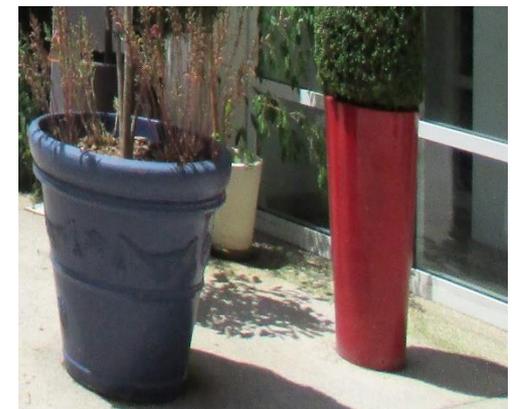
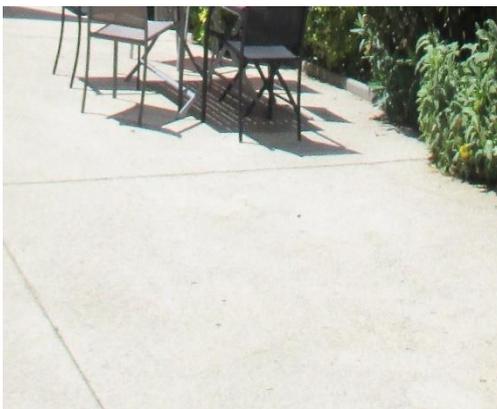
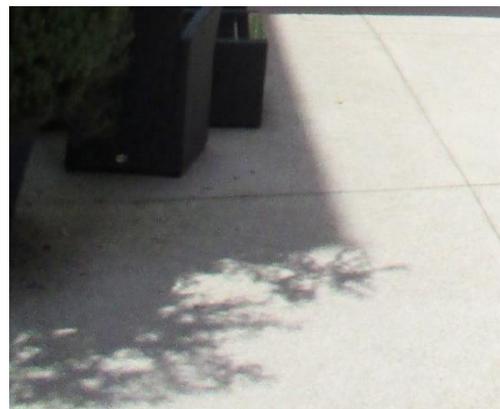
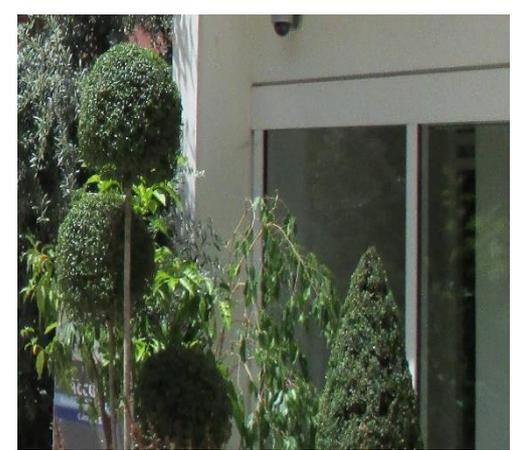
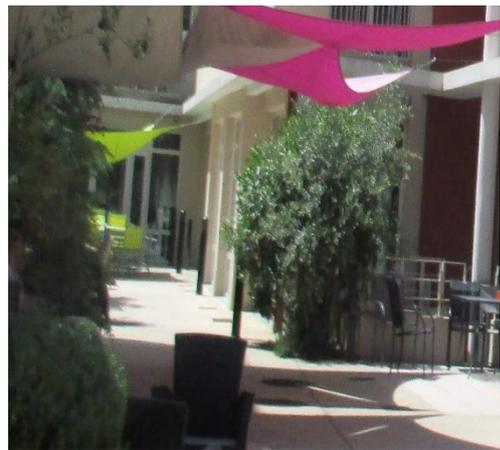
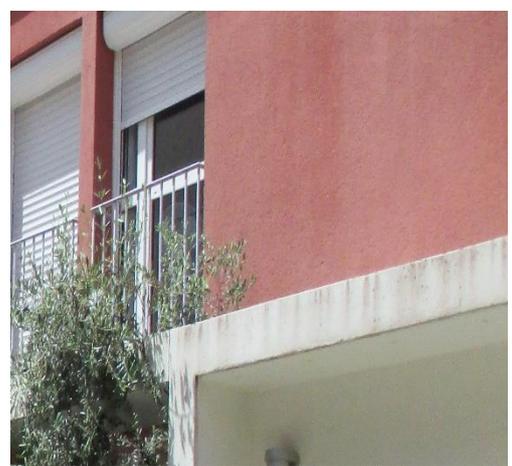


