

Le journal  
des résidents  
du Tam

# Sur le Banc



## L'amitié

N°23 - 1<sup>er</sup> semestre 2012



### sommaire

 Edito > p2

 La parole aux  
résidents > p3 à p17

Les aidants vous  
 informent > p18 à p20

Le mot AMITIE est par définition un sentiment d'affection. Ne dit-on pas « être lié par une solide amitié ». C'est exactement ce lien d'amitié solide qui unit depuis près de douze années tous les participants de notre Association du Journal des Résidents du Tarn (AJRT).

Grâce aux résidents, Animatrices, Secrétaire-Comptable, Directeurs, psychologues, Médecins et bien d'autres, ce 23<sup>e</sup> journal peut être lu en 1700 exemplaires dans les Maisons de Retraite du Tarn.

Le Président et les membres du Conseil d'Administration vous en remercient, tout comme ils remercient chaleureusement le Conseil Général du Tarn et la Mairie de Castres qui subventionnent l'AJRT.

Dans ce journal N°23 du premier semestre 2012 vous pourrez lire de nombreuses manifestations d'amitié. Ces articles différents suivant les EHPAD, écrits par des Résidents, guidés par des Animatrices, montrent tous, le lien qui nous unit : l'AMITIE.

Le Conseil Général du Tarn, Dans le cadre de la « semaine bleue » 2011, a organisé dans le hall de son établissement à Albi, du 17 octobre au 12 novembre 2011, une exposition afin de présenter une sélection d'actions originales ou innovantes. L'AJRT y figurait car elle a su et sait mettre en valeur les rôles et richesses de nos AÎNES en favorisant un mieux vieillir.

**Francis CERDAN**  
**Président A.J.R.T**



Le thème du prochain numéro  
«Sur le Banc» sera :  
**LA DÉPENDANCE**

## AMIS UN JOUR, AMIS TOUJOURS

**Maurice Madlène :** L'amitié est un sujet très vaste et il est très difficile de donner une définition exacte à ce mot.

**Raymonde Pujol :** L'amitié nous unit et nous réunit.

**Marie Hélène Bascoul :** Dans l'amitié, il y a une notion de fraternité.

**Simone Amen :** Pour être amis il faut qu'un lien, un rapprochement se crée, c'est accepter l'autre tel qu'il est.

**Marie Hélène Bascoul :** Avec ses croyances, ses savoirs et ses savoirs faire.

**Simone Amen :** Être amis s'est s'investir dans une relation sans rien attendre en retour.

**Hélène Bascoul :** L'amitié vient du cœur. On ne peut pas être amis s'il n'y a pas de l'amour, de l'affection.

**Simone Amen :** Ah non ! l'amour c'est entre mari et femme.

**Marie Hélène Bascoul :** Mais entre mari et femme, on peut être amis.

**Marthe Maurel :** Il doit y avoir une attirance.

**Raymonde Pujol :** Et de la confiance.

**Simone Amen :** Pour être amis il faut qu'il y ait un attachement réciproque.

**Lucette Ferrié :** Avec ma meilleure amie, il y a 60 ans que l'on se connaît.

**Raymonde Pujol :** Nous ici, on est tous amis. Par exemple, nous fêtons tous les anniversaires. Nous préparons les gâteaux pour les uns ou les autres et nous passons un après-midi convivial à rire, à chanter et nous trinquons en toute amitié. C'est en faisant preuve de gentillesse que l'on peut débiter une amitié. Ici par exemple il y a des résidents très gais qui font rire tout le monde et avec lesquels on a envie d'être amis.

**Simone Amen :** Mais on ne peut pas être amis juste quand une personne est joyeuse, au contraire, si on est amis il faut aussi être là dans les moments de chagrin, pour consoler ou simplement pour écouter.

**Marie Hélène Bascoul :** Le mot amitié est un mot très fort qui implique et qui dit beaucoup de choses.

**Maurice Madlène :** L'amitié est un mot facile à dire, mais une chose difficile à réaliser.

**Raymonde Pujol :** C'est accepter l'autre dans son intimité, ne rien lui cacher, tout partager et vice et versa.

**EHPAD Saint-Joseph  
Mazamet**



## « AVOIR UN BON COPAIN, C'EST CE QU'IL Y A DE MEILLEUR AU MONDE »

Voilà comment débute une chanson chantée par Georgette Plana, Henri Garat ou Georges Guétary. Peu importe l'interprète, seuls les mots parlent.

