

La Page Infos ...

Février 2022 - n° 69



APAJH

Côte Basque - Sud des Landes

Journée nationale du Duo Day 2021 - Page 6

Il était une fois ... - Page 10

Séance de surf thérapie- Page 13



Mot du Président



Chers adhérents, chers amis,

Vous avez reçu, il y a quelques jours, une lettre vous annonçant la création d'un poste de Directeur général.

Cette création, envisagée depuis plusieurs années, est souhaitée par le CD64* et l'ARS**. Elle a été validée par ces instances pour le 1^{er} janvier 2022 et favorise une évolution de l'organisation associative pour :

- Améliorer la gouvernance associative,
- Avoir un interlocuteur unique auprès des institutionnels,
- Garantir au projet associatif une mise en œuvre pour le bien-être des usagers,
- Une meilleure cohérence dans la gestion des établissements.

Je suis particulièrement heureux de vous annoncer qu'à partir du lundi 3 janvier 2022, Monsieur Gérard AGUER occupe cette fonction de Directeur général et qu'un nouvel organigramme est effectif sur les trois sites de l'APAJH Côte Basque – Sud des Landes :

- Mme Caroline BIGET prendra la direction de l'ESAT/Foyer Gure Nahia à Arbonne.
- Mme Monique DARRIGADE prendra la direction de l'ESAT Le Colombier à Biaudos.
- M. Gaizka BRIERE prendra la direction du Foyer de Vie / FAM Pémartin et de MAPHA Marguerite à Bidart.
- Mmes Marie LIKION et Sandra LEONARD font partie, avec M. Gérard AGUER, de l'équipe dirigeante du Siège de l'association.

Je suis convaincu que cette nouvelle organisation sera bénéfique pour notre association et pour l'amélioration de la qualité des prestations envers les usagers que nous accueillons.

L'occasion m'est donnée de souhaiter pleine réussite à Monsieur Gérard AGUER et à son équipe.

Au nom du Conseil d'administration, je vous présente tous nos vœux pour cette nouvelle année.

Prenez soin de vous et de vos familles.

Pierre GIANNINI

*Conseil Départemental des Pyrénées Atlantiques

**Agences Régionales de Santé

Mot du Directeur Général

En ce début d'année, Le Conseil d'Administration a souhaité mettre en place un nouvel organigramme hiérarchique composé du Bureau, d'un Directeur Général et de 3 Gestionnaires d'Etablissements.

Au-delà d'une gestion centralisée et mutualisée pour ses établissements, l'Association voulait renforcer son siège administratif afin d'être en capacité de mettre en œuvre une véritable politique associative, de mutualiser les moyens et de répondre aux nouvelles règles d'appels d'offres tant au niveau de l'ARS que des Conseils Départementaux.

Il n'apparaissait plus possible de faire reposer de tels engagements, de façon structurelle, uniquement sur du bénévolat, susceptible de n'être pas toujours disponible, ni de disposer, en permanence, des compétences nécessaires.

Le Conseil d'Administration a la volonté d'accroître la professionnalisation et la permanence du Siège et de ne laisser aux administrateurs bénévoles que la seule fonction politique stratégique dont ils ont la charge.

Dans cette nouvelle organisation, il est confié au Directeur général et aux 2 salariées du Siège un renforcement des délégations et des tâches sous l'autorité du Conseil d'administration.

Cette nouvelle équipe devra assurer un rôle d'interface entre les membres du Conseil d'administration et l'ensemble des Etablissements garantissant ainsi la pérennité de l'organisation associative. Elle devra aussi s'attacher à améliorer le fonctionnement des établissements avec une véritable gouvernance associative cohérente et harmonieuse.

Conscients de la confiance qui leur est accordée, ce nouveau collectif mettra tout en œuvre pour répondre au mieux aux attentes du Conseil d'administration.



Gérard AGUER



Sommaire

6



Journée nationale du Duo Day 2021

Immersion dans le quotidien d'un professionnel



10

Il était une fois ...

