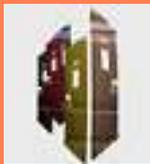
www.rci-informatique.com

TEL:05.63.35.84.55

55 Avenue d'Hauterive à Castres

Face au Garage Peugeot Maurel

Les Menuisiers Réunis



**168 BIS, RUE DE LA RESSE - 81200 MAZAMET
TEL : 05 63 61 13 72 - FAX : 05 63 61 07 00**

Ets DÉJEAN

Revêtements muraux - Revêtements de sol
Lino - Dalles - Parquet flottant
Vitrification parquets - Tapis - Moquettes
Store intérieurs/extérieurs - Douche à l'italienne



POMPES FUNÈBRES DE LA VALLÉE

TOUTES PRESTATIONS FUNÉRAIRES

8, rue des Cordes 81200 MAZAMET

05 63 98 43 64

06 47 88 09 91

Gaston

Rénovation thermique
Isolation intérieure, extérieure et naturelle
Plâtrerie, peinture et papiers peints
Fenêtres, vitrerie et ventilation
Revêtement de sol

INSTALLATION
BÂTIMENT ET INDUSTRIE
ÉCLAIRAGE PUBLIC
ILLUMINATION
FROID
COMMERCIAL
ET CLIMATISATION
DÉPANNAGE
ÉLECTRO-MÉNAGER
S.A.V.
POINT DE VENTE
AU PUBLIC

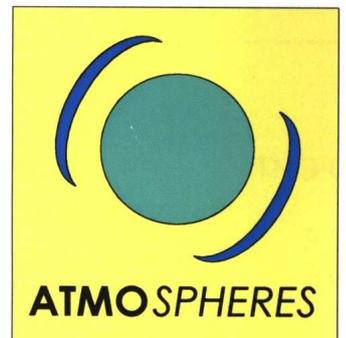
**ARNAUD
ELECTRICITÉ**

40, boulevard de la Maylarie
81200 AUSSILLON
Tél. 05.63.61.27.61
Tél. 05.63.98.55.71
Fax 05.63.61.93.76

E-mail : arnaud.electricite@cegetel.net
www.arnaud-electricite.fr



**OCITANIE
RESTAURATION**



ATMOSPHERES