Un copain ou une copine, un ami ou une amie, c'est une présence sur laquelle on peut compter en cas de besoin quelconque. Cela permet de tisser un lien d'amitié avec lequel on ouvre son cœur :

- on partage des joies, des bonheurs mais aussi des peines.
- on se fait des confidences,
- on échange des idées, des secrets,
- on se rassure,
- on participe à des activités ensemble,
- on se rend service

- on se reconforte
- on se tient compagnie

L'amitié ne vient pas à vous comme ça ! Il faut aller la chercher avec d'infinies précautions : la confiance doit être réciproque entre deux ou plusieurs personnes.

C'est un sentiment qu'il faut apprivoiser et entretenir dans la complicité.

**Groupe de parole du 8 janvier 2012**  
**ASSOCIATION SANTE & BIEN ETRE**  
**« Les Résidents »**  
**EHPAD Saint Vincent de Paul**  
**81700 BLAN**

## VOICI QUELQUES EXPRESSIONS DE RÉSIDENTS QUI CARACTÉRISENT POUR EUX L'AMITIÉ.

**A**mitié pour toujours

**M**erci d'être mon amie(e)

**I**l faut choisir ses amis

**T**endre la main en signe d'amitié

**I**nspirer réciproquement la confiance

**E**ntretenir les valeurs de notre amitié

**Les résidents de l'EHPAD**  
**Saint Vincent de Paul**  
**81700 BLAN**

## L'AMITIÉ SELON LES RÉSIDENTES DES JARDINS DE JOUVENCE

L'amitié un mot rempli de subtilité, car l'amitié n'est-elle pas de l'amour ou inversement ? Une définition de l'amitié est très dure à fournir.

Nous pouvons bien sûr dire que l'amitié a plusieurs degrés ... un peu, beaucoup, passionnément, à la folie ... mais où est la frontière entre l'amour et l'amitié ?

L'amitié peut être plus ou moins honnête on peut créer des liens d'amitié par intérêt, cela peut heureusement aussi être sincère, cela peut venir petit à petit.

Nous avons lu différents articles sur l'amitié et lors de l'écriture de cet article nous en avons conclu que l'amitié est indispensable à notre société, elle pousse au respect et à la tolérance.

**A**ffection

**M**ériter l'amitié de quelqu'un

**I**ndestructible

**T**oute une vie d'amitié

**I**mage d'un bonheur

**E**spérer une amitié éternelle

### Quelques citations sur l'amitié :

- Si tu vis jusqu'à cent ans, je veux vivre cent ans moins un jour pour ne pas avoir à vivre sans toi
- La véritable amitié, c'est comme la santé... tu n'en connais la valeur que lorsque tu l'as perdue
- Un véritable ami, c'est celui qui te soutient alors que tous les autres te laissent tomber

- L'amitié, c'est un seul esprit dans deux corps
- C'est par l'intermédiaire de nos amis que Dieu prend soin de nous
- Si tu devais mourir avant moi, demande si tu peux amener un ami
- Je m'appuierai sur toi et toi sur moi ... Et tout ira bien

### Témoignage des résidents :

- L'amitié peut se perdre, mais un amour fort ne s'évapore jamais. (M<sup>me</sup> LAURORE)
- L'amitié c'est aimer sans rien demander en retour. (M<sup>me</sup> CEVENES)
- L'amitié c'est faire pour les autres ce que l'on ferait pour soi. (M<sup>me</sup> DEPRAT)
- L'amitié peut devenir de l'amour tout comme l'amour peut redevenir de l'amitié. (M<sup>me</sup> LAURORE)
- Une amitié durable est une belle amitié. (M<sup>me</sup> RIVAYRAN)
- L'amitié n'a pas de limite. (M. CONTRESTY)
- Si l'amour nous a blessé on se tourne vers l'amitié, si l'amitié nous blesse on se tourne vers l'amour, les deux sentiments sont indissociables.
- L'amitié sert à se confier. (M<sup>me</sup> CAILLOL)
- Le souvenir d'une amitié qui a duré une vie est inéluctable. (M<sup>me</sup> GIDE)
- L'amitié parcourt notre vie de la plus tendre enfance jusqu'à la mort.

**Les Résidents des  
Jardins de Jouvence  
ALBI**

## DE L'AMITIÉ

« Parce que c'était lui, parce que c'était moi... »

« Tiens tes vrais amis avec tes deux mains » proverbe nigérien

**Pour M<sup>me</sup> Noak :** un lien entre deux personnes

**Pour M. Alric :** « Quand une amitié se crée, c'est presque comme un grand amour »

**Pour M. Montagné :** « Quand on se trouve malheureux, on sait qu'on peut compter sur sa compagne. »

**Pour M<sup>me</sup> Rigal :** « On partage les joies et les peines. »

**M. Montagné** raconte : « pendant la mobilisation, j'ai noué des liens d'amitié avec un jeune comme moi ; après la guerre on a continué à se voir une fois par an ; il habitait Béziers ; il venait avec sa voiture ; si c'était mon tour, j'y allais avec le car ; une amitié, il faut l'entretenir. »

**M. Alric :** « L'ami participe aux joies et aux peines. »



**M<sup>me</sup> Rigal :** « Quand on a un ami, on lui accorde sa confiance »

**M. Rey** raconte à son tour en souriant : « J'avais un copain de régiment ; en permission, on ramenait un saucisson et on le partageait ; ça entretenait bien l'amitié... ! »

**Maison de retraite Les Arcades  
Dourgne**

## L'AMITIÉ : KESAKO ?

- c'est un sentiment réciproque, qui n'est pas à sens unique.
- c'est une forme d'amour.
- c'est écouter l'autre.
- c'est s'appivoiser, se connaître.
- ce n'est pas superficiel, c'est un sentiment vrai, sincère.
- c'est avoir quelqu'un à qui se confier.
- c'est difficile à acquérir.
- c'est se rendre utile, s'aider les uns les autres.
- c'est s'attacher à quelqu'un.
- l'amitié n'a pas d'âge.
- c'est tout, avec la santé.

**AMOUR + AFFECTION = AMITIÉ**

**Les résidents de la maison de retraite  
le Pré fleuri - Servies.**

## L'AMITIÉ

Voici la définition de chacun des résidents du groupe, de l'amitié.

**M. BATUT** : l'amitié, c'est avoir des amis. C'est avoir un soutien, c'est avoir confiance. Avec mes amis, je sortais, on allait se promener en ville.

**M<sup>me</sup> LETULLIER** : l'amitié, on la ressent surtout avec les personnes, ça va tout seul. Cela nous rapproche. On a de la peine quand on voit nos amis disparaître.

**M<sup>me</sup> MAST** : On a tendance à se confier, à parler de choses qu'on ne peut pas dire à d'autres. Ici à la maison de retraite, on a les amis de table, on discute, on dit ce que l'on a, on partage. Ils me rendent service. On se laisse reconforter. Je ramène des personnes dans la chambre, je le fais tous les jours, pour leur montrer qu'ils sont avec nous. Ils m'ont rendu de grands services, ne m'ont pas laissée seule.

**M<sup>me</sup> COLLIN** : c'est un sentiment profond qui fait naître beaucoup de plaisir. On aime bien ses amis, on recherche l'amitié. J'ai rencontré mes amis pendant mes études, on s'invite à dîner chez l'une et l'autre, prête à tout pour l'aider. On s'aime bien, on est beaucoup ensemble.

**M<sup>me</sup> THURET** : C'est un soutien, ça aide énormément

**M<sup>me</sup> CHAYNE** : c'est d'être bien ami avec tout le monde. Ce n'est pas être revêche.

**M<sup>me</sup> KISIELEWICZ** : c'est un soutien dans l'état où nous sommes. On serait seul ou délaissé. C'est bon d'avoir un ami, car on peut parler. On se raccroche à quelqu'un que l'on aime bien. Nous savons que si on a un besoin, il y aura toujours quelqu'un.

