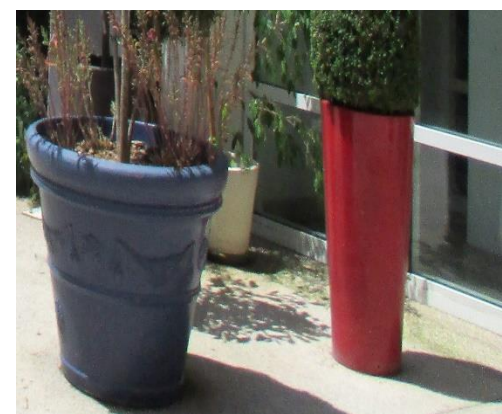
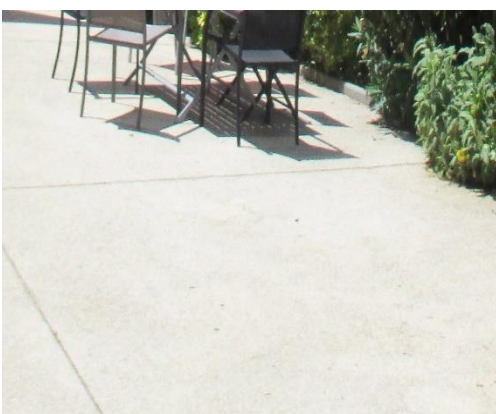
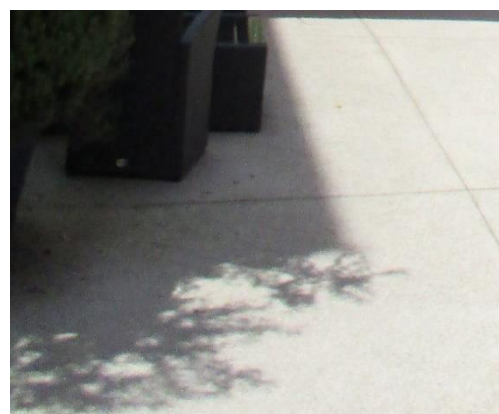
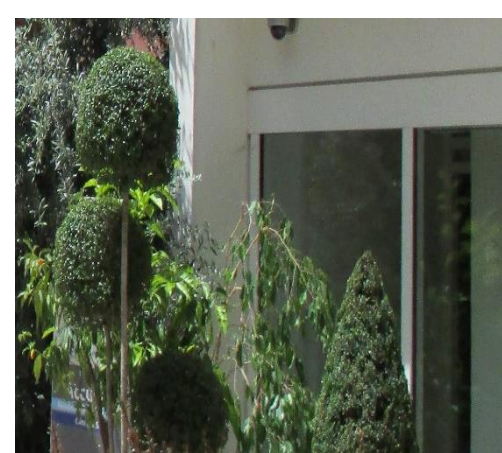
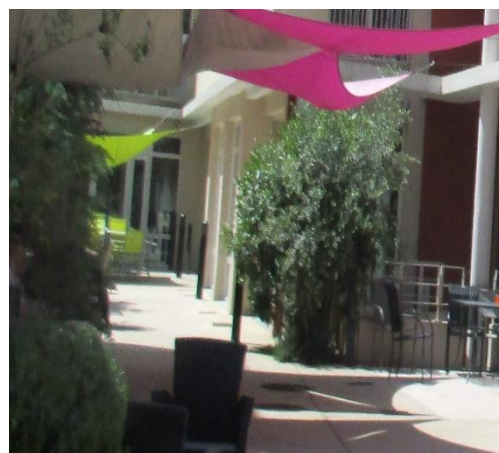
