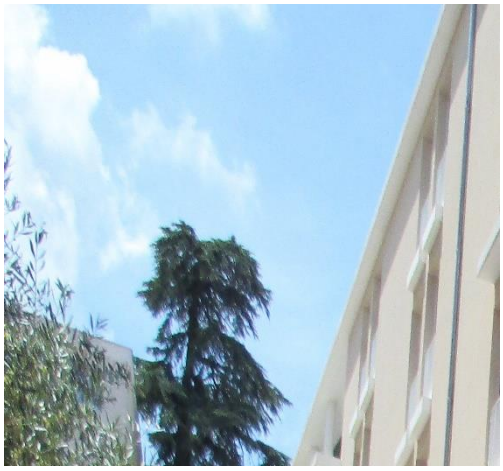
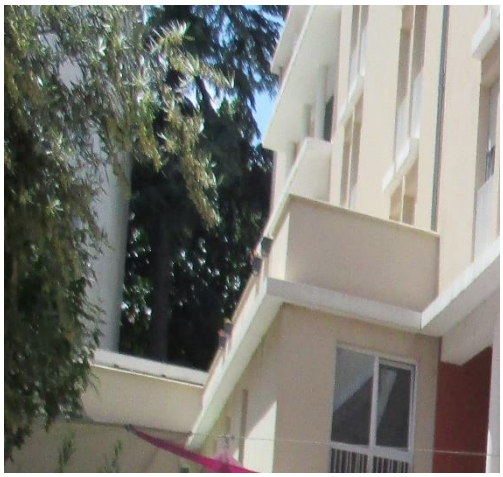
L'écho des Cèdres