**M<sup>me</sup> AUSSARESSES** : C'est de se retrouver avec quelqu'un qu'on n'a pas vu

depuis longtemps et avec qui on peut parler, être écouté. On a toujours besoin des amis car dans notre état, on ne peut pas grand chose.

**M<sup>me</sup> ESCRIBE** : ce sont des personnes qui sont gentilles. Avec mes amis, je joue aux cartes.

**M<sup>me</sup> ESCAFFRE** : on s'entend, tout le monde n'est pas ami de la même façon. C'est quelque chose de très beau. Cela fait du bien et plaisir.

**M<sup>me</sup> MAZENS** : c'est une attirance vers quelqu'un. C'est aller vers quelqu'un, il y a toujours une notion de partage.

L'amitié c'est précieux, l'amitié ça dure toute la vie, c'est apprendre à se connaître, c'est se retrouver ensemble et se regrouper.

C'est une sécurité, nous sommes là l'un pour l'autre. On est heureux de participer à une fête ou une journée avec quelqu'un.

Quand on est plus jeune, c'est instinctif alors que maintenant, c'est plus réfléchi.

**A**ffection

Re**M**onte le moral

Gent**I**llesse

At**T**ention aux autres

Generos**I**té

Partag**E**

**S**incérité

**Les grands chênes  
SAÏX**

## L'AMITIÉ

L'amitié n'est-elle pas ce sentiment de sympathie que l'on ressent pour une autre personne ? L'on découvre petit à petit que nous partageons les mêmes opinions, que nous avons des goûts communs, que nos points de vue sont identiques, que notre savoir et nos connaissances sont proches. Nous en retirons un réel plaisir au cours de nos conversations.

Une confiance sans réserve en découle et un sentiment d'affection font qu'aucun petit secret n'existe entre nous.

C'est cette amitié là, que mon épouse et moi-même, alors que nous étions jeunes mariés, avons vécu.

J'avais été affecté en juin 1947 au 3<sup>e</sup> Régiment de Chasseurs d'Afrique à Tlemcen (Algérie).

Ignorant tout de cet ancien département français d'outre-mer, nous y avons rencontré, lui militaire de carrière, tout comme moi, un jeune couple connaissant déjà l'Algérie.

Il nous a servi, oh combien nous en avons été heureux, de mentor !

De ce jour, nous avons fraternisé et nous ne nous sommes jamais quittés. Plus tard, en Indochine (1949-1951) tous les deux au même régiment, à de rares occasions l'on pouvait se rencontrer. Affectés ensuite en Allemagne nous y acquérons en commun une voiture, conduite tantôt par l'un à l'aller, par l'autre au retour, chacun mettant de l'essence à son tour, sans calculer si l'un en mettait moins que l'autre. Nous ne formions qu'un. Jamais un désaccord. Bals, sorties, vacances, toujours ensemble et... ils ont eu un fils ; neuf mois après naissait notre fille. Tous deux se sont mariés en 1976. Combien cette amitié là nous a fait chaud au cœur et nos rencontres n'en n'ont été que plus

fréquentes. Tout était occasion de se réunir. Les deux familles n'en faisaient désormais plus qu'une.

L'Amitié prise dans un sens plus large, se trouve aussi parmi les membres pratiquant tel ou tel sport, football, rugby, parmi les artistes d'une troupe théâtrale, sur les lieux de travail, de vacances où l'on fait connaissance d'autres campeurs que l'on retrouve l'année suivante après avoir entretenu une amicale correspondance, l'amitié se trouve aussi parmi ceux qui poursuivent leurs études, Universités, E.N.A., H.E.C., recherches scientifiques.

Amitié ! Quel beau mot ! Combien de joies, de bonheur nous apporte-t-elle tout comme le véritable Amour ; et aussi parfois, l'amitié de voisinage, si agréable à vivre en se rendant mutuellement service ou en se réunissant sur la terrasse autour d'un apéritif ou d'un barbecue.