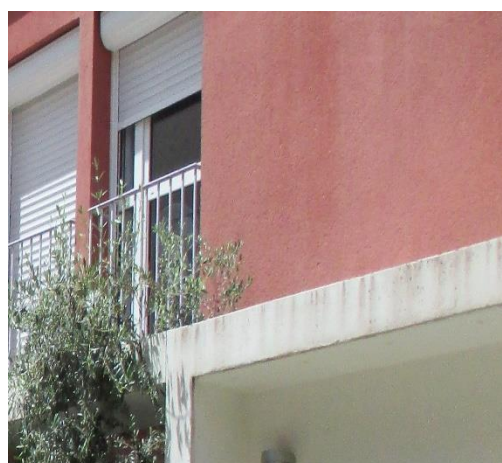
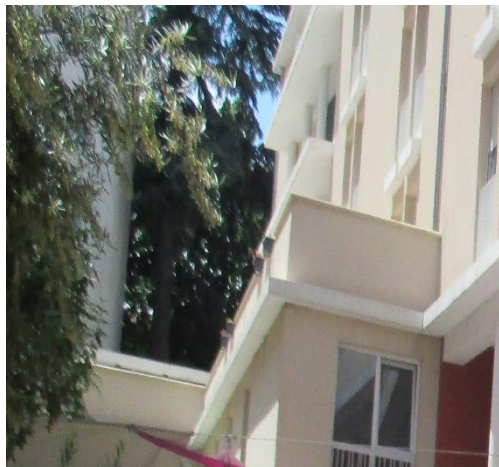
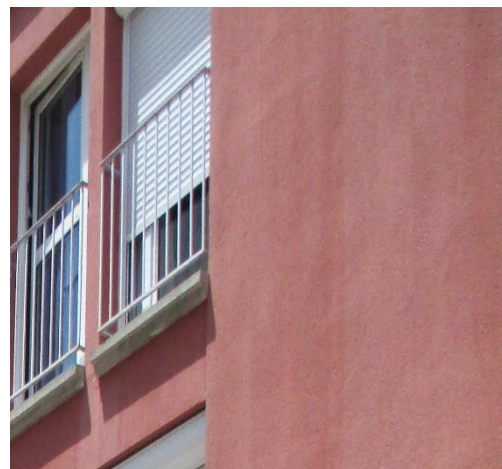
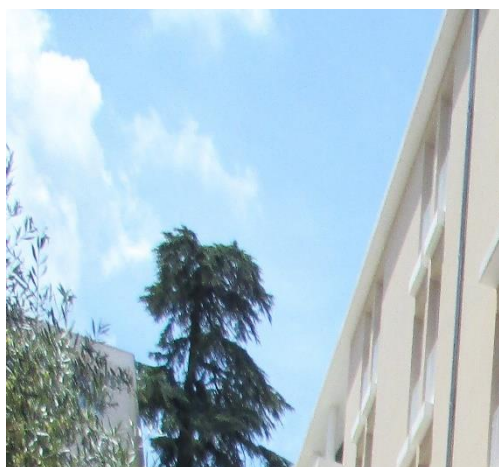