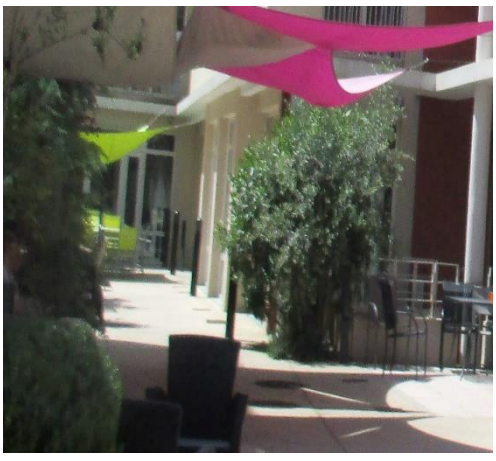
Mensuel de la résidence

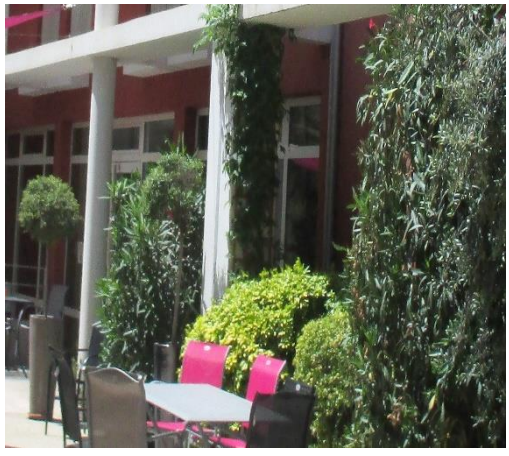
Avril 2020

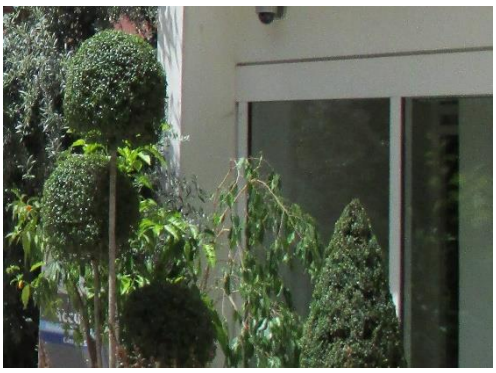


s.e.d.n.a. FRANCE
L'EHPAD RÉSIDENTIEL

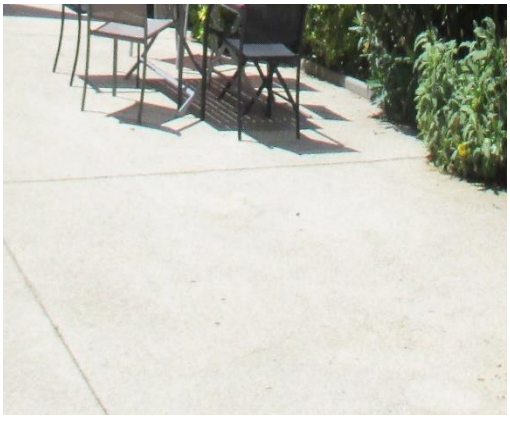


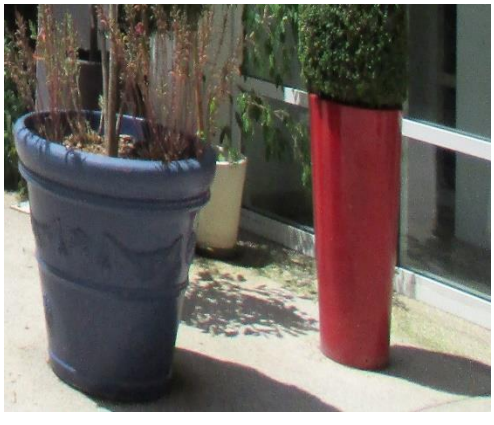






N°45





Le mot de la directrice

Chers résidents, chères familles et proches,

Depuis maintenant près de 10 semaines nous vivons avec un fléau mal connu, insidieux, invisible et pourtant ayant eu tant d'impact sur nos rapports à l'autre, notre manière de vivre, et même sans doute sur notre perception de la valeur de la vie.

Avec cette crise sanitaire sans précédent, le rythme de notre résidence a été bouleversé. Pour combien de temps ? Nous ne savons le dire exactement. Au cours de ces dernières semaines, les résidents ont été coupés du contact physique de leurs proches. Cette difficile décision prise sur un plan national, a été rendu nécessaire pour limiter les contacts des résidents avec l'extérieur.

Pour autant, nous avons cherché à innover pour maintenir le lien des familles et pour vous rassurer sur les pratiques opérées, sur les mesures prises et sur notre implication à agir pour le bien de nos résidents.

Depuis le début de cette crise, la direction a multiplié les moyens de communication (skype, téléphone, gazette Familéo) et accueille aujourd'hui avec contentement la décision du gouvernement de permettre le retour des familles auprès de leurs proches en EHPAD. Dès le lundi 27 avril, les moyens nécessaires permettant la rencontre des familles tout en conservant un maximum de gestes barrières et en assurant la sécurité de chacun ont été mis en place. Vous êtes déjà nombreux à en avoir bénéficiés et grâce à ces retrouvailles, nous assistons à de merveilleux moments d'émotions.

Au sein de la résidente, toutes les équipes restent mobilisées. L'équipe administrative, hôtelière, de cuisine et soignante ainsi que l'équipe d'animation s'adaptent chaque jour au plus près des besoins des résidents et mettent leur imagination et leur force à leur service.

Le mot de la directrice

A compter du 11 mai, le déconfinement progressif de la population entrainera une circulation plus dense de personnes, les contacts se multiplieront à l'extérieur, et nous seront tous davantage exposés. Notre responsabilité collective sera d'autant plus importante que nous risquons d'être un des vecteurs de transmission du virus. Il faudra rester vigilants, se protégez, maintenir la distanciation sociale et poursuivre l'application stricte des gestes barrières en tous instants et en tous lieux car nous avons tous un rôle à jouer dans le combat mené contre le virus, pour vous, pour votre famille, pour vos proches, et pour nos ainés.

Encore une fois, je tiens à remercier l'ensemble des résidents et des proches pour votre compréhension et votre soutien.

Bien à vous.

La Directrice,
Karine GORE

L'actualité d'Avril en bref …

Le 1er Avril: Situation dramatique aux Etats Unis: un porte avion en rade avec 4000 marins à bord dont 200 malades.

Le lundi 06 Avril, le premier ministre britannique, Boris Johnson, atteint du Coronavirus a été admis en soins intensifs. Il a été remplacé par son ministre des affaires étrangères, Dominic Raab.

. **Le 09 Avril 2020**: Jacques CALVET, homme d'affaire important en France s'est éteint à l'âge de 88 ans. Il fut notamment le PDG du groupe automobile PSA jusqu'en 1997.

Le 12 Avril: Le pape a donné sa traditionnelle bénédiction de Pâques via les réseaux sociaux, il a souhaité paix et santé dans le monde.

Le 13 Avril, M. le Président de la République (Emmanuel MACRON) a annoncé un allègement du confinement à partir du 11 mai, ce dé confinement devrait s'étaler jusqu'au 15 juillet, les restaurants, bars, discothèques et festivals resteront clos jusque là.