Toujours à propos d'amitié, a été créé en 1949 en France, siège à Paris, le MRAP, mouvement contre le racisme et pour l'amitié entre les peuples, qui a plusieurs objectifs : faire disparaître le racisme, les discriminations sociales et civiques, intégrer les populations immigrées par l'exigence de l'égalité des droits, sensibiliser l'accueillant



*L'Amitié*

sur l'histoire des richesses culturelles qui résultent de l'apport de l'immigration.

Tout récemment en juin 2011, le domaine d'En Laure à Labruguière accueillait le 3<sup>e</sup> bivouac de l'amitié, organisé par l'association Sud Raids Aventures, dont le siège se trouve à Mazan dans le Var. Gérard Delon, membre de cette association, électricien à la retraite a planché pendant 3 mois, pour concevoir ce fameux road book pour la 1<sup>re</sup> fois à Labruguière. Vingt cinq gros 4x4, chacun d'entre eux occupé par un couple, ont participé au fameux road passion qui a lieu tous les ans au Maroc. Durant 3 jours, ces 4x4 ont arpenté la région, en particulier la montagne noire (la Dépêche du 21 juin 2011).

Le quatrain suivant de Claude Mermet, poète français (1550-1620), dont l'œuvre est riche d'études satiriques sur les mœurs de son temps, nous invite encore, aujourd'hui, à la réflexion.

*« Les amis de l'heure présente  
Ont la nature du melon  
Il faut en essayer cinquante  
Avant d'en trouver un de bon. »*

**M. JUNQUET**  
**La Pastellière**  
**SAÏX**



## L'AMITIÉ

**L'ami est toujours là pour les moments**

faciles  
critiques  
difficiles  
de joie  
de peine



**Les résidents  
des Quiétudes  
LAUTREC**

## L'AMITIÉ EN UN TOUR DE TABLE.



**Colette M.** : L'amitié c'est ne pas se tirer dans les pattes. Si on est gentil avec moi, je le suis en retour, je rends service.

**Gisèle C.** : L'amitié c'est défendre ses amis, quand on leur fait du mal.

**Simone B.** : Moi, je suis amie avec tout le monde. On discute souvent avec les amis.

**Monique V.** : Pour être ami avec quelqu'un, il faut que l'autre soit d'accord, c'est dans le respect de l'autre, sans s'imposer. Il faut laisser la liberté à chacun ; parfois il y a des amitiés impossibles. C'est difficile car chacun est replié sur lui-même. C'est dommage que ce ne soit pas un sentiment plus populaire. L'amitié existe aussi avec les animaux.

**Sylvain B.** : C'est s'aider mutuellement. Mais un copain et un ami ce n'est pas pareil, la relation est différente.

**Simone P.** : L'amitié, c'est ce qu'il y a de plus important, sans ami on serait seul. Avec Ginette, on est amies toutes les deux.

**Ginette B.** : Ça fait du bien, on se sent moins isolé. Quand on est dans la peine c'est bien d'avoir du soutien, et vice versa. L'amitié c'est quelque chose qui naît vite ; il faut mettre du sien. Avec Simone, une amitié est née à la maison de retraite.

**Bertha T.** : Moi, j'aime tout le monde, on est toujours ensemble.

**Marie F.** : Quand on s'attache à quelqu'un, c'est vraiment de l'amitié. C'est important d'avoir des amis, on ne se sent pas seul, on peut se confier.

**Jean-Louis H.** : Il y a deux sortes d'amitié : l'amitié par intérêt quand on profite de l'autre et l'amitié fraternelle qui est pour le dévouement, l'entraide, le secours. « J'avais un ami qui était tombé dans l'Agout deux fois avec le tracteur, j'étais allé l'aider, le secourir. On allait ensemble en cure, je le prenais en voiture car il ne conduisait pas, il venait souvent à la maison. J'étais président de l'amicale, on organisait des sorties, des voyages.

**Elise L.** : Quand on est bien avec quelqu'un, on peut se confier, demander conseil. On peut partager des choses avec les amis.