... Mirentxu VIRTO

13



Séance de surf thérapie

Un programme de l'association PANASEA

Mot du Président	2
Mot du Directeur Général	3
A noter dans votre agenda !	12
Repas de Noël à l'ESAT Le Colombier	21
Jus de Pomme	24
Appel à adhésion 2022	26

A low-angle, upward-looking photograph of several modern skyscrapers. The buildings feature glass facades and intricate architectural details, with their lines converging towards the top of the frame. The sky is filled with soft, white clouds against a pale blue background. The overall composition is dynamic and emphasizes the height and scale of the urban environment.

Journée nationale du DUO DAY 2021

Immersion dans le quotidien d'un professionnel.



Personnes en situation de handicap et employeurs,
rencontrez-vous !
Le 18 novembre,
créez des duos ensemble.

Comme chaque année depuis 2018, l'ESAT Le Colombier a participé à la journée nationale du DUO DAY qui s'est déroulée le 18 novembre 2021.

Le DUO DAY qu'est-ce que c'est ? Durant une journée, une personne en situation de handicap compose un duo avec un professionnel afin de découvrir son activité. Il s'agit d'une immersion dans son quotidien.





Cette année, 4 travailleurs ont souhaité y participer. Ils ont pu découvrir lors de cette journée plusieurs entreprises comme le magasin Décathlon à Anglet, le supermarché Intermarché à Cauneille, l'agence bancaire du CIC à Capbreton et le restaurant scolaire du collège François Truffaut à Saint Martin de Seignanx.



Tous sont ravis de cette expérience, d'avoir appris de nouveaux gestes et surtout d'avoir fait de nouvelles rencontres. Ils souhaitent déjà renouveler leur participation pour découvrir d'autres entreprises l'année prochaine.

La nouveauté 2021, a été le DUO DAY inversé. Il était donc évident pour tous, que l'ESAT Le Colombier accueille le temps d'une matinée M. B. David, Agent d'entretien au collège de Saint Vincent de Tyrosse.



Il dit avoir découvert une multitude de tâches réalisées par les travailleurs et avoir désormais un regard différent sur certains objets du quotidien (dossiers médicaux, fauteuils médicalisés, publipostage...)

Cette journée d'échange et de partage d'expériences professionnelles, a permis de mettre en avant les compétences des travailleurs en situation de handicap et de mettre en lumière le handicap « invisible » encore trop méconnu dans notre société.

Rendez-vous en 2022 !



Il était une fois...

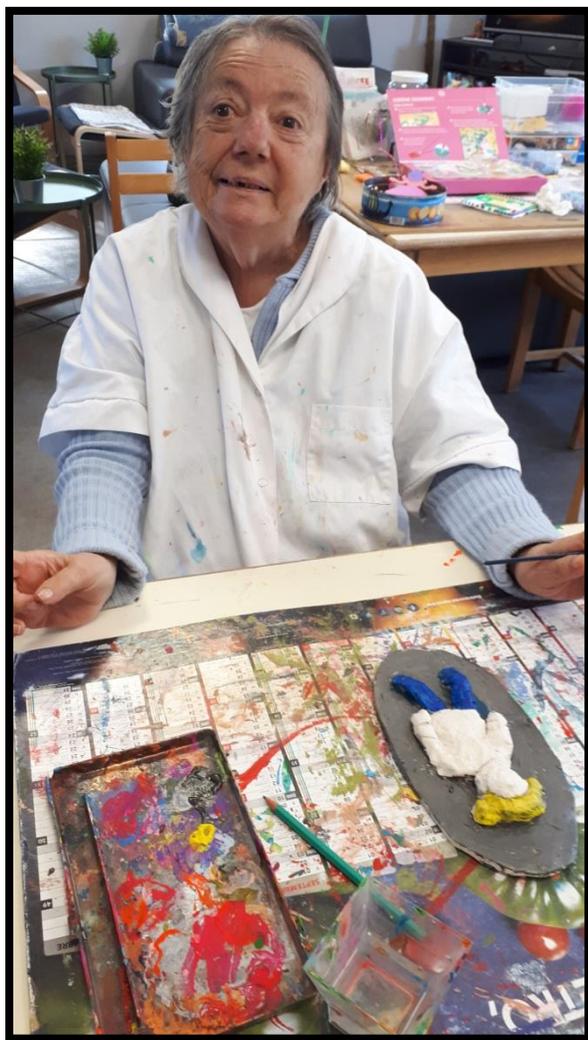
... Mirentxu VIRTO.



Après avoir passé 42 ans à l'ESAT en cuisine puis en sous traitance, Mirentxu a bien mérité sa retraite qu'elle vit pleinement à Gure Nahia pendant 10 ans.

Mirentxu était un personnage emblématique et authentique de l'établissement. Son caractère bien trempé était connu de tous.

Durant sa retraite elle a activement participé à l'accueil des visiteurs du foyer avec dynamisme et curiosité. Elle aimait le contact avec les gens quand elle l'avait décidé ! Elle a laissé sa créativité s'exprimer à l'atelier poterie pendant 11 années.



Elle a su tisser des liens forts avec certains résidents qui ne l'oublieront jamais.

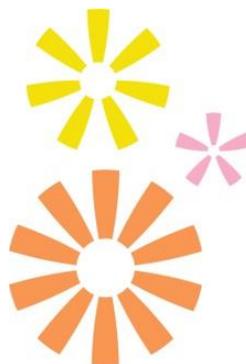
Après 52 ans à Gure Nahia, Mirentxu quitte son statut d'Arbonnar pour devenir Saratar à l'EHPAD « Jean Dithurbide ». Mirentxu était la plus ancienne interne et laissera un vide auprès de tous.

Nous lui souhaitons pleins de bonnes choses pour la suite !





A noter dans votre agenda !



L'APAJH Côte Basque-Sud des Landes organise son Assemblée Générale annuelle le **vendredi 24 juin 2022**.

Cette année auront lieu les élections du tiers sortant du Conseil d'administration.

C'est l'occasion de rejoindre nos administrateurs et de venir renforcer notre équipe de bénévoles !

Vendredi 27 juin à 17h00
au Mur à gauche
1, route de Biarritz - Domaine Pémartin
64210 BIDART



Séances de surf thérapie

Un programme de l'association PANASEA

David, Frédéric et Sandrine, résidents habitant sur les unités de vie Bora Bora Kontxa ont accepté de participer à ce programme. Ils n'ont pu profiter que de 3 séances sur les 4 prévues. Les conditions météo et la conjoncture COVID n'a pas permis la réalisation complète. Elles seront reconduites cette année 2022. Les séances se sont déroulées sur la plage des « Embruns » à BIDART, sous un beau soleil et par mer calme. Encadrés par 6 personnes de l'association, ils se sont « jetés » à l'eau avec un temps de préparation et d'adaptation leur permettant de se sécuriser.

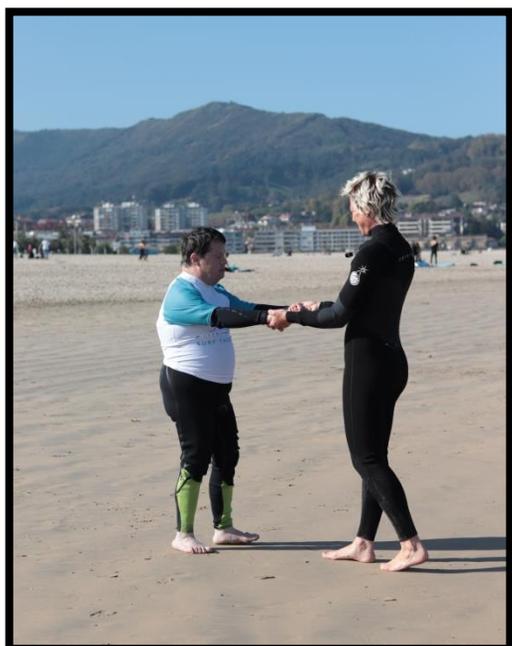
Il faut compter entre 3 et 4 heures par séance avec le temps du transport. Chaque séance est structurée et inclut un cercle de parole entre participants, bénévoles et encadrants, des exercices de relaxation, des exercices sensoriels de pleine présence afin de se connecter à son environnement, à son corps, aux 5 sens et aux autres.



Ensuite vient la partie échauffement, préparation physique et mentale.

La partie pratique des séances s'adapte aux participants.

Les encadrants et les bénévoles encouragent chacun des participants à faire ses propres choix : marcher au bord de la mer, se baigner, surfer, flotter.



Ils s'adaptent et proposent des exercices en conséquence. Le but est que chacun des participants trouve sa place dans un cadre social inclusif, bienveillant et stimulant.

On peut évoquer les retours suivants :
« Le fait que nous sommes tous partis à la mer, ensemble, a créé une notion d'inclusion sociale étonnante entre résidents, bénévoles, surfeurs, encadrants. Ces jours -là, à la plage, il n'y avait pas de résidents, ni d'éducateurs. Ils étaient comme tout le monde, à la plage, avec d'autres surfeurs. La vie en collectivité, en institution, a disparu, il y avait une égalité. C'était un moment de liberté, chacun faisant ses propres choix sans contrainte. Ils étaient tous acteurs de ce qui s'est passé. C'est ça qui m'a marqué. »

« D'être dans l'eau ça fait du bien. C'est un de-stress. C'était dur, mais j'étais content d'y arriver. Et c'était chouette de rencontrer d'autres personnes » David

« Je me sens bien quand j'ai surfé. Je me sens plus calme. J'aime marcher dans le sable, dans l'eau. J'ai glissé sur la vague. » Frédéric
Sur la plage dans les vagues, Sandrine a une présence apaisante, une force tranquille, elle est dans son élément.

Au travers de ces séances, il ressort que cette activité permet de développer chez les participants une meilleure confiance en soi (le dépassement de soi, vaincre sa peur, se rendre compte de ses capacités), le sens de l'adaptation, la prise de plaisir, rencontrer des personnes nouvelles.

En effet la situation est confrontante et pas évidente :

On rencontre des gens que l'on ne connaît pas,

Le cadre de la plage,

L'eau froide,

Les vagues qui bougent,

L'activité nouvelle,

Il faut se mettre en combinaison sur un parking.



L'objectif à venir au vu de cette première expérience réussie est de continuer les séances afin de créer chez les participants une évolution et ressentir les bienfaits sur le long terme dans la vie quotidienne.

Libérer la parole et l'expression de soi, diminuer le stress et les angoisses, sensibiliser à la protection de l'environnement, retrouver la joie de vivre, se connecter à la nature, à son corps et aux autres sont les principaux buts. D'autres résidents pourraient en profiter, même ceux qui sont davantage dépendants. On irait alors vers des séances en piscine et en mer avec une approche alors plus thérapeutique dans l'eau.



L'association PANASEA a officiellement démarré ses premiers programmes de surf thérapie avec des publics différents dès le 1^{er} septembre 2021 dans le but de sensibiliser aux défis liés à la santé mentale (prévention et aide au processus de guérison) et d'utiliser l'océan et le surf comme outils thérapeutiques pour promouvoir la santé physique, mentale et psychosociale.



PANASEA crée un compte rendu pour chaque programme afin de participer à la recherche de la surf thérapie et d'évaluer les effets de l'eau sur les participants.



« L'océan est reconnu comme un anti-dépresseur naturel. Les vagues libèrent des ions négatifs qui améliorent notre humeur, notre tonus, la qualité de notre sommeil, la concentration, l'oxygénation de nos tissus...

Les ions négatifs nous rendraient également moins vulnérables au stress. Il existe un terme, Blue Mind, qu'on peut décrire comme "un état presque méditatif, une sensation de calme et de connexion au moment présent, à son corps et à l'environnement. »

« Les participants de Pémartin ont bien retrouvé cet état en allant dans l'eau! »



“ ”



C'est incroyable de voir la joie, la présence et la fierté des participants de Pémartin. Le dépassement de soi. De prendre confiance. De se connecter pleinement à la nature dans un milieu apaisant mais stimulant. De faire des rencontres et de partager avec d'autres surfeurs, bénévoles et participants dans un cadre social inclusif.

LES ENCADRANT(E)S

Les surf thérapeutes

L'association PANASEA regroupe une équipe de bénévoles, des personnes de tous horizons confondus, ayant en commun une passion pour le surf, la santé et la protection de l'environnement .

Grâce aux sessions de surf thérapie que nous proposons, nous souhaitons mettre en lumière les bienfaits de l'eau pour le bien-être physique, mental et psychosocial des personnes vulnérables, et être tout simplement dans le partage de notre passion.

Nous sommes une équipe pluridisciplinaire qui grandit de jour en jour, apportant chacun(e) des compétences différentes et complémentaires. Pour les séances avec Pémartin nous avons énormément de propositions de surfeurs bénévoles qui souhaitent partager ces moments dans l'eau avec nous! Cela nous permet de créer un cadre de partage, d'inclusion et de bienveillance.





MARIE
Co-Fondatrice
Coordinatrice
de projet
Communication



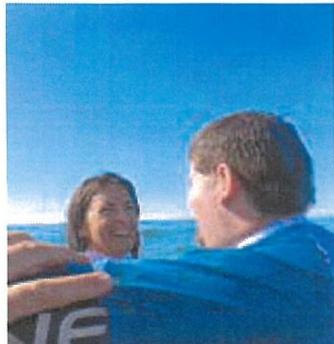
WILLSON
Éducateur
Sportif Moniteur
de surf ISA



GUILLAUME
Co-Fondateur
BE Moniteur de Surf
Aide-Médico-
Psychologique



HELOISE
Monitrice de
surf ISA
Éducatrice
Spécialisée



RHODA
Co-Fondatrice
Assistante Éducative
Sociale Graphiste &
Animation



PIERRE
Chiropracteur
Master de
Recherche
Neuro-motricité



JOANNA
Psychomotricienne



MARTA
Photographe
Surfeuse



Repas de Noël à l'ESAT Le Colombier

*Une ambiance festive malgré les
conditions sanitaires*

Comme chaque année depuis 40 ans, le mois de décembre devrait se clôturer autour d'un bon repas en compagnie des retraités et des ouvriers de l'ESAT Le Colombier.

Une fois encore, les conditions sanitaires nous ont demandé une réorganisation du repas de Noël.

C'est pourquoi, Patrick Vergès a mis ses talents artistiques au service de l'ESAT, en apportant une ambiance festive dans la salle de restaurant.



Le repas s'est déroulé en 2 services, et cette année, l'équipe administrative, la Direction ainsi que le chauffeur sont venus en renfort de l'atelier cuisine-pâtisserie, tant sur le dressage des assiettes que sur le service en salle.

A leur arrivée à table, chaque travailleur a reçu comme cadeau de fin d'année, un sachet de sablés (confectionné par l'ESAT), et un sachet de chocolats (confectionné à Saint-Palais). Une des valeurs de notre établissement étant la réduction des déchets, la Direction a souhaité offrir à chacun des ouvriers, une gourde nominative avec le logo de l'Esat Le Colombier.



Le chef et ses « commis » nous avaient cuisiné un menu de fête digne des grands chefs !! Nous avons terminé le repas en beauté avec la traditionnelle bûche réalisée par l'atelier Pâtisserie.

Dans cette ambiance festive portée par de la musique traditionnelle, certains ouvriers ont pris l'initiative d'amener un bonnet de père Noël, un pull lumineux, et autres ... ce qui a engendré des sourires et de la bonne humeur.