Le 19 Avril:. Edouard Philippe ne sait pas si le 2ème tour des municipales pourra avoir lieu et émet des réserves à ce sujet.

Le 28 Avril:. Retour des visites des familles à l'EHPAD des Cèdres comme dans d'autres, suite aux déclarations du premier ministre Edouard Philippe ce samedi 25 avril.

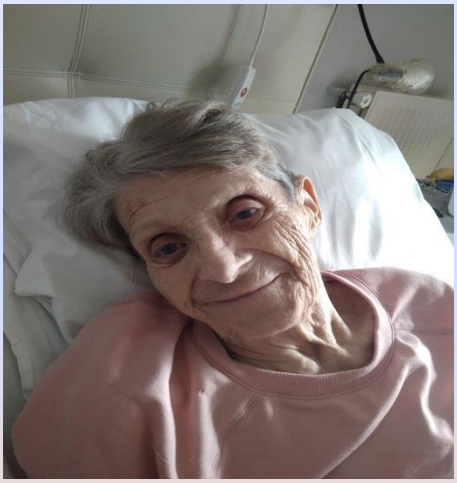
Le 29 Avril 1945: Libération du camp de Dachau par l'armée Américaine

Du côté des résidents

Elles nous ont quittés:

Madame GODIA ,
Le 31 Mars 2020

Madame FRISO ,
Le 04 Avril 2020



Madame GABLE ,
Le 05 Avril 2020

Du côté des animations

Ça s'est passé chez nous !

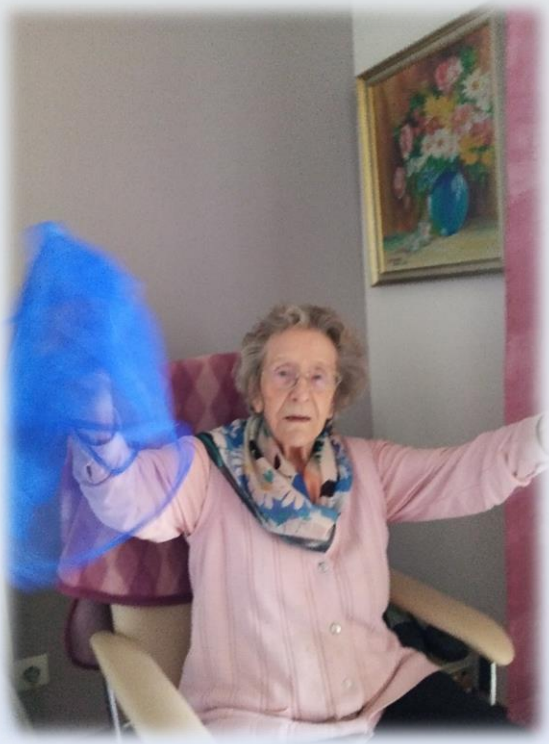
Karaoké fin mars pour les anniversaires du mois

Ça s'est passé chez nous !

La joie malgré tout!!! De la couleur dans nos lieux de vie

Ça s'est passé chez nous !

Et puis un peu de gym



Ça s'est passé chez nous !

Le 12 avril les cloches sont passées et ont apporté le traditionnel chocolat

Ça s'est passé chez nous !

Les résidents ont reçu des lettres et des dessins des enfants de l'école internationale de Manosque et leur ont répondu

Nouveautés ...

Familéo

Toujours plus proche… Votre résidence les Cèdres met à votre disposition la gazette Familéo qui vous permet de garder un lien avec votre entourage. Les enfants, petits enfants, amis, tous ceux qui vous sont chers peuvent ainsi partager des photos, des souvenirs et des petites infos avec vous . Toute l'équipe espère que ce nouvel outil de communication apportera de la joie et des sourires des deux côtés de la famille.

