



PARCOURS SANTÉ BIEN-ÊTRE



Initié en partenariat entre
l'Association Sports et Loisirs Intersectorielle
et l'Association Sports pour Tous 49

HISTOIRE DU CHÂTEAU DE SAINTE-GEMMES-SUR-LOIRE



Avant d'être un asile pour aliénés, cette propriété accueillait le château de Ste Gemmes/Loire, bâti en 1701.

Parmi les propriétaires successifs, les noms de Georges Nicolas (le père) et Claude (le fils) Baudard de Vaudésir sont à retenir. Georges Nicolas fit construire une orangerie sur la terrasse à droite du château où furent données les plus belles fêtes à Ste Gemmes/Loire.

Sous le règne de Louis Philippe, la loi du 30 juin 1838 oblige chaque département à disposer d'un établissement public destiné à recevoir et soigner les aliénés. C'est ainsi que le 17 janvier 1844 l'asile de Ste Gemmes/Loire ouvre ses portes aux aliénés du département.

LA CHAPELLE

La construction de l'édifice est décidée en 1850, à l'entrée de la division des hommes. Ce sont les aliénés qui creuseront les 3000 m³ de schiste et de rocher afin d'ériger la chapelle au niveau de la cour d'honneur. D'une capacité de 300 places, elle comporte un RDC pour les femmes (150 places) et une tribune pour les hommes (150 places).



La chapelle sera inaugurée le 8 février 1855 en présence de Monseigneur Angebault, évêque d'Angers. Le premier aumônier de l'asile, l'abbé Leclair, aura la double fonction d'être prêtre à l'église de Ste Gemmes/Loire et aumônier de l'asile jusqu'en fin 1854.

L'ASSOCIATION SPORTS ET LOISIRS INTERSECTORIELLE (ASLIS)

L'ASLIS a pour objectif de favoriser et d'organiser des activités de sports et de loisirs pour les usagers du CESAME. L'ASLIS organise des activités sportives : tournoi de pétanque, randonnées ; des séances de cinéma ; des journées thématiques avec l'association « la Fontaine aux Anes », le cirque ; des expositions peintures, sculptures à partir des productions des différents ateliers thérapeutiques du CESAME ; des spectacles : fête de la musique, théâtre, concerts, espace dansant.



LA PETITE MAISON

La petite maison est un lieu de rencontres accompagnées entre parent soigné au CESAME et enfant mineur. C'est un lieu d'accueil intersectoriel pour favoriser la rencontre entre parent(s) hospitalisé(s) au CESAME ou suivi(s) en ambulatoire de façon intensive et son (ses) enfant(s) mineur(s). Ces visites s'organisent sur indication médicale au CESAME, dans le respect des décisions judiciaires (droit de visite Juge des Affaires Familiales ou Juge des Enfants), un membre de l'équipe soignante accompagne la personne soignée et une personne accompagne l'enfant ou les enfants (parent, référent de l'Aide Sociale à l'Enfance).



LE CIMETIÈRE DES RELIGIEUSES

Par convention du 10 octobre 1843 entre le médecin-directeur de l'époque le Docteur Levincent et la Supérieure Générale de la congrégation de la communauté Sainte-Marie d'Angers, 5 sœurs intègrent l'hôpital. En 1846, elles sont 9 sœurs. Les effectifs ne font que progresser. Il y aura jusqu'à 23 religieuses au service de l'hôpital. Logées, nourries, elles font régner l'ordre et la discipline dans l'établissement et veillent à la propreté dans les services. Les sœurs font partie intégrante de l'hôpital pendant plus d'un siècle, avec le passage de 157 sœurs.



LES PETITES ÉCURIES

Les petites écuries ont été réhabilitées dans les années 1990 en une crêperie-restaurant gérée par l'Association ALPHA (Association Ligérienne Personnes Handicapées Adultes). Ce lieu permet à des personnes en phase de réadaptation professionnelle d'acquérir une autonomie en cuisine et service de restauration grâce à l'accompagnement exercé par des professionnels.



LE MUSÉE DU CESAME

Ce musée a été créé grâce à l'initiative d'un groupe de retraités et d'actifs du CESAME qui, à partir de 1997, a entrepris à titre bénévole, des recherches de documents et d'objets témoins du passé. Il a ouvert en mai 2000. L'association du « Musée du CESAME » a été créée en 2011. Cette association culturelle a pour but de contribuer à la connaissance de l'évolution du CESAME au travers de son architecture et des soins dispensés de 1844 à nos jours ; au développement et à la promotion de l'image de psychiatrie, de la prise en charge, des métiers et des pratiques médicales et soignantes ; au développement et à la mise en valeur des ressources historiques du CESAME par leur collection et leur présentation au public dans le cadre du musée.



• Descriptif du parcours santé

Conçu en collaboration entre l'ASLIS et l'Association sport pour tous 49, ce parcours vous invite à découvrir le site du CESAME en ponctuant le parcours « d'étapes sportives » vous proposant quelques exercices ludiques mais dont les bénéfices sont réels et validés par des professionnels de la santé et du sport.

• ENTRÉE DANS L'HÔPITAL.

Début du parcours par un passage dans l'Aira : panneau « marche rapide », pour s'échauffer. Passage dans une première serre (numérotée 2).

• Panneau ÉTAPE 1 « Sauts à pieds joints ».

Passage dans une deuxième serre (numérotée 1). Direction l'Orangerie.

• Panneau ÉTAPE 2 « Fentes avant ».

Passage au centre de l'Aira : arrêt avec panneau descriptif AIRA. Poursuite du trajet dans les jardins bas, à revenir vers le château.

• Panneau ÉTAPE 3 « Pas chassés ».

Promenade à pieds ou footing jusqu'au kiosque.

• Panneau ÉTAPE 4 « Flexions ».

Direction l'arbre noueux et le banc en sortant du jardin : Possibilité de faire une pause hydratation avec vue sur la Loire. Marche jusqu'au muret (en face du Secteur 1, le long du chemin de halage).

• Panneau ÉTAPE 5 « Position de chaise ».

Poursuite du circuit en passant devant le Secteur 1, vers le Foyer des Malades.

• Panneau ÉTAPE 6 « Escalier : montée et descente de marches ».

Contour des cuisines en se dirigeant vers le cimetière des religieuses. Passage devant le service des transports, devant la blanchisserie. Poursuite du trajet en passant devant les services techniques. Passage devant la pharmacie.

• Panneau ÉTAPE 7 « Jumping Jack ».

Marche devant le Secteur 4, pour rejoindre la grande allée principale du CESAME. Direction l'Amicale, l'internat, puis la Petite Maison.

• Panneau ÉTAPE 8 « Marche en canard ».

Poursuite du parcours en allant jusqu'aux Petites Écuries.

• Panneau ÉTAPE 9 « Mouvements de STEP ».

Retour vers le château. Passage devant l'ASLIS et devant le musée.

• Panneau ÉTAPE 10 « Course sprint ».

