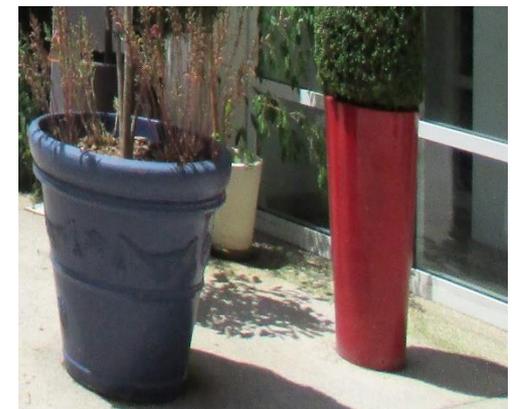
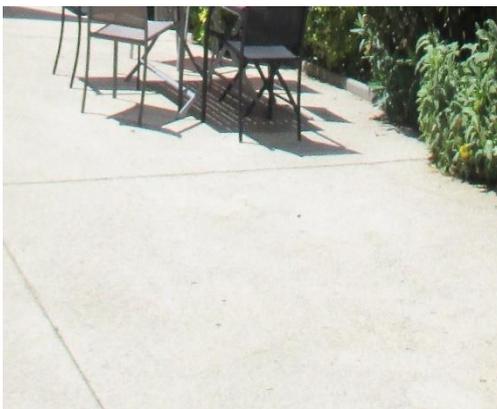
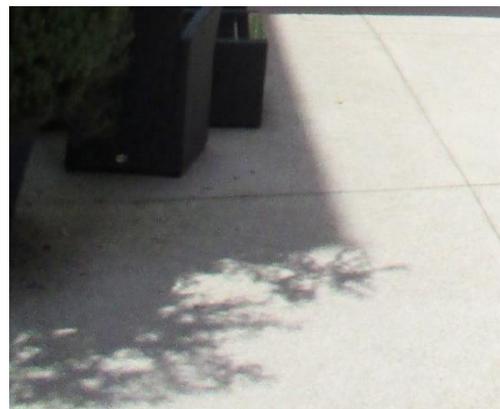
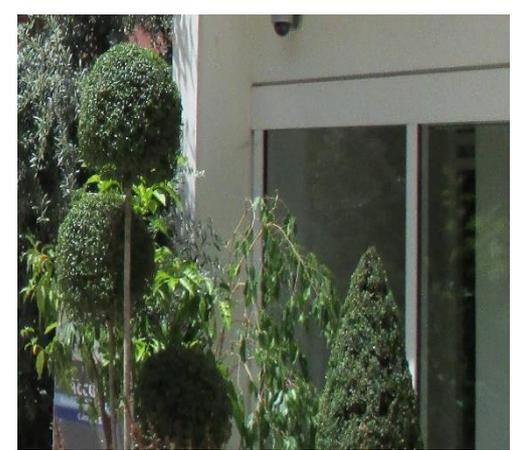
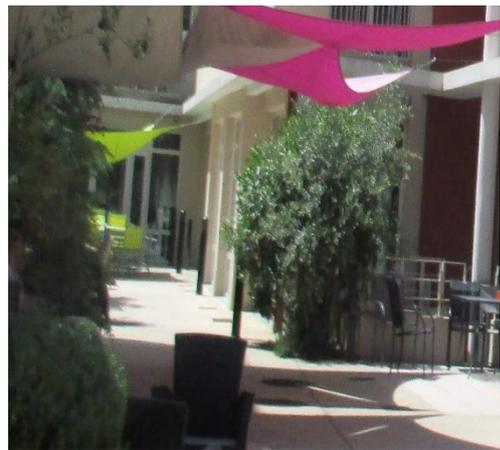
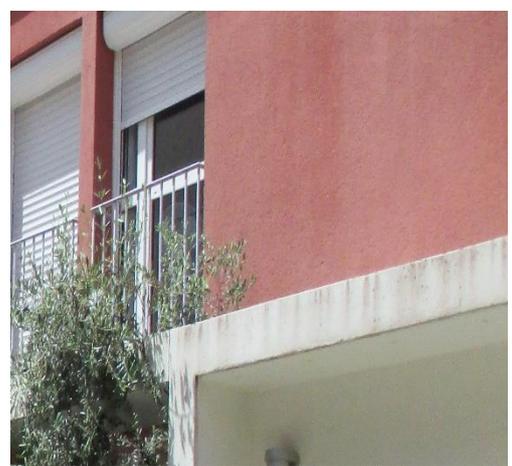


# L'écho des Cèdres

Mars 2022



## La gazette famileo

N'oubliez pas! La gazette famileo est à votre disposition. Il vous suffit de télécharger l'application sur votre téléphone et partager vos photos avec votre proche. Cette gazette ne vous coute rien, un code vous est donné à la signature du contrat. Vous pouvez partager ce même code avec la famille, les amis... Les gazettes sont imprimées et distribuées par nos soins en début de semaine.