Souvenirs … Souvenirs

Nos petits jeux de mémoire: *Divers petits jeux de mémoire ont été proposés à nos résidents afin de travailler l'imaginaire et les souvenirs.*

Et si j'étais…. *Un personnage historique, un animal, une invention… Certains se sont imaginés dans la peau d'un cheval libre et fougueux, d'autres dans la peau de Mitterrand ou de Napoléon imaginant ce qu'ils auraient changé à l'histoire. Des échanges drôles et pleins de tendresse.*

Les quizz… *se souvenir de ce qui nous a marqué ou de ce qui a marqué une génération… les hommes de télévision comme les hommes politiques… Les femmes célèbres, les inventions qui ont changé notre vie.*

La musique et les chansons… *C'est si bon de se remémorer les bals, les moments de fête et de partage à travers des airs que l'on a aimés.*

Et nos sorties où l'on se remémore le bon vieux temps…

« Quand j'étais jeune, j'avais un grand jardin, mais je n'aimais pas ça car c'était une corvée… Aujourd'hui ça me manque car je revois maman et moi dans le jardin… »

Malgré la fermeture du PASA …

Pôle d'Activités de Soins Adaptés « L'Oustaou »

Intervenants :
Cadre Santé
E. Gardan
ASG
Marie-Pierre
ASG
Véronique
Psychologue
Sylvie. Hirt
Psychomotricienne
Louise Chatain

Que s'est-il passé au PASA durant le mois d' Avril 2020?

Compte tenu de la crise sanitaire qui s'est installée en France voilà déjà quelques semaines, et des mesures de prévention et de protection qui s'en sont suivies, le PASA a été contraint, à la fin du mois de mars, de fermer temporairement ses portes. Pendant cette période particulière, il est donc entré dans une forme de « dormance », en attendant le jour ou il ouvrira à nouveau.

Les « habitués » du PASA restent désormais au sein des murs de l'EHPAD et partagent leurs journées avec les autres résidents.

Alors, qu'en est-il de Marie-Pierre et Véronique ? Le duo d'Assistantes de Soins en Gérontologie, qui œuvre quotidiennement au sein du pôle, travaille désormais de concert aux côtés de l'animatrice pour assurer une continuité, à la fois dans les soins et l'encadrement quotidien des résidents.

Bien plus qu'un simple accompagnement, ce sont toutes les valeurs du PASA qu'elles transportent dans leur besace et qu'elles véhiculent avec entrain et sourire au quotidien : patience, écoute et bienveillance.

Par leur présence permanente, auprès de nos aînés, elles apportent de véritables ressources pour divertir chacun selon ses goûts.

Malgré la fermeture du PASA …

Les idées sont nombreuses : entre jeux cérébraux et coloriages, entre lecture du journal et sorties au grand air, certains caractères se dévoilent, les talents se révèlent et des passions se découvrent même parfois.

C’est l’occasion pour tous d’apprendre à se découvrir dans un nouveau cadre, l’occasion de nouer des affinités et peut-être même des relations de confiance.

Malgré la fermeture du PASA …

Les poésies du mois

La poésie stimule le plaisir, le rêve. Les personnes âgées ont la possibilité de faire des allers et retours entre l'histoire du poème et leur histoire personnelle. La poésie est un serviteur de la vie. Une fenêtre ouverte qui permet de voyager, de rêver, d'aimer sans papier ni frontière. Parce que les mots sont la porte de la mémoire, le poème peut raviver des souvenirs, faire émerger une mémoire ancienne, une histoire. Parfois, le retour à la parole de la personne âgée se fait par ce biais.

L'art du conteur est un art éminemment populaire, c'est peut-être pour cela qu'il est parfois méprisé. Mais la force d'un art se mesure à l'émotion qu'il provoque. En racontant à partir du cœur, on touche les gens à l'âme, et là, la magie opère et du lien se tisse entre le conteur et celui qui écoute. En racontant, on ne s'adresse pas à l'intelligence, mais à l'émotion. La parole tend à la communion, « **être avec** » parce que le poème est un temps privilégié, un temps à part où la vie est plus forte que tout le reste.

Malgré la fermeture du PASA …

Le Papillon

Quoi de plus laid qu'une chenille ? Regardez-la ramper sur la tige des fleurs Sur ses pattes crochues, pataude, elle se tortille, Pleine de poils, quelle hideur !	Là, sagement, elle médite Sur ses fautes, sur le malheur, sur le bonheur ; Puis au bout de vingt jours, notre petit ermite Emerge enfin de sa torpeur
Abjectement, elle se traîne Et dans les potagers, les jardins, les vergers, Mangeant toutes les feuilles dans un total sans-gêne, Réussit à tout saccager.	Et qui sort de la chrysalide, Voletant, tout léger ? Vous le savez, voyons ! Une nymphe éthérée aux coloris splendides ; Mais oui, c'est un beau papillon !
Voyez un peu cette misère : Cette vie de brigand, pourchassé et renié ! La malheureuse s'est fait déclarer la guerre Par le peuple des jardiniers !	Sur toutes les fleurs il se pose Et sans rien abîmer, déguste leur nectar. Voilà ce qui s'appelle une métamorphose, Ou, en orient, un avatar.
La question : « Etre ou ne pas être ? » De la pauvre larve vient tarauder l'esprit Et, courageusement, elle décide de mettre Fin à cette vie de proscrit.	N'est-ce pas un parfait miracle ? Une grande leçon que la mère Nature Nous donne pour apprendre à surmonter l'obstacle, Un symbole de bon augure.
Quittant l'errance vagabonde, La triste chenille cesse sa procession, Ecoeurée et blasée, se retire du monde Pour s'isoler dans son cocon.	Car vraiment rien n'est impossible A celui qui décide de se transformer ; Ecoute en toi l'Esprit qui te rend invincible Et te pousse à t'améliorer.

Malgré la fermeture du PASA …

Si le chocolat fait du bien au moral, les fleurs aussi !
Elles ont le pouvoir d'activer nos émotions positives
Et cela tombe bien car pour ce mois d'avril, Pâques est au programme, avec dégustation de très bons chocolats
et pour égayer notre environnement, des activités basées sur la réalisation de fleurs tout en papier léger.
Et le résultat est plutôt réussi… !!
Bravo à nos résidents qui se sont investis dans ce joli projet d'embellissement.

Malgré la fermeture du PASA …

GYM DOUCE ET MOTRICITE

La gymnastique douce fait partie des thérapies gestuelles qui va permettre de rétablir l'équilibre du corps et de l'esprit. Cette technique est une activité physique basée sur des exercices musculo-articulaires simples et non agressifs :

- des mouvements mesurés des muscles et articulations pour stimuler et renforcer,

- de la stimulation cardio-respiratoire par rythme progressif,

- correction des postures corporelles,

et ce toujours en tenant compte des conditions physiques de la personne.

Les résultats attendus seront la capacité de la personne à se mouvoir en toute autonomie et avoir une perception positive et efficace de ses mouvements.

Les objectifs sont donc, au travers d'exercices d'amplitude, de souplesse, de résistance et tonicité, de :

- favoriser le maintien de l'autonomie physique,

- travailler sur le schéma corporel et appréhender la perception des personnes sur leur vécu corporel,

- favoriser le plaisir, le partage et l'échange,

- revaloriser l'image de soi.

Les anniversaires du mois d'Avril…

Les anniversaires des résidents nés au mois d'avril ont été célébrés en petits comité et en musique avec Robert BICAÏS le mercredi 29 avril 2020.

Nous avons souhaité un bon anniversaire à :

Monsieur BILLOT André *qui a fêté ses 97 ans le 01 avril*

Madame AUBERGAT Denise *qui a fêté ses 98 ans le 05 avril*

Madame MAGNAN Arlette *qui a fêté ses 83 ans le 13 avril*

Madame SCHIRRER Claude-Cécile *qui a fêté ses 88 ans le 14 avril*

Madame LETOT Jeannine *qui a fêté ses 96 ans le 24 avril*

Pour le mois de Mai à vos agendas!

Vendredi 1er mai: Fête des fleurs, les producteurs de muguet n'ayant produit que peu...

A partir du 4 mai: Reprise des activités d'animation en petits groupes.

Mardi 05 mai : Le parachute avec Louise à partir de 14h15

Vendredi 15 mai: Loto toute la journée

Vendredi 22 mai: Nous fêtons nos centenaires: Madame LAGRANGE et Monsieur ROLLAND

Mardi 25 mai : Séance ciné-débat

Mercredi 27 mai: Nous fêtons les anniversaires de tous les résidents nés au mois de Mai à partir de 14h30

.

Sans oublier bien sûr, les animations habituelles affichées dans l'ascenseur chaque jour.

Remerciements ...

Un grand MERCI à tous les résidents qui ont participé à l'élaboration de cette 45ème édition du journal des Cèdres.

Sans eux, « L'écho des Cèdres » n'aurait pas pu être rédigé!!!

Merci à Marie-Pierre et Véronique, ASG au PASA*, qui ont recueilli les témoignages des résidents.

Merci également à Louise notre psychomotricienne d'avoir contribué, grâce à ses talents en informatique, à la nouvelle version de l'Echo des Cèdres.

Mise en page et rédaction: Anne, animatrice.

***PASA : Pôle d'Activités et de Soins Adaptés, situé au premier étage de notre établissement.**