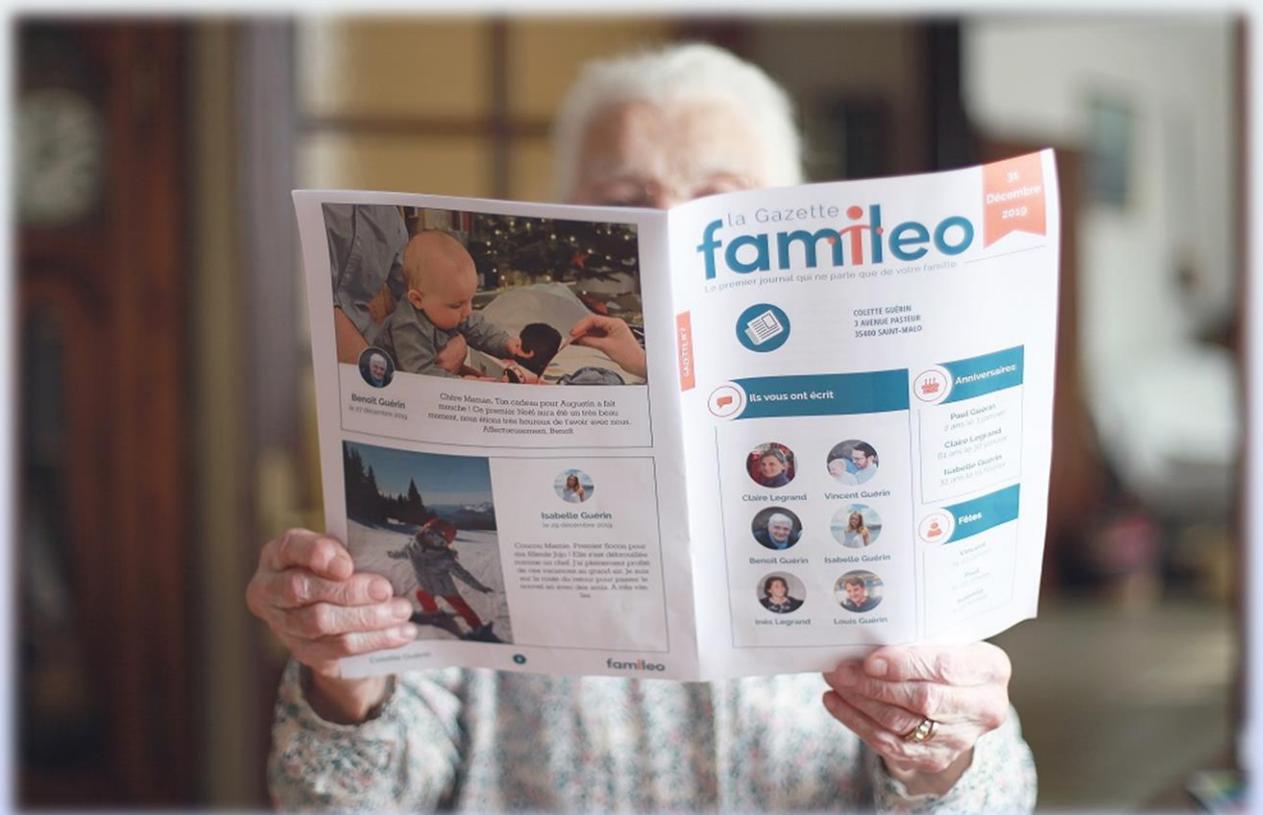
L'écho des Cèdres

MAI 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.



La vie au cédres.....

Le petit mot! de l'animatrice



Projet de création de notre Espace bien être

Dans le cadre d'un souci constant de l'amélioration de la qualité de vie de nos résidents ,nous avons pour projet de créer un véritable « **espace bien-être** », dédié a nos résidents , avec salon de coiffure et esthétique ,une salle d'attente où l'on peut feuilleter des magazines, papoter entre résidents en attendant son tour, pour une manucure, soins des mains, pause de vernis , maquillage soins du visage, massage thérapeutique sur fond de musique d'ambiance ,tout cela dans le respect et le souhait de chacun de nos résidents détente assurée.....

Chacun de nos résidents pourra profiter au maximum de cet instant privilégié afin de renouer avec leur corps , et l'estime de soi notre projet fera suite a une semaine de

« *Mise en valeur de la beauté* » organisé par notre groupe **S.E.D.N.A France**

La vie au cèdres.....

Le petit mot! de l'animatrice

Pourquoi ce Projet de création de notre Espace bien être ?

Coiffure, massage, manucure, pédicure etc... Les soins de bien-être en maison de retraite peuvent prendre bien des formes pour les personnes âgées. Les ateliers bien-être sont des moments privilégiés améliorant considérablement la qualité de vie d'une personne âgée.

La conscience de son corps

Les espaces de soin du corps et d'esthétique en maison de retraite permettent aux pensionnaires de reprendre le contrôle de leur corps et de se le réapproprier. Ils ont également le choix du traitement qu'ils souhaitent recevoir, les plaçant en position de contrôle. Les personnes qui se sentent affaiblies ou particulièrement atteintes par une maladie, voient régulièrement survenir une perte de l'estime de soi. Les soins permettent de modifier leur image et ainsi de se percevoir autrement.

Retrouver son identité

Prendre soin de soi, fait également ressurgir des souvenirs. La personne âgée a l'occasion de se remémorer son passé et de raconter des passages de son histoire. Le fait de se rappeler et de partager des souvenirs, offre à la personne âgée l'occasion d'échanger et de se remémorer des événements heureux. Vecteur de lien social, le soin de bien-être a aussi pour fonction de recentrer le pensionnaire sur la réalité, parfois altérée par le sentiment de solitude voire d'abandon.

La vie au cédres.....

Le petit mot! de l'animatrice

Quels en sont les effets et pourquoi ces soins sont-ils importants

Véritables boosters de communication, les soins bien-être favorisent les échanges entre le personnel dédiés a ces soins ainsi qu'avec les autres résidents, et permettent de fait, de lutter contre leur isolement. Les ateliers bien-être permettent un moment de détente et d'évasion unique. Au cours d'un massage relaxant, une personne âgée est davantage enclin à communiquer et à se confier. Nécessitant peu d'efforts physiques, ces soins sont également adaptés aux personnes présentant des handicaps physiques ou neurologiques ainsi que certaines pathologies comme l'Alzheimer. