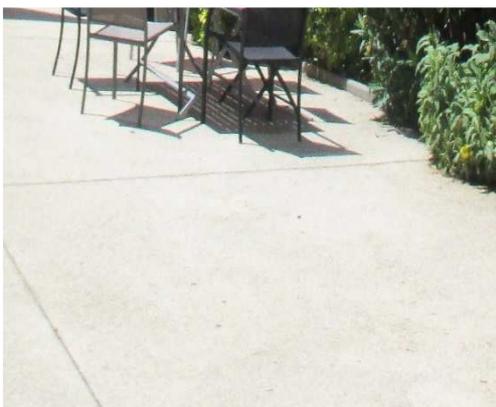
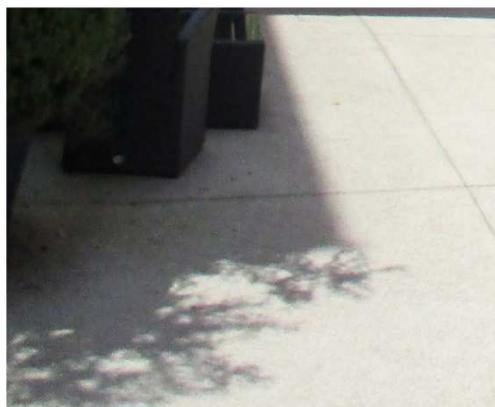
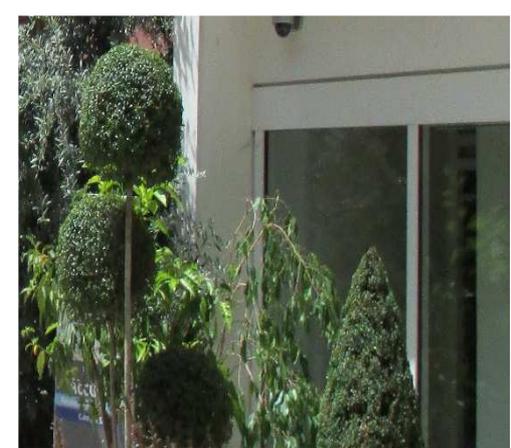
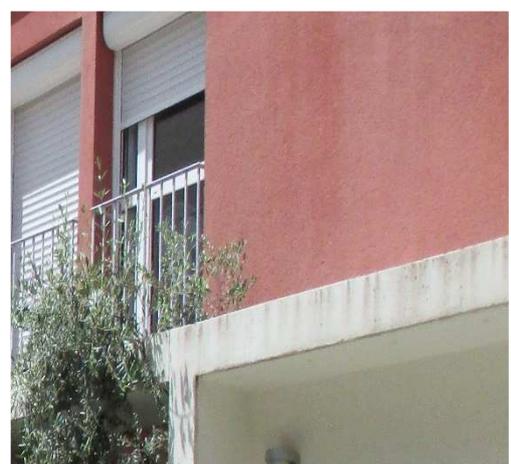


L'écho des Cèdres

Avril 2021

s.e.d.n.a. 
FRANCE
L'EHPAD RÉSIDENTIEL



Le jardin

A vos râteaux, vos arrosoirs et vos chapeaux de pailles, c'est parti pour le jardin ! Avec l'aide de Thierry, notre homme de maintenance, nous avons planté les narcisses reçues quelques semaines plus tôt pour la fête des grands-mères.

Une météo parfaite pour un après-midi très agréable. Nous nous sommes tous installés à l'ombre des arbres. Chacun a pu participer comme il le souhaitait, arroser les plants, planter les narcisses, encore arroser... Grâce aux connaissances et à la bienveillance de tous, nous avons bien avancé et avons pu profiter d'un goûter en terrasse. Quoi de mieux qu'une petite grenadine à l'ombre entre amis après une séance de jardinage ?! On se retrouve dans un peu moins d'un an pour vérifier que nous avons bien travaillé.

Une chose est sûre, nous nous sommes donnés rendez-vous pour recommencer au plus vite. Cette fois un peu plus en hauteur pour que tout le monde puisse participer !



Du côté animation



Commission restauration

La commission restauration est un moment d'échange ouvert entre les résidents, le chef de cuisine, l'animatrice et la directrice. Ce temps nous permet, ensemble, de faire le point sur ce qui convient aux résidents, ce qui leur déplaît, ainsi que leurs idées / leurs envies concernant les repas.