L'écho des Cèdres

Juin 2021



L 'été et notre terrasse.

Ca y est, nous en sommes en été, le soleil, le ciel bleu, la chaleur nous accompagnent depuis maintenant quelques semaines. Pour votre confort et celui des résidents, nous avons, grâce à Thierry notre agent d'entretien , de jolis coins d'ombres dans lesquels vous pouvez vous installer lors de vos visites.



Fête des mères

**« Oh mon Dieu, laissez-les moi
Les beaux yeux de la Mama
Enlevez-moi même tout le reste
Mais pas la douceur de ses gestes
Elle m'a porté avant le monde
Elle me porte encore chaque seconde
Elle m'emportera avec elle
Je lui serai toujours fidèle »**

Pour le dimanche de la fête des mères, c'est toute l'équipe qui a souhaité participer à l'organisation de la journée.

Tous nos résidents ont pu alors être présents pour la préparation de l'évènement . Puis chacun a apprécié les jolies roses de *Fleurs de Jade* sur les tables du restaurant le jour J. Après un agréable déjeuner partagé entre voisin, ou en famille, l'équipe a proposé pour le milieu d'après midi, une séance de photographies puis un goûter gourmand avec des crêpes préparées en direct sous les yeux pleins d'envie des résidents.

Fête des mères



Du côté animation

Fête des mères



Du côté animation

Fête des mères



Fête des mères



**Un grand merci à
l'équipe présente ce
jour!**

Repas à thème

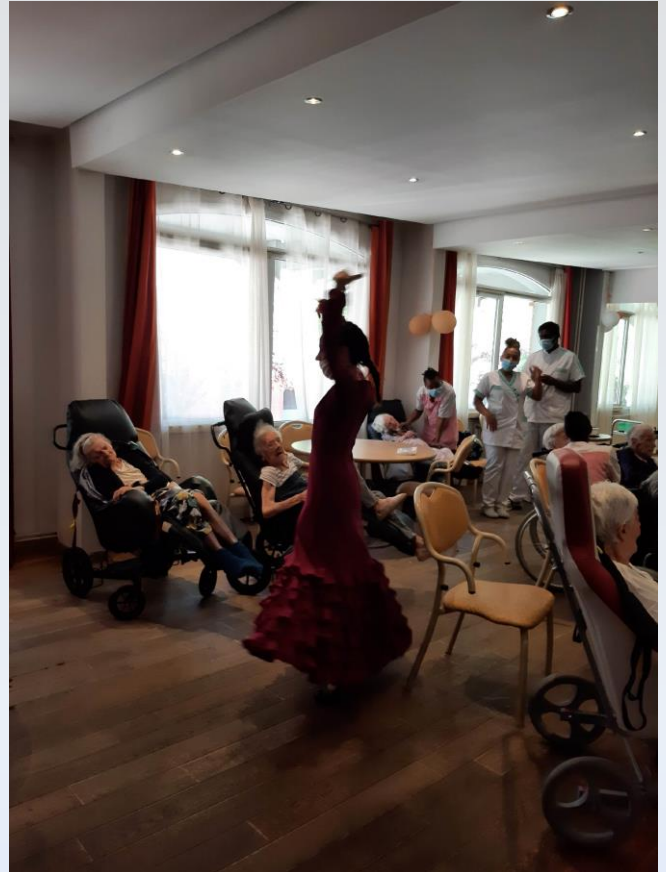
Nous essayons toujours dans la mesure du possible de répondre à la demande de nos résidents. C'est pour cela que chaque mois, nous organisons des repas à thème. Ceci est une demande faite lors de la première commission restauration de l'année. Nous avons déjà eu un repas orientale avec une danseuse, comme ce programme a bien plu, nous avons voulu réitérer l'événement.

C'est alors avec grand plaisir que nous avons accueilli, le jeudi 10 juin le duo chanteur Domingo ACUÑA/ danseuse de flamenco Sophie BARBERAN de l'association Artesano. Les résidents ont appréciés le spectacle tout en dégustant un repas espagnol au restaurant avec la traditionnelle paëlla.



Du côté animation

Repas à thème



La fête des pères

Les papas ont été fêtés comme il se doit le dimanche 20 juin avec les équipes présentes ce jour. Les résidents ont pu apprécier un doux poème au sujet des papas au restaurant avec un repas de fête. Puis pour l'après-midi une séance photo a été organisée pour que l'on puisse avoir de beaux souvenirs de cette journée exceptionnelle. Une fois leur plus beau sourire en boîte, tout le monde a apprécié les bonnes gaufres préparées par notre de cuisine.



Du côté animation

La fête des pères



La fête des pères



**Merci à l'équipe pour
l'organisation de cette journée!**

Semaine de la Provence

L'EHPAD des Cèdres fait parti d'un groupe, SEDNA. Celui-ci regroupe 12 établissements dans la France, dont 5 dans la région PACA. C'est pourquoi nous avons voulu partager avec nos collègues la beauté de notre région.

Les animatrices de la région PACA ont organisé pour tous les établissements du groupe une semaine « Balade en Provence ». Chacune des animatrices a réfléchi, créé et présenté une animation sur la Provence. Grace à ce travail d'équipe, nous avons pu proposer aux résidents de multiples animations.

Aux Cèdres, Lundi 28 juin nous avons commencé par découvrir les auteurs de Provence, Giono, Daudet et Pagnol, puis il y a eu un petit quizz sur Fernandel et enfin, « L'homme qui plantait des arbres » conté par Philippe Noiret.



Semaine de la Provence

Lundi 28 juin, premier jour de notre semaine à thème, les résidents ont apprécié un diaporama présentant la vie de trois grands auteurs de la Provence, Giono, Daudet et Pagnol. Pour clôturer cette présentation, les résidents ont joué à un quizz concernant le fameux Fernandel.

En seconde partie d'après-midi, les résidents ont regardé une histoire raconté par Philippe Noiret et avec des croquis animés « l'homme qui plantait des arbres » de Jean Giono.