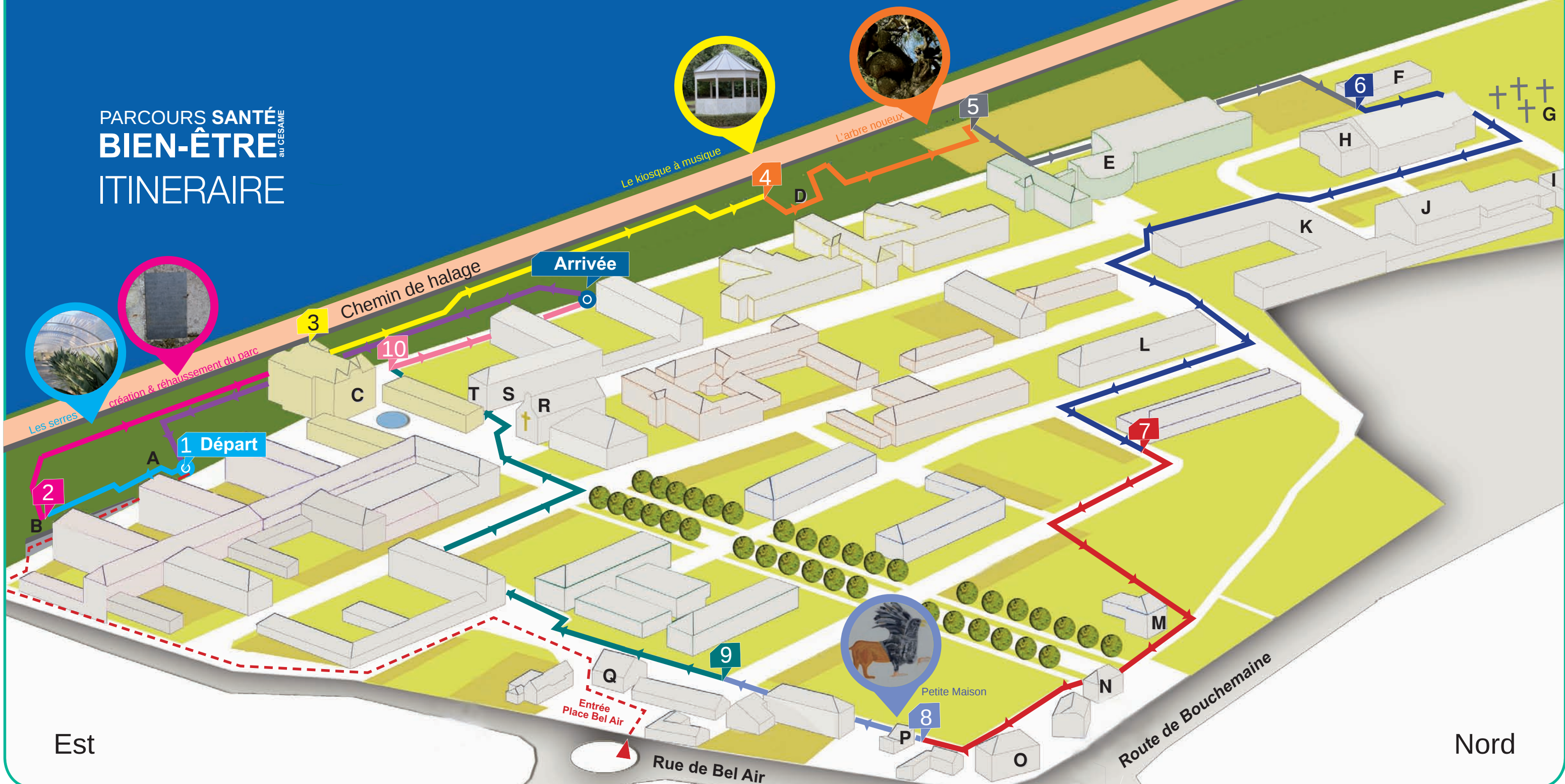
Proposition d'étirements.
- Étirer le dos : poser la main sur un mur, et descendre la poitrine vers le sol.
- Étirer les mollets : poser les mains sur le muret, dos droit, jambes tendues vers l'arrière.

• ARRIVÉE DU PARCOURS SANTÉ.

Sud

Ouest

PARCOURS SANTÉ BIEN-ÊTRE au CESAME ITINÉRAIRE



REPÈRES

A - L' AIRA
B - L'ORANGERIE
C - LE CHATEAU
D - LE KIOSQUE À MUSIQUE
E - LE SECTEUR 1
F - LE FOYER DES MALADES
G - LE CIMETIÈRE DES RELIGIEUSES

H - LES CUISINES
I - LE SERVICE TRANSPORTS
J - LA BLANCHISSERIE
K - LES SERVICES TECHNIQUES
L - LA PHARMACIE
M - LE SECTEUR 4
N - L'AMICALE

O - L'INTERNAT
P - LA PETITE MAISON
Q - LES PETITES ÉCURIES
R - LA CHAPELLE
S - L'ASLIS
T - LE MUSÉE

ITINÉRAIRE pour rejoindre l'étape n°1, possibilité d'accélérer le pas pour s'échauffer

ARRIVÉE Temps de récupération, moment d'étirement, emprunter l'escalier sur la gauche pour rejoindre le parc, tourner sur la gauche pour regagner l'étape N°1



PARCOURS SANTÉ
BIEN-ÊTRE
au CESAME



CESAME

Centre de Santé Mentale Angevin

27 Route de Bouchemaine, 49130 Sainte-Gemmes-sur-Loire

Service Communication 02 41 80 79 01