Certains résidents nous ont alors demandés pour organiser des repas à thème avec décoration et musique. Ces repas auront pour but de faire voyager les résidents. Pour certains ils pourront rappeler de beaux souvenirs, pour d'autres ce sera une découverte. De toutes les façons, ce sera un moment convivial de partage et de bonne humeur.

Nous avons alors fixés une date pour ce premier repas à thème, ce sera un couscous avec musique et danse pendant le repas du **mercredi 12 mai**.

Le goûter étant un moment important de la journée, nous en avons également discutés. Depuis quelques semaines les cuisiniers proposent aux résidents un goûter maison 5 après-midi par semaine. Les résidents en sont ravis.

Une prochaine commission restauration se tiendra le trimestre prochain.



Poisson d'avril!

Pour les grands comme les petits, le 1er avril est un jour spécial, le jour des blagues ! Nous avons tous le souvenir d'avoir découpé des poissons en papiers afin de les coller (plus ou moins discrètement) dans le dos des grandes personnes. Chapeau bas à tous ses maitres et maitresses qui, tous les ans savent jouer la surprise. Aux Cèdres, nous avons limités les blagues, nous nous sommes concentrés sur l'histoire de cette fameuse journée.

Le Saviez-vous ?

L'histoire remonte au 9 août 1564 où Charles IX instaure le 1er janvier comme jour de l'année. Avant cela c'était le 1er avril.

Face à ce changement la population décide de garder la tradition de s'offrir des cadeaux le premier jour de l'année (1er avril). Au fil des années les générations suivantes continuent cette tradition pour se moquer de leurs ancêtres. On retrouve alors l'idée de s'offrir des blagues. Mais d'où vient cette histoire de poisson ? Rappelons-nous que le Carême qui dure 40 jours est en cours à cette période. Durant celui-ci la religion catholique interdit la consommation de viande, seul le poisson est autorisé.

Ces deux faits se croisant avec les années, on se retrouve, aujourd'hui à réfléchir aux meilleurs blagues à faire à ses proches ou même à ses collègues. Depuis quelques années, les médias s'y sont mis aussi surtout par le biais des réseaux sociaux sur internet.

Atelier peinture

A l'annonce d'ateliers créatifs, on peut ressentir une certaine réticence de la part des résidents, l'impression de retomber en enfance. Un atelier peinture est bien plus qu'une simple occupation enfantine, c'est l'occasion pour les résidents de s'exprimer d'une toute autre façon. Un thème général est proposé, une technique de peinture particulière est apportée. Ensuite, libre à chacun de laisser vivre son imagination. Bien qu'en début de séance on puisse entendre « ce n'est pas beau », « je ne sais pas quoi faire », quelques minutes plus tard, un silence agréable s'installe et laisse place à la concentration et à la création.

En fin de séance, nous partageons nos œuvres et nos impressions. Des personnes qui pouvaient être tristes en début de séance apprécient ce moment de répit où ils peuvent penser à autre chose le temps de l'atelier.

Ce mois-ci nous avons travaillé sur les champs de tulipes que n'avons pas pu aller observer à cause de la limitation de déplacement.



Du côté animation

Atelier peinture



Faire le plein de vitamines D

Aux Cèdres, nous sommes une équipe pluridisciplinaire, ce qui nous permet de proposer aux résidents de multiples possibilités en termes d'animations, en suivant leurs envies et besoins.

Pendant que Louise, notre psychomotricienne, propose à un groupe de volontaire une séance de relaxation, les collègues Véronique et Marie Pierre proposent un atelier... au PASA (Pôle d'Activités et de Soins Adaptés) à quelques résidents correspondant aux critères d'accueil de ce pôle. Un autre petit groupe de résidentes a pu profiter du soleil printanier avec l'animatrice. Programme: Sieste ou discussion en écoutant du jazz!

Chacun des résidents le désirant a pu participer a une activité lui correspondant et aller à son rythme. Un début d'après-midi dans le calme.

Nous avons ensuite goûté pour prendre des forces afin d'être en forme pour la seconde partie de l'après-midi, MOLLKY!



Le Möllky

Le Möllky est un jeu de quilles qui nous vient tout droit de la Suède. Ce sont des quilles en bois qu'il faut faire tomber à l'aide du « Möllky » (morceau de bois enroulé d'un tissu chez nous pour le confort de nos oreilles).

C'est un jeu qui se joue en équipe, la première atteignant le score de 50 a gagné. Les quilles sont numérotées de 1 à 12. Si le lanceur fait tomber 1 quille, alors c'est le numéro écrit au sommet de celle-ci qui indique le nombre de point gagné. Si plusieurs quilles tombent, c'est le total de celles-ci qui annoncent les points gagnés (5 quilles tombées, 5 points gagnés).

Aux Cèdres nous donnons une importance particulière à ce jeu. Tout le monde participe! Nous organisons le Möllky une fois par semaine et tous les résidents y sont conviés. Nous nous installons alors autour de la piste et nous applaudissons tout exploit, que ce soit 12 points d'un coup ou un joli 0 pointé! Tout au long de la partie, toutes les personnes passant sont invités à participer! C'est ainsi que régulièrement, le personnel participe et c'est ainsi que nous découvrons des talents cachés!

Le Möllky qui s'apparente à notre pétanque nationale est plus facile à organiser en intérieur et plus adapté à nos résidents.

C'est un moment de partage, joyeux et convivial où tout le monde prend plaisir à participer à sa façon. Et c'est avec une danse de la victoire que nous terminons toutes nos parties!

Du côté animation

Le Möllky



Les anniversaires

Un grand Merci à l'AMPRA pour la joie et la bonne humeur apportés lors de cet après-midi festif! Nous avons pu fêter les anniversaires de nos résidents en chansons et bien entendu, en dansant sur des rythmes endiablés!



Du côté du PASA

Comme on dit souvent lorsque l'on décide de faire quelque chose, « autant mêler l'utile à l'agréable ». Tel est d'ailleurs le maître mot de ces ateliers coutures que l'on a vu se mettre en place sur des après-midis entiers. Encadrées par les ASG, les dames du groupe ont pris plaisir à renouer avec cette activité dont elles sont pour la plupart déjà coutumières. De la découpe du patron dans le tissu au rembourrage de la peluche, une fois celle-ci cousue, chacune d'elle a ainsi pu participer à la réalisation de jolis petit chats tout moelleux et tout doux dans leur robe de vichy. Bien au-delà de l'aspect thérapeutique de ces ateliers (stimulant la motricité fine et les praxies de manière ludique), ces temps si spéciaux sont aussi et surtout l'occasion pour ces dames de se retrouver entre elles et d'échanger sur leurs rapports personnels à la couture. Le tout dans une ambiance conviviale et détendue, parfois sur fond de musique sonore, toujours sur fond de bienveillance.



Du côté du PASA

Le mois d'avril est placé sous le sceau des célébrations des fêtes de Pâques. A cette occasion, afin de peaufiner la décoration de ce lieu de vie qu'est le PASA, les résidents ont mis leur concentration et leur patience à l'épreuve. Au menu : le coloriage de lapins, fleurs et œufs qui ont par la suite été montés en guirlandes. La pièce s'est parée de jolis mobiles colorés, pendant du plafond et conférant au lieu une ambiance empreinte de féérie.... Il ne manquait que les poules aux œufs de chocolat !

Quand le ludique se mêle au créatif, on a toujours de belles surprises !



Dans le sud, comme partout ailleurs d'ailleurs, nous ne dérogeons pas à la règle du « on n'est jamais mieux servi que par soi-même ». Un parfait exemple pour illustrer cet adage ? Les résidents pris en charge au PASA qui ont évoqué leur souhait de jouer aux petits chevaux. Qu'à cela ne tienne ! Ni une ni deux, voici nos ASG qui arrivent avec de grandes planches rigides et des bouchons de champagne en pagaille. L'objectif ? créer nous même notre propre jeu des petits-chevaux, et l'adapter aux personnes qui s'en serviront ! Les bouchons de champagne, alias « les chevaux », sont plus facilement préhensibles, les cases sont plus grosses et donc plus visibles, l'interface du jeu elle-même est plus claire. De la conception du jeu à son expérimentation dans les conditions réelles, les résidents ont été sollicités à chaque étape de la concrétisation de ce projet.

Coller, peindre, décorer.... Chaque détail est pensé et préparé avec minutie, pour un résultat dont les résidents ne sont pas peu fiers !



Ils nous ont quitté

Mme SCHROUF Mariantonia, le 16 avril 2021

Mme MASTROVINCENZO Lucia, le 19 avril 2021



Ils nous ont rejoints

Mme SAGER Philomène, le 13 avril 2021

BIENVENUE

Sudoku

Règles du jeu:

Vous devez remplir chaque cases, lignes horizontales et lignes verticales avec les numéros de 1 à 9. Attention, jamais deux mêmes numéros ne doivent être dans une même case ou même ligne.

		5				8		
8	1	6			5	4	2	7
7		2	6				1	9
2					7	3		1
6	9		1		8	7		
3	7	1	5				4	
	6		9		2			
1		3		4		9	7	
5	8		7			2	6	4

Solutions de la page 17

9	4	5	2	7	1	8	3	6
8	1	6	3	9	5	4	2	7
7	3	2	6	8	4	5	1	9
2	5	8	4	6	7	3	9	1
6	9	4	1	3	8	7	5	2
3	7	1	5	2	9	6	4	8
4	6	7	9	5	2	1	8	3
1	2	3	8	4	6	9	7	5
5	8	9	7	1	3	2	6	4

Rendez-vous du mois

Lundi 3 mai: Jardinage – Plantation de fleurs dans les jardinières dans la cours

Mercredi 5 mai: Sortie – Goûter au lac des Vannades (au grès de la météo)

Mercredi 12 mai: Repas à thème – Couscous, danse orientale, musique orientale

Mercredi 19 mai: Crêpes – La cuisine nous prépare la pâte et nous faisons les crêpes toute l'après-midi au rez-de-chaussée

Mercredi 26 mai: Les anniversaires – Un chanteur vient l'après-midi, la cuisine nous prépare un gâteau et nous faisons la fête

Jeudi 27 mai: Journée Sportive – Gym douce, Parachute et goûter fruité



Planning d'animation

Samedi	1	10H30	Musique	14h30	Jeux mis à disposition
				16h00	
Dimanche	2	10H30	Messe télévision	14h30	Film
				16h00	
Lundi	3	10H30	Journal	14h30	Jardinage
				16h00	WIVY
Mardi	4	10H30	Journal	14h30	Relaxation
				16h00	Molky
Mercredi	5	10H30	Journal	14h30	Mot le plus long
				16h00	Quizz
Jeudi	6	10H30	Journal	14h30	Gym Douce
				16h00	Bien-être
Vendredi	7	10H30	Journal	14h30	Atelier Théâtre
				16h00	LOTO
Samedi	8	10H30	Musique	14h30	Jeux mis à disposition
				16h00	
Dimanche	9	10H30	Messe télévision	14h30	Film
				16h00	
Lundi	10	10H30	Journal	14h30	Zoothérapie
				16h00	WIVY
Mardi	11	10H30	Télévision	14h30	Relaxation
				16h00	Molky
Mercredi	12	10H30	Journal	14h30	Mot le plus long
				16h00	Soupe
Jeudi	13	10H30	Télévision	14h30	Film et jeux mis à disposition
				16h00	
Vendredi	14	10H30	Journal	14h30	Atelier Théâtre
				16h00	LOTO
Samedi	15	10H30	Musique	14h30	Jeux mis à disposition
				16h00	

Planning d'animation

Dimanche	16	10H30	Messe télévision	14h30	Film
				16h00	
Lundi	17	10H30	Journal	14h30	Atelier Créatif
				16h00	WIVY
Mardi	18	10H30	Journal	14h30	Relaxation
				16h00	Molky
Mercredi	19	10H30	Journal	14h30	Crêpes / Messe (14h30)
				16h00	
Jeudi	20	10H30	Télévision	14h30	Gym Douce
				16h00	Domino
Vendredi	21	10H30	Journal	14h30	Atelier Théâtrale
				16h00	LOTO
Samedi	22	10H30	Musique	14h30	Jeux mis à disposition
				16h00	
Dimanche	23	10H30	Messe télévision	14h30	Film
				16h00	
Lundi	24	10H30	Télévision	14h30	Film et jeux mis à disposition
				16h00	
Mardi	25	10H30	Journal	14h30	Relaxation
				16h00	
Mercredi	26	10H30	Journal	14h30	Anniversaires
				16h00	
Jeudi	27	10H30	Journal	14h30	Journée Sportive
				16h00	
Vendredi	28	10H30	Journal	14h30	Atelier Théâtre
				16h00	LOTO
Samedi	29	10H30	Musique	14h30	Jeux mis à disposition
				16h00	
Dimanche	30	10H30	Messe télévision	14h30	Film
				16h00	
Lundi	31	10H30	Journal	14h30	Atelier Créatif
				16h00	Wivy