Semaine de la Provence

Le jour suivant, **mardi 29 juin**, nous avons partagé sur ce que voulait dire « Provence » pour chacun de nous:

« Soleil », « Cigale », « Lavandes », « Ca sent bon », « gens qui parlent fort et avec les mains » réponse, « Comme Fernandel ». Quelques mots en provençal se sont fait entendre comme « fon de pitchoun ».

Comme nous venions de déguster un repas typiquement provençal avec :

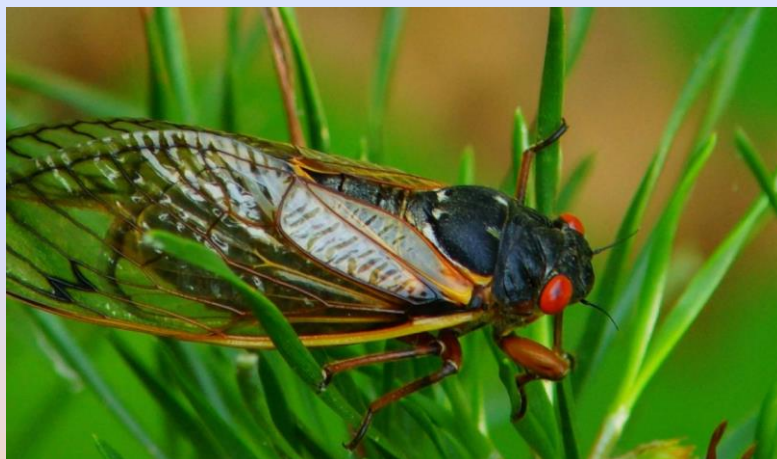
Pissaladière

Aïoli

Tropézienne

Nous avons voulu trouver d'autres bons plats du sud, alors nous nous sommes souvenu de la Bouillabaisse, la Fougasse, la Tapenade...

Après toute cette réflexion, une pause sucrée s'est imposée! En seconde partie d'après-midi nous appris plein de choses intéressantes sur la cigale grâce à un document créé par une collègue de Orange.



Semaine de la Provence

Mercredi 30 juin, nous n'avons pas pu échapper à nos habitudes, nous avons fêté les anniversaires du mois avec l'AMPRA.

Jeudi 1^{er} Juillet, nous avons fait profiter à toute la résidence la bonne odeur des lavandes, car oui, on ne pouvait pas y échapper, nous avons fait des sachets de lavandes. C'est avec plaisir que chacun a pris place autour des tables et trouvé le « poste » qui lui correspondait le mieux.



Du côté animation

Semaine de la Provence



Les anniversaires

Encore une fois, l'AMPRA nous a offert une belle après-midi musicale à l'occasion des anniversaires du mois du juin. Les résidents ont appréciés la diversité des chansons et la mise en scène proposée par les trois chanteuses.



Du côté animation

Les anniversaires



Mots mêlés

E	U	Q	A	R	B	P	R	E	T	R	I	E	V	E	R	I
S	S	R	K	M	U	D	I	B	G	R	E	B	N	O	E	L
C	D	E	I	M	A	L	I	N	O	I	S	I	C	P	L	B
H	A	T	T	N	O	T	O	C	S	U	T	I	R	B	A	L
N	L	N	A	T	O	R	I	W	N	C	V	A	O	R	D	L
A	M	I	I	S	E	E	C	N	E	O	H	I	B	T	E	Z
U	A	O	A	C	A	R	L	I	N	S	H	E	E	V	R	T
Z	T	P	U	T	H	E	U	G	O	D	T	C	R	R	I	I
E	I	A	D	O	B	E	R	M	A	N	K	I	I	K	A	P
R	E	G	R	E	B	O	X	E	R	E	E	E	E	B	R	S
B	N	R	O	D	A	R	B	A	L	R	B	R	I	A	R	D

AIREDALE	LABRADOR
AKITA	LABRIT
BARBET	LEONBERG
BEAGLE	LÉVRIER
BEAUCERON	MALINOIS
BERGER	MÂTIN
BICHON	MUDI
BOBTAIL	PINSCHER
BOUVIER	POINTER
BOXER	RETRIEVER
BRAQUE	SCHNAUZER
BRIARD	SETTER
CANICHE	SHARPEÏ
CARLIN	SPITZ
COTON	TECKEL
DALMATIEN	TERRIER
DOBERMAN	TOSA
DOGUE	WESTIE

Le Pole d'Activités et de Soins Adaptés



En route vers l'été...

C'est timidement que les beaux jours pointent leur nez cette année. Mais comme dit l'adage : « tout vient à point à qui sait attendre ».

C'est donc autour d'une table ronde que nous évoquons le mot « SOLEIL ».

Comme pour faire tomber la pluie, certains se lancent dans les incantations, nous autres au PASA, nous avons lancé le mot « Soleil », ce mot si important en Provence. Et de là, comme par enchantement, s'en est suivie toute une pluie de jolis mots qui a fait germer de nos esprits, des phrases pleines de poésie. Comme quoi, le soleil est une vraie source d'inspiration et à des bienfaits à tous les sens du terme! Jugez-en par vous-même... :

« Le soleil amène le beau temps »

« Le soleil se promène »

« Le soleil est plus fort en montagne »

« Parfois, le soleil à rendez-vous avec la lune »

« Le soleil se lève pour nous réchauffer »

« Si le soleil entre dans la maison, il est un peu dans notre cœur »

« Le soleil brille, il me fait m'égayer et m'éveiller... »

« Le soleil est en or »

« Le soleil me réchauffe le cœur »

« Le soleil éclaire »

« Le soleil brille dans la montagne »

« Il me rappelle beaucoup de belles choses... »

« Le soleil apporte la joie ! »

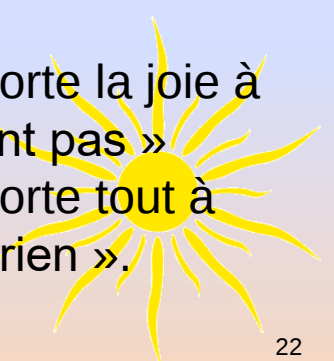
« Le soleil se lève, je me lève »

« Le soleil vous apporte la bonté »

« Le soleil apporte le bien-être »

« Le soleil apporte la joie à ceux qui ne l'ont pas »

« Le soleil apporte tout à ceux qui n'ont rien ».





En route vers l'été...

« Le sourire est à l'humanité ce que les rayons du soleil sont aux fleurs.
Ce ne sont que des broutilles bien sûr,
mais dispersés le long du chemin de la vie, le bien qu'ils font est inimaginable. »

Le chat et le soleil



Le chat ouvrit les yeux,

Le soleil y entra.

Le chat ferma les yeux,

Le soleil y resta.

Voilà pourquoi, le soir

Quand le chat se réveille,

J'aperçois dans le noir

Deux morceaux de soleil.





En route vers l'été...

C'est au cours d'un de nos temps d'échanges que nous évoquons, ensemble, l'été.

C'est quand l'été?

En Juin.

Le mois de juin est le 6^{ème} mois de l'année et compte 30 jours. Son origine « JUIN » vient du latin « Junus », en l'honneur de la déesse Junon, épouse et sœur de Jupiter, reine des Dieux du ciel et du mariage.

C'est au mois de juin que se termine le printemps, avec le solstice d'été entre le 20 et 22 juin.

Le jour de l'été, est donc le jour le plus long de l'année.

Pourquoi aimez-vous tant cette période de l'année ?

- « C'est agréable, on se permet ce qu'on ne fait pas le reste de l'année. L'été c'est un sentiment de liberté, de plaisir. »
- « On est content car l'été c'est la chaleur, la clarté. Les jours sont plus longs. »
- « Il y a aussi plus d'activités, de loisirs, notre fête nationale, le 14 juillet. On peut satisfaire notre besoin de chanter, danser, s'extérioriser. »
- « La chaleur et la lumière ont une influence sur notre humeur ».
- « Et puis on mange différemment, la nourriture est plus agréable car plus fraîche et plus légère. On consomme plus de fruits que l'on récolte dans les vergers »
- « L'été c'est la liberté et la convivialité avec les amis dans le jardin, au bistrot »
- « Dès qu'il y a du soleil lorsqu'on se lève c'est une merveille. Ça joue sur notre moral et notre bien-être »
- « L'été c'est profiter de la vie ».