## Le petit mot! de l'animatrice

### La vie en EHPAD

La vie en EHPAD mêle espace de vie privée et lieu de travail. Pour les résidents, c'est certes, un lieu où ils sont soignés, mais c'est aussi devenu leur domicile.

C'est pour cela qu'il est primordial d'organiser des animations qui ont un rôle important dans le projet de vie des résidents de l'EHPAD. Certaines activités peuvent même avoir un véritable impact thérapeutique sur les résidents et les aider à lutter contre certaines pathologies.

Pourquoi les activités en EHPAD sont-elles si importantes ?

Lesquelles sont proposées ?

Et qu'en est-il de la visée thérapeutique des activités en EHPAD ?

Voici quelques éléments de réponse.

### La visée thérapeutique

De plus en plus d'activités proposées en EHPAD sont aujourd'hui la base de thérapies non médicamenteuses permettant aux personnes âgées de lutter contre certains troubles du comportement ou contre la dépression.

Les animations aident à stimuler leurs fonctions cognitives, surtout s'ils ont des problèmes de mémoire mais aussi à augmenter leur confiance en eux, en leurs capacités. Ces ateliers peuvent aussi éveiller leurs souvenirs, leur procurer un vrai sentiment d'identité. Les personnes âgées se sentent plus valorisées, mieux dans leur peau, plus apaisées aussi.

Les thérapeutes en EHPAD identifient les capacités des résidents et peuvent alors leur proposer un programme adapté à leurs besoins (et à leurs envies).

## Le petit mot! de l'animatrice

---

### **Pourquoi les activités en EHPAD sont-elles si importantes ?**

Il est prouvé que les animations en EHPAD occupent une place importante dans la prise en charge des résidents. C'est pour cela que des animateurs sont employés de façon à préparer et à mettre en place des projets d'animation dans l'établissement. Différentes activités sont proposées par l'équipe d'animation de l'EHPAD pour répondre à plusieurs objectifs.

### **Cela inclut :**

- de créer du lien social entre les pensionnaires et les membres des équipes
- de stimuler chaque personne selon ses capacités
- de lutter contre la perte d'autonomie voire de la prévenir
- de renforcer le bien-être des résidents et de leur assurer un mode de vie plein de sens
- de permettre de favoriser les liens avec le monde extérieur et la famille des résidents.

En maison de retraite, les animations proposées aux résidents peuvent leur permettre de donner du sens à leur vie et d'avancer dans leur projet de vie.

Cela les garde actifs et leur permet de faire des activités adaptées à leurs capacités, leurs envies, leurs besoins aussi. Aucun résident ne doit être bridé par son état de santé et doit pouvoir participer pour bénéficier du côté ludique mais aussi social de l'animation.

## Le rôle de l'animatrice

En concertation avec l'équipe de la résidence ,l'animatrice propose les activités en adéquation avec le projet personnalisé du résident. Elle diversifie les animations pour que chacun y trouve un intérêt. Elle coordonne, avec l'équipe, les activités et animations en fonction de l'organisation de la résidence. Elle met en place un programme motivant pour tous en proposant des activités variées : activités manuelles, physiques, socio culturelles, sensorielles, cognitives, domestiques, bien-être... Celles-ci sont assurées par différents membres de l'équipe et peuvent se tenir dans la résidence ou à l'extérieur.

- journal / éveil musculaire
- atelier Mon Menu,
- atelier prévention des chutes ,ateliers créatifs
- ateliers Art thérapie , ateliers autour de la mémoire
- ateliers autour des sens , atelier cognitives
- ateliers Musique et chant , ateliers physiques/sport
- atelier bien être, atelier lecture /compte
- atelier socio/ culturelles, atelier sensorielles
- atelier jardinage , atelier cuisine
- Plus nos interventions en chambres (présence, discussions, jeux )

# Lesquelles sont proposées ?

## ○ Les ateliers créatifs

**sont proposées trois fois par semaine.**

Ils comprennent tout ce qui est relatif au dessin, à la peinture, à la réalisation de différents collages ou modelages. Cela permet à nos résidents de s'exprimer autrement que par des mots, de libérer certaines émotions aussi. Les ateliers créatifs ont de nombreuses vertus aussi bien thérapeutiques que psychologiques car ils aident à apaiser les résidents tout en les aidant à stimuler leur créativité.