**Agnès D.** : c'est de s'aimer avec les gens.

**Simone A.** : on peut avoir de l'amitié avec la famille.

**Amicalement, les résidents  
de la maison de retraite  
le Pré Fleuri - SERVIES**

## L'AMITIÉ

L'amitié est un sentiment de sympathie, d'affection que l'on éprouve pour quelqu'un d'autre. C'est un sentiment distinct de l'amour qui unit une personne à une autre, d'où les expressions :

- le lien d'amitié avec quelqu'un
- avoir une liaison amicale
- nouer de solides amitiés.

L'amitié suppose une égalité harmonieuse. Faites-moi l'amitié de venir me voir, marque également l'affection.

L'amitié se révèle au travers de la confiance qu'une personne porte à une autre avec un soutien indéfectible.

L'amitié est un sentiment discret, désintéressé, de bienveillance. On ne cherche pas à tirer profit de son ami ou amie mais on partage ses joies, ses peines.

L'amitié est tout le contraire de l'indifférence. Sachez toutefois que l'on compte parfois plus facilement ses moutons que ses amis.

**Camille GILLOEN**  
**Maison d'accueil St Vincent**  
**Ste Croix - SOREZE**

## GROUPE DE PAROLES SUR LE THÈME DE L'AMITIÉ



L'amitié c'est avoir de la tendresse pour une autre personne.

L'amitié c'est un lien qui ne se défait pas.

Souvent on se fait des amis à l'école lorsqu'on est petit et avec le temps cette amitié perdure. A l'école mais aussi en pensionnat ou encore pour les garçons au service militaire.

Avoir des amis c'est pouvoir avoir confiance, pouvoir se confier. On peut tout dire à un ami.

« On peut être déçu ou trahi par un ami et ce n'est plus un ami !!! »

L'amitié c'est réconfortant, c'est bon pour le moral.

L'amitié c'est pouvoir partager des choses ensemble, des bonnes comme des mauvaises.

L'amitié est un lien qui s'entretient par des gestes, des mots, des attentions.

### **Les gestes d'amitié :**

- envoyer des cartes pour la bonne année, les fêtes, les anniversaires.
- de temps en temps prendre des nouvelles par courrier ou par téléphone. Aujourd'hui les « jeunes » s'envoient des « mails » par internet.
- amener un bouquet de fleurs
- faire un cadeau.

On dit « qu'une journée sans ami, c'est une journée sans soleil » et on dit aussi que « les amis se comptent sur les doigts de la main ».

**Les résidents**  
**de St Vincent-Ste Croix**  
**SOREZE**

## ACROSTICHE

### Ce que tu devrais être

- A** Affectueux - Attentionné
- M** Magique - Merveilleux
- I** Identique - Important
- T** Tendre - Tolérant
- I** Incomparable - Inimitable
- É** Enthousiaste - Entier



### Ce que tu ne devrais pas être

- A** Abusif - Ardu
- M** Méfiant - Mauvais
- I** Indifférent - Inquiétant
- T** Têtu - Toxique
- I** Intolérant - Insensible
- É** Envahissant - Envieux

Claire Calvet

Résidents de la MAPAD  
La Renaudié - 81000 ALBI

## L'AMITIÉ

*Ça fleurit comme une herbe sauvage  
N'importe où, en prison, à l'école  
Tu la prends comme on prend la rougeole  
Tu la prends comme on prend un virage  
C'est plus fort que les liens de famille  
Et c'est moins compliqué que l'amour  
Et c'est là quand t'es rond comme une bille  
Et c'est là quand tu cries au secours  
C'est le seul carburant qu'on connaisse  
Qui augmente à mesure qu'on l'emploie  
Le vieillard y retrouve sa jeunesse  
Et les jeunes en ont fait une loi*

*C'est la banque de toutes les tendresses  
C'est une arme pour tous les combats  
Ça réchauffe et ça donne du courage  
Et ça n'a qu'un slogan « on partage »*

*Au clair de l'amitié  
Le ciel est plus beau  
Viens boire à l'amitié  
Mon ami Pierrot*

*L'amitié c'est un autre langage  
Un regard et tu as tout compris  
Et c'est comme un S.O.S dépannage  
Tu peux téléphoner jour et nuit  
L'amitié c'est le faux témoignage  
Qui te sauve dans un tribunal  
C'est le gars qui te tourne les pages  
Quand t'es seul dans un lit d'hôpital  
C'est la banque de toutes les tendresses  
C'est une arme pour tous les combats  
Ça réchauffe et ça donne du courage  
Et ça n'a qu'un slogan « on partage »  
Au clair de l'amitié, le ciel est plus beau  
Viens boire à l'amitié, mon ami Pierrot*

**Résidents de la MAPAD  
La Renaudié - 81000 ALBI**

## L'AMITIÉ

### "Que ceux qui ont trouvé un ami véritable se disent heureux" !

L'amitié est un bien grand mot, c'est le contraire de l'égoïsme.