La présence de Monsieur Sautreuil a permis d'officialiser son départ à la retraite.

Après le repas, les ouvriers ont eu la possibilité de se faire photographier dans un décor extérieur aménagé pour l'occasion.



Tous sont partis repus et les bras chargés, pour des vacances bien méritées ...



Jus de Pomme

Du local en bouteille.

Nous sommes fiers de vous proposer notre jus de
pommes 100% naturel, MADE IN ARBONNE.

Disponible à la Ferme Pémartin

1 route de Biarritz

Domaine Pémartin

64210 ARBONNE



Tarif :

3€50 la bouteille

(1 litre)

Information :

07 66 27 83 47

fgurenahia@apajh64-40.com





Appel à adhésion 2022

Adhérer à l'APAJH Côte Basque-Sud des Landes c'est nous aider dans notre mission de tous les jours :
Accompagner et améliorer la vie de nos résidents et ouvriers.

Plus que jamais nous avons besoin de vous pour mener à bien notre politique associative.

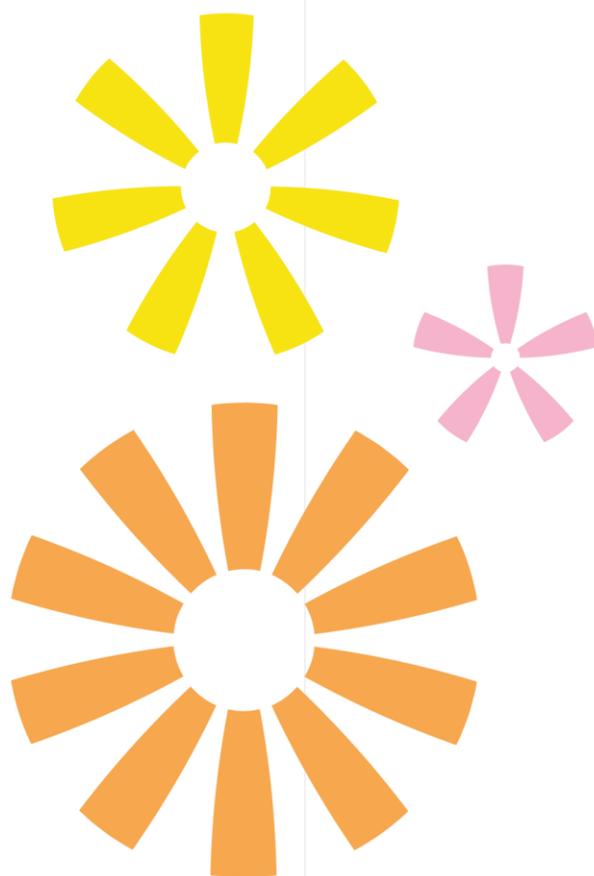
Bordereau d'adhésion à nous retourner, complété et accompagné de votre aimable règlement.

Nom :

Prénom :

Adresse :

L'adhésion annuelle est de 40€, et 66% de ce montant est déductible des impôts.



• **Revue de l'APAJH Côte Basque – Sud des Landes** •

Rédacteurs : Stéphanie GOSSART pour l'ESAT Le Colombier | Cindy GUERIN pour la MAPHA Gure Nahia | Emmanuelle LABARTHE pour l'ESAT Gure Nahia | Rhoda WILKINS pour le Foyer de Vie Pémartin – **Photographe article « surf thérapie »** : Marta TOMASINI – **Mise en page** : Sandra LEONARD **Banque d'images** : Pexels – **Imprimerie** : Wannaprint - Merca sarl - 193 chemin Marienea 64210 Bidart - www.wannaprint.fr

Revue téléchargeable en ligne sur notre site internet : www.apajh64-40.com

Rubrique : L'APAJH / Bulletins trimestriels.



Siège social
Domaine "Pémarin"
64210 ARBONNE

Tél. 05 59 41 95 66

secretariat@apajh64-40.com
www.apajh64-40.com