## ○ Les ateliers autour de la mémoire

**Sont proposés tous les jours**

Comme leur nom l'indique, ces ateliers tendent à faire un travail pour stimuler la mémoire des résidents, à conserver intacte leurs capacités cognitives. Cela peut prendre la forme de puzzles, de jeux autour du vocabulaire, de petits ateliers d'écriture ou de calcul ou de certains jeux autour de photos. Ce sont des exercices qui aident à l'entretien du cerveau et qui leur permettent de garder un maximum d'autonomie.



# Lesquelles sont proposées ?

## ○ Les ateliers autour des sens

Ces ateliers peuvent prendre des formes différentes, comme des ateliers cuisine ou jardinage. En général, ces animations sont bien appréciées par les résidents car ils y voient un moyen de renouer avec leur ancien mode de vie puisqu'ils effectuaient ce genre d'activités auparavant dans la plupart des cas.



## ○ Les ateliers Musique et chant

La musique est aussi un excellent moyen de stimuler les pensionnaires et la musicothérapie est de plus en plus utilisée pour aider les patients atteints d'Alzheimer ou d'autres troubles cognitifs.



# Lesquelles sont proposées ?

## ○ Les ateliers physiques

- Avec « siel bleu » le LUNDI
- Atelier prévention des chutes le MARDI

Ici, c'est tout ce qui est en rapport avec l'activité physique, le sport, qui est mis en avant. On parle de gymnastique douce, de jeux de ballons, d'exercices d'orientation dans l'espace, d'équilibre .  
Bref, tout ce qui permet d'entretenir les capacités physiques de tous.



# Lesquelles sont proposées ?

## Liste de Nos ateliers

**Kapla**



**JARDINAGE**



**Mémoire**



**Beauté  
bien être**



**Cinéma**



**jeux de rami  
Domino, Scrabble**



**Nécrologie**



**Sport avec  
« Siel bleu »**



**Molkkky**

**Prévention  
chute**



**Art plastique**



**LOTO**

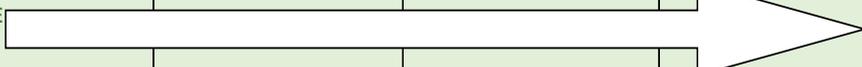
**Musique chant**

**Sortie /journal**



# Lesquelles sont proposées

## Planning de nos animations

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
10 H 30	LECTURE DU JOURNAL Éveil Musculaire (Nécrologie) 	LECTURE DU JOURNAL Repas thérapeutique	LECTURE DU JOURNAL Sortie Café	LECTURE DU JOURNAL Éveil Musculaire	LECTURE DU JOURNAL 11 h 00 MENU Groupe de parole cuisine
11 h 30					
12 H 00 REPAS					
14 H 30	Inter en chambre Ciel bleu ART PLA	ART PLA  CHUTE	ANNIV Sylvie et Christian Dernier mercredi du mois	CINEMA SOPHRO Inter en chambre CONCERT	BIEN ÊTRE
15 h 30	Gouter	Gouter	Gouter	Gouter	Gouter
16 H 00	Ciel bleu	Art plastique	Gouter bugnes		LOTO
18 H 00	JEUX LIBRE DOMINO SCRABBLE CARTE 	JEUX LIBRE	JEUX LIBRE	JEUX LIBRE	

myloview

## Nos repas a thème *Fêtes des mères*



*Menu*

*Apéritif*

*Rillettes de poisson blanc aux herbes*

*Paleron braisé sauce échalote*

*Riz forestier*

*Plateau de fromage*

*Gâteau basque*

Bonjour ma douce Mamie,  
C'est ta fête aujourd'hui.  
Un papillon me la dit  
En se posant sur ma tête,  
Tout près de mon oreille,  
Juste à mon réveil !  
Il m'a dit de descendre au jardin  
Cueillir des roses et du jasmin,  
Peut-être aussi quelques bleuets  
Et des bouquets de violettes parfumées !  
Mais où vais-je trouver toutes ces fleurs ?  
Le printemps n'est pas encore arrivé !  
Mais si, me répond Papillon,  
Cherche les au fond de ton cœur,  
Et avec tout ton Amour,  
Fais en un gros bouquet !...  
Voilà, ma douce Mamie,  
Pour ta fête aujourd'hui...  
Ces milliers de baisers !

# Du côté animation

★ ★ Fête des  ★ ★  
★ ★ Grands-Mères! ★ ★

myloview



# Du côté animation



★ ★ Fête des ♡  
★ ★ Grands-Mères! ♡

myloviewr



★ ★ Fête des Grands-Mères

## Du côté animation

Les mamies françaises sont à l'honneur le dimanche 06 mars jour de la fête des grands-mères.

A cette occasion nos résidents reçoivent chacun un petit pot de Jacynthe offert par « FLEUR DE JADE ».

Des fleurs coupées viennent embellir leurs tables pour le plus grand plaisir de ses dames, Un repas est préparé par notre équipe de restauration.

Au moment du dessert, une rose et du champagne leur sont offerts, tout le monde est aux petits soins pour nos mamies.

A 14h 30 nous recevons nos musiciens préférés *Sylvie et Jean-Christian* pour un après midi dansant: que du bonheur ....



Fête des Grands-Mères

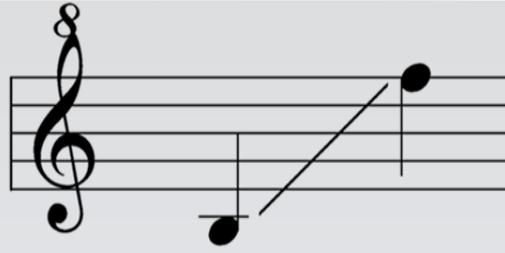
# Du côté animation



Fête des Grands-Mères

# Du côté animation

myloview



## Musique



# Du côté animation

## SAVOIE

## Nos repas a thème **Savoyard**



### *Menu Savoyard*

Midi

Apéritif

TARTIFLETTE

Plateau de fromage

Coupe de pêche façon melba



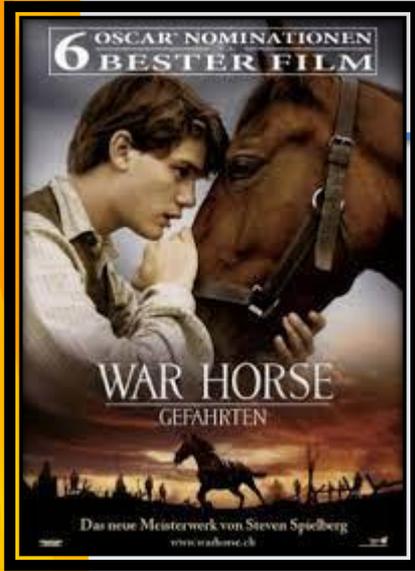
# Du côté animation

et pourquoi pas  
un petit verre de GUINNESS pour fêter  
Saint-Patrick



# Du côté animation

## Cinéma



# Du côté animation

## sortie journal au parc

Pour marquer l'arrivé du printemps nous sortons prendre l'air au parc pour le journal.



# Du côté animation

Nous profitons de cette belle journée de printemps pour sortir. Nous nous rendons à St André (chez nos voisins) pour une partie de Pétanque, où nous avons le plaisir de faire connaissance avec les résidents. Pour une première, nous repartons avec un Score de 8 à 13 un peu déçus !! Mais quelle bouffée d'oxygène pour nos résidents, nous reviendrons prendre notre revanche dans 15 jours, tous impatients !





# Du côté animation

Nous fêtons nos anniversaires chaque dernier mercredi du mois Avec ce mercredi 30 Mars, la présence de Mme Geli , notre directrice régionale.

A cette occasion, un apéritif est servi ,suivi du repas. Toute notre équipe de cuisine et de restauration fait en sorte qu'une attention particulière soit apportée pour ce jour spécial, sans oublier un magnifique gâteau préparé par notre chef.

Une animation est organisée l'après-midi pour le plus grand plaisir de nos résidents. A cette occasion nous recevons **Daniel « Chanter la vie »** pour trois heures de musique et de Chant, avec la participation très active de l'équipe soignante et du personnel présent.





# Du côté animation





# Du côté animation

## ATELIERS JARDINAGE

Afin de contribuer à la qualité et au confort du lieu de vie, nous décidons de prendre soin de nos plantes avec les résidents. Très contents de cet atelier : les photos parlent d'elles-mêmes!

Ce qui nous permet de développer l'autonomie par la pratique d'activités de loisirs, thérapeutiques, de rééducation, éducatives ou culturelles



# Du côté animation

## ATELIERS JARDINAGE



# Du côté animation



## Qui sommes nous?

## Réponse dans le prochain numéro



# Les résidents

*Nous ont rejoint*



*Nous ont quittés*



**MARS 2022**



## AU PROGRAMME

- ❖ Séance Sophrologie
- ❖ La Ferme buissonnière
- ❖ Le Printemps
- ❖ Sortie au salon de thé « Le Noailles »
- ❖ Poésie de printemps



## Mois de MARS



### Fleurs de mars :

Jacinthes, jonquilles, muscari, primevères, crocus, violettes, pivoines, tulipes ...

Toutes sont quasiment issues de bulbes et peuvent donc, en plus de nos jardins, entrer dans nos maisons.

Ces petits bijoux printaniers illuminent nos intérieurs et nous apportent joie et bonheur





## Sophrologie

3 Mars, journée mondiale de la vie sauvage !

Protéger les animaux, qu'en pensez-vous?

Aujourd'hui, nous allons donc nous approprier le corps d'un aigle! Au travers de cet oiseau majestueux, nous allons survoler différents continents en essayant de découvrir la faune qui y vit.

Mais avant toute chose, reprenons nos bonnes pratiques de respiration et détendons nous. Voilà qui est fait!

Prenons donc notre envol... Imaginons nous être cet oiseau pour voyager au-dessus des terres glacées de l'arctique, voyez la banquise et ses animaux, les montagnes enneigées, la mer et ses blocs de glace... Voilà pour le côté grand froid!

De quelques battements d'aile allons survoler de nouveaux horizons, le bleu des océans, apercevez-vous ces animaux marins remonter à la surface pour respirer? Partageons un court instant notre vol aux côtés d'autres oiseaux sauvages. Puis, voici la côte qui se rapproche, avec ses immenses forêts verdoyantes sillonnées de grandes cascades, où évolue une faune diversifiée et étonnante. Mais notre voyage n'est pas encore terminé. Si nous partions au-dessus des dunes de sable parcourues par les chameaux ou dromadaires.

Voilà un bref résumé de notre escapade...

Et si nous envisagions maintenant, un retour vers chez nous dans nos campagnes? Observons les animaux sauvages qui y résident.

Voilà notre voyage va s'arrêter, nous laissons au passage l'aigle au creux d'un rocher ou se poser sur un arbre, avant de retrouver notre environnement familial.





## Sophrologie

Quel est votre animal sauvage préféré?  
Le loup, le lion, la girafe, la panthère, l'éléphant

Trouver le nom d'un animal pour chaque lettre de l'alphabet

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



## Ferme Buissonnière



Aujourd'hui fut un jour de découverte autour de 2 jolies poules, **les poules soie!** Ce sont des poules d'ornement. Elles pondent 2 à 3 œufs dans la semaine, des petits œufs. Elles ont les pattes noires tout

comme leur peau.

Ces petites poules ont été découvertes par Marco Polo au cours du 13<sup>ème</sup> siècle et seraient originaires de Chine.

Leur plumage peut-être roux, marron, noir... et même bleu

Leur poids entre 800 g et 1 Kg pour les femelles et entre 1 Kg à 1 Kg 200 pour les mâles .

La poule soie couve tous les œufs qu'elle trouve même si les œufs ne sont pas les siens et elle élève les petits comme les siens.



Le coq possède de part et autre de sa tête 2 oreillons très doux, de couleur rouge et bleue et est orné sur la tête d'une caroncule (sorte de crête)

Une particularité de cette variété de poule est qu'elle possède 5 doigts et non 4 comme leur congénères « ordinaires » les poules rousses.

Cette variété de poule reste fragile.



## Ferme Buissonnière

Le beau cadeau du jour !!!

La poule de soie nous offre son ŒUF...



## Ferme Buissonnière



## Ferme Buissonnière



# Du côté du PASA



## Ferme Buissonnière





## Le Printemps

Petit jeu de Quizz

Solutions à la fin de notre gazette

1 - Quelle est LA fleur du début du printemps?

- La rose
- Le crocus
- La marguerite

2 – Quel est le mois des giboulées de printemps?

- Mars
- Avril
- Mai

3 – Que signifie l'expression « l'hirondelle ne fait pas le printemps??

- Il n'y a pas de printemps sans hirondelles
- Il n'y a que des hirondelles au printemps
- Il n'y a pas de conséquence à tirer d'un seul exemple

4 – De quel pays sont originaires les rouleaux de printemps?

- Vietnam
- Chine
- Thaïlande

5 – Qu'est-ce-que l'équinoxe de printemps?

- Une perturbation climatique de saison
- Le début du printemps
- La fin du printemps



## Le Printemps

Petit jeu de Quizz

Solutions à la fin de notre gazette

1 – Qu'est ce qu'un nettoyage de printemps?

- Le nettoyage de la maison
- Le nettoyage du jardin
- Le nettoyage de la voiture

2 – A quel compositeur doit-on les 4 saisons , dont le Printemps?

- Verdi
- Albinoni
- Vivaldi

3 – En quelle année eut lieu le célèbre printemps de Prague??

- 1945
- 1968
- 1989

4 – Complétez ce proverbe : « Février trop doux, printemps... »?

- Jaloux
- En courroux
- Voyou

5 – Quel est le nom de la déesse romaine du printemps et de la fertilité??

- Maia
- Libitina
- Vesta

## Le Printemps



Réalisation de printemps :  
Couronne de fleurs



## Un air de Gourmandise

Toujours un vrai plaisir cette petite sortie, au Noailles, dans la joie et la bonne humeur...



Il y a toujours un petit goût de « Revenez-y »



## Poésie printanière



A nos lecteurs, sensibles à la poésie...

*Vive le printemps*



*Le printemps, pareil à une fleur éclose  
S'ébroue des giboulées et prend la pose.  
Des nuées de jonquilles brillent dans les prés  
Telles des étoiles sur la voie lactée.  
Un air léger, léger, caresse nos joues  
Comme un baiser de papillon fou  
Le corselet des premières abeilles, bientôt,  
Se teintera du sang nouveau des coquelicots  
Et les libellules, ivres sous la tonnelle,  
Valseront dans les premiers rais du soleil.*

*S*



## Sophrologie

### Solution jeu l'alphabet des animaux

Avez-vous trouver au moins 1 animal pour chaque lettre?

- A antilope
- B babouin
- C crocodile
- D dromadaire
- E éléphant
- F faon
- G girafe
- H hérisson
- I iguane
- J jaguar
- K kangourou
- L lion
- M mammouth
- N naja
- O ours
- P panthère
- Q quinnat
- R raie
- S salamandre
- T tapir
- U
- V vautour
- W wapiti
- X ??
- Y ??
- Z zèbre



## SOLUTION JEU QUIZ PRINTEMPS

Petit jeu de Quizz

Solutions à la fin de notre gazette

1 - Quelle est LA fleur du début du printemps?

- La rose
- Le crocus
- La marguerite

2 – Quel est le mois des giboulées de printemps?

- Mars
- Avril
- Mai

3 – Que signifie l'expression « l'hirondelle ne fait pas le printemps??

- Il n'y a pas de printemps sans hirondelles
- Il n'y a que des hirondelles au printemps
- Il n'y a pas de conséquence à tirer d'un seul exemple

4 – De quel pays sont originaires les rouleaux de printemps?

- Vietnam
- Chine
- Thaïlande

5 – Qu'est-ce-que l'équinoxe de printemps?

- Une perturbation climatique de saison
- Le début du printemps
- La fin du printemps



## Le Printemps

Petit jeu de Quizz

Solutions à la fin de notre gazette

1 – Qu'est ce qu'un nettoyage de printemps?

- Le nettoyage de la maison
- Le nettoyage du jardin
- Le nettoyage de la voiture

2 – A quel compositeur doit-on les 4 saisons , dont le Printemps?

- Verdi
- Albinoni
- Vivaldi

3 – En quelle année eut lieu le célèbre printemps de Prague??

- 1945
- 1968
- 1989

4 – Complétez ce proverbe : « Février trop doux, printemps... »?

- Jaloux
- En courroux
- Voyou

5 – Quel est le nom de la déesse romaine du printemps et de la fertilité??

- Maia
- Libitina
- Vesta