L'amitié, c'est rendre service, s'aider les uns les autres et "regarder dans la même direction".

Dans notre maison de retraite, l'amitié existe et se manifeste souvent.

Lorsqu'une personne entre dans notre résidence il y a toujours quelqu'un pour lui prendre la main, lui décrire encore une fois la maison, lui redire à quel étage se trouve sa chambre...

Parmi nous, il y a une personne aveugle et malgré son handicap, elle s'intéresse à tout. Elle a des amis qui viennent s'asseoir à côté d'elle, et là, c'est leur jeunesse qui réapparaît. A table, ses voisins guettent le moment où elle a besoin d'aide, lui mettent la serviette, lui servent un verre d'eau....

Mais il ne faut pas oublier l'ensemble du personnel qui nous témoigne beaucoup d'amitié. Les agents sont toujours là pour nous rendre service et nous réconforter.

Il y a aussi les membres de l'association "La Navette aux Fils d'Argent" qui viennent souvent nous rendre visite et nous racontent ce qui se passe dans notre village.

Et c'est grâce à tout ce petit monde qu'il fait bon vivre - en toute amitié - dans notre résidence !

**Résidence Rouanet Iché  
LABASTIDE ROUAIROUX**

## L'AMITIÉ

L'amitié c'est la vie.

C'est une lumière qui réchauffe le cœur.

C'est un trésor que l'on doit partager.

Personne n'est assez riche pour pouvoir s'en passer,  
ni assez pauvre pour ne pas la mériter.

L'amitié ne peut ni s'acheter, ni se prêter.

C'est une poignée de mains, un sourire, une parole, une lettre, une présence.

L'être humain peut vivre sans voyager.

Il ne peut pas vivre sans amitié.

**Henriette THERON  
Résidence La pastellière - SAÏX**

## ATELIER DISCUSSION

**M<sup>me</sup> MARC :** « L'amitié est une attirance, une complicité. On peut avoir des amis très différents, ce qui est très enrichissant. »

**M<sup>me</sup> MRY :** « L'amitié c'est avoir une confiance mutuelle envers une personne. »

**M<sup>me</sup> BARDOU M. :** « L'amitié se crée par des échanges, des moments de partage. La confiance est primordiale. Elle perdure même en cas de désaccords, on pardonne... »

**M<sup>me</sup> RAFFAILLAC :** « Il faut des affinités avec quelqu'un, des goûts en commun. C'est un fluide passant entre 2 personnes, qui ne se contrôle pas. »

**M. JUNQUET :** « On peut avoir plusieurs amitiés ; avec des collègues, des membres d'une même équipe. Mais la véritable amitié est rare ; cela commence par une attirance, on fraternise, une confiance s'établit, on aborde des sujets très personnels. L'amitié dure à travers le temps, même si l'on ne se voit pas fréquemment. »

**M<sup>me</sup> AUSSENAC :** « L'amitié est une force dans la vie, on se sent moins seul. »

**M<sup>me</sup> GAU :** « on partage avec son ami le bien et le mal, on prend la personne comme elle est, on est content de se voir, on prend part à ses joies et à ses peines. »

**M<sup>me</sup> MANTILE :** « Un ami, c'est quelqu'un sur qui on peut compter dans les bons et les mauvais moments. Les vrais amis, on les découvre parfois dans les moments difficiles »