Du côté du PASA



En route vers l'été...

L'été ici et là...



Montagne



Ville



Mer



Campagne

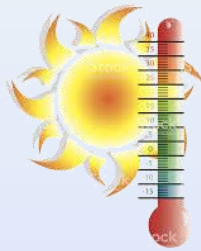


En route vers l'été...

! Attention Chaleur et Canicule !



Buvez de l'eau et restez au frais

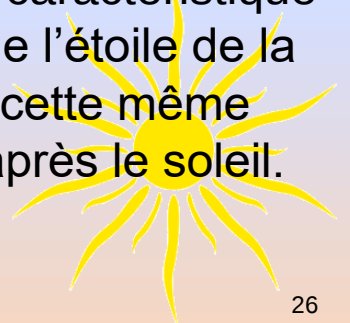


- Manger léger.
- S'habiller léger.
- Prendre des douches tièdes.
- Eviter les efforts physiques.
- Favoriser l'endormissement

« Canicule »

vient du latin Canicula diminutif de « canis » (chien) qui signifie petite chienne". Canicula est aussi le nom donné à une étoile, appartenant à la constellation du Grand Chien.

Egalement appelée Sirius, cette étoile se lève et se couche avec le soleil, du 24 juillet au 24 août, période caractéristique des fortes chaleurs. Elle est considérée comme l'étoile de la chaleur car elle double l'activité de ses feux à cette même période. Elle est l'astre le plus brillant du ciel après le soleil.



Se détendre avec la sophrologie



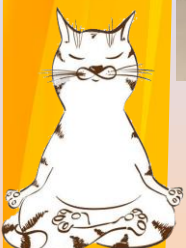
Puisque nous sommes en Provence, et que l'été arrive enfin, nous savons tous bien qu'un petit brin de sieste est le bienvenu après le repas... Et puis c'est un fait, « En Provence, le soleil se lève deux fois, le matin et après la sieste ».

Mais il existe aussi une pratique très relaxante, une pratique qui vous enveloppe, vous enlace et vous délasse et vous fait glisser insidieusement aux portes des bras de Morphée.

Cette pratique, c'est la **Sophrologie**.

Une pratique menée à bien par notre intervenante Emmanuelle, 1 fois par mois.

La sophrologie est une méthode purement verbale qui consiste en un ensemble de techniques qui vont agir sur le corps et l'esprit. Elle combine des exercices qui travaillent à la fois sur la respiration, la décontraction musculaire et l'imagerie mentale. Grâce à ses techniques, chaque personne peut retrouver un état de bien-être et de sérénité (douleurs apaisées, stress et angoisse diminués, sommeil amélioré...)



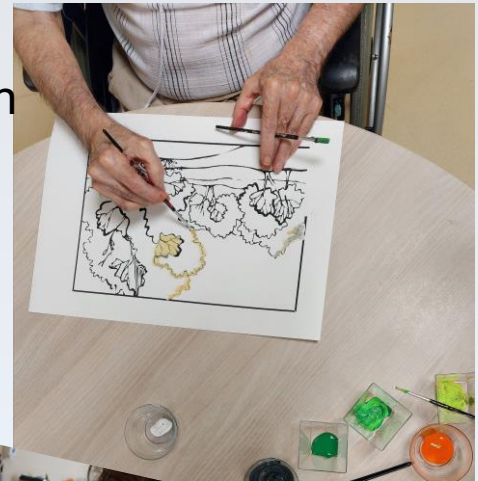


Atelier créatif, représentation de l'été

La pratique du dessin, de la peinture, la réalisation de collages, offrent aux résidents un moyen d'expression différent qui permet à chacun de libérer des émotions qui ne peuvent pas s'exprimer par le biais de gestes ou de mots.

Les ateliers créatifs ont en ce sens des vertus thérapeutiques, qui permettent d'apaiser le résident tout en stimulant sa créativité.

Les loisirs créatifs permettent de s'émerveiller des ressources que chacun se découvre à tout âge et époque de sa vie.



L'Espagne s'invite aux Cèdres

Activité Jeu du Quiz au PASA



Quelle est la capitale de l'Espagne ?
Barcelone
Madrid
Séville

Réponse : Madrid



Lequel de ces 3 grands clubs de football n'est pas espagnol ?
Real Madrid
FC Barcelone
Juventus

Réponse : Juventus



Les habitants du pays sont des...
Espagnais
Espagnols
Espagniens

Réponse : Espagnols



Quelle est la monnaie du pays ?
Le yen
Le dinar
L'euro
Le peso

Réponse : l'Euro



Où pouvez-vous voir la Sagrada Família ?
À Barcelone
À Madrid
À Séville

Réponse : Barcelone

Du côté du PASA

L'Espagne s'invite aux Cèdres



Ils nous ont quitté

Mme Geslin, le 21 juin



Ils nous ont rejoins

M. Cuerq, le 04 Juin

M. Vive, le 10 Juin

M. Richier, le 24 Juin

Les dates importantes

Mercredi 07:

14h00 Commission animation

15h30 Préparation de la Soupe
au Pistou

Mercredi 14:

A partir de 7h00 Emission TV
Fête Nationale

Mercredi 21 :

14h30 Messe

Jeudi 22:

14h30 Commission
restauration

Mercredi 28 :

14h30 Anniversaires

Mois de Juillet

Jeudi	1	9H30	Journal	14h30	Création sachets de lavandes
				16h00	
Vendredi	2	9H30	Journal	14h30	Tour de France TV
				16h00	LOTO
Samedi	3	9H30	Télévision	14h30	Tour de France TV / Domino
				16h00	
Dimanche	4	9H30	Messe Télévision	14h30	Tour de France TV / Domino
				16h00	
Lundi	5	9H30	Journal	14h30	Manucure
				16h00	WIVY
Mardi	6	9H30	Journal	14h30	Film
				16h00	
Mercredi	7	9H30	Journal	14h00	Commission animation
				16h00	Préparation de la Soupe au Pistou
Jeudi	8	9H30	Journal	14h30	Atelier créatif
				16h00	Jeux de ballons
Vendredi	9	9H30	Journal	14h30	Atelier mémoire
				16h00	LOTO
Samedi	10	9H30	Télévision	14h30	Tour de France TV / Domino
				16h00	
Dimanche	11	9H30	Messe Télévision	14h30	Tour de France TV / Domino
				16h00	
Lundi	12	9H30	Musique	14h30	Tour de France TV / Domino
				16h00	
Mardi	13	9H30	Journal	14h30	Souvenirs du Tour de France
				16h00	Tour de France par Equipe
Mercredi	14	9H30	Défilé sur les champs Elysées	14h30	
				16h00	
Jeudi	15	9H30	Musique	14h30	Tour de France TV / Domino
				16h00	

Mois de Juillet

Vendredi	16	9H30	Journal	14h30	Jeu de mots
				16h00	LOTO
Samedi	17	9H30	Télévision	14h30	Tour de France TV / Domino
				16h00	
Dimanche	18	9H30	Messe télévision	14h30	Tour de France TV / Domino
				16h00	
Lundi	19	9H30	Journal	14h30	Manucure
				16h00	Wivy
Mardi	20	9H30	Musique	14h30	Film et jeux mis à disposition
				16h00	
Mercredi	21	9H30	Journal	14h30	Messe
				16h00	Molky
Jeudi	22	9H30	Journal	14h30	Commission restauration
				16h00	Jeux de ballons
Vendredi	23	9H30	Journal	14h30	Commission anniversaires
				16h00	LOTO
Samedi	24	9H30	Télévision	14h30	Film et jeux mis à disposition
				16h00	
Dimanche	25	9H30	Messe télévision	14h30	Film et jeux mis à disposition
				16h00	
Lundi	26	9H30	Journal	14h30	Création de sachets de lavandes
				16h00	
Mardi	27	9H30	Journal	14h30	Mot le plus long
				16h00	Molky
Mercredi	28	9H30	Journal	14h30	Anniversaires
				16h00	
Jeudi	29	9H30	Journal	14h30	Atelier créatif
				16h00	Jeux de ballons
Vendredi	30	9H30	Journal	14h30	Jeux de mots
				16h00	LOTO
Samedi	31	9H30	Télévision	14h30	Film et jeux mis à disposition
				16h00	