**M<sup>me</sup> SANCHO :** « L'amitié est précieuse quand elle est vraie. C'est un réconfort en cas de besoin. »

**M<sup>me</sup> SALVETAT :** « J'ai eu une amie qui venait me voir tous les jours quand j'ai été opérée. Quand je suis rentrée à la maison j'ai trouvé mon frigo bien garni. Elle était pleine d'attentions. Et aujourd'hui, même après son décès, je pense encore à elle. »

**M<sup>me</sup> SALVETAT et M<sup>me</sup> MANTILE :** « L'amitié est un sentiment, une affection, une tendresse envers une personne qui vous est proche. »

« Vivre sans ami c'est mourir sans témoin »

« À porter ses amis, nul ne devient bossu »



**Les résidents de La Pastellière  
SAÏX**

## L' AMITIÉ C'EST :



- A** comme Affection, Amour, Alliance, Attachement,
- M** comme Mansuétude, Marque d'affection
- I** comme Intensité, Idole
- T** comme Tendresse,
- I** comme Intimité
- É** comme Égalité

**EHPAD Saint Joseph Mazamet**

## L' AMITIÉ RIME AVEC :

Solidarité,  
intimité,  
intensité,  
fraternité,  
affectivité,  
familiarité,  
sincérité,  
loyauté,  
complicité



**EHPAD Saint Joseph Mazamet**

## LA SEMAINE BLEUE



La Semaine Bleue est organisée, chaque année, au mois d'octobre et permet de sensibiliser le public à la place de la personne âgée dans la société.

Afin d'illustrer le thème retenu pour 2011 « A tout âge : Acteurs, Proches et Solidaires », le Conseil général du Tarn a souhaité mettre en lumière les actions organisées spécifiquement au cours de cette semaine par les partenaires ainsi que celles mises en œuvre tout au long de l'année qui valorisent les rôles et richesses de nos aînés et favorisent un mieux vieillir.



Nous avons organisé une exposition, dans le hall du Conseil général, à Albi, du 17 octobre au 12 novembre 2011 afin de présenter 14 panneaux illustrant l'action de 21 structures.



Aujourd'hui, nous poursuivons cette initiative en délocalisant l'exposition pour la rendre accessible à un large public. Elle est proposée aux exposants et devient support d'actions menées localement.



L'exposition sera visible, notamment à Castres, Villefranche d'Albigeois, Graulhet, Monesties et Lacaune.



## A.J.R.T.

Association pour le Journal des Résidents du Tarn

Site : [ajrt.org](http://ajrt.org)

Tél : 05 63 61 02 08

### Adhésions:

Individuelle: 20 € - Etablissement: 65 €  
par chèque à l'ordre de AJRT  
ou mandat administratif

### Siège social

Villégiale Saint-Jacques  
Place Carnot - 81108 Castres Cedex  
05 63 71 63 02

[savin.sacro@wanadoo.fr](mailto:savin.sacro@wanadoo.fr)

Sur le Banc - N°23

ISSN 1625-774X

Dépôt Légal mars 2012

Directeur de la publication  
et Rédacteur en chef

Francis CERDAN

### Comité de rédaction

#### Animatrices

Martine BENEZETH  
Christelle BERNADOU  
Marie-Christine BOUISSET  
Inès CAMPS  
Dominique COLOMBEL  
Elodie CZAKO  
Myriam CROS  
Marie-Pierre ESPITALIER  
Danièle LAGOUE  
Dominique PARADIS  
Christine RACINE  
Florence RICARDOU  
Marlène SALAZAR  
Catherine SEBE  
Violette SEGUIN

#### Directeurs :

Pauline BELET  
Francis CERDAN  
Pierre LEMETTRE  
Bruno MARTEN  
Brigitte MARTINEZ  
Alic SOUCHON

#### Résidents :

Jeannette AUSSENAC  
Madeleine BARDOU  
Claire CALVET  
Ernest CANDILLE  
Juliette CROS  
Juliette GAU  
Camille GILLOEN  
René JUNQUET  
Hélène LOMBELLO  
Paul MONTAGNE  
Christiane NIERAT  
Madeleine RIGAL  
Lucette SALVETAT  
Henriette THERON  
René VINANTE

Fabrication-Maquette  
Photogravure-Impression  
SIEP FRANCE Imprimerie : 05 63 49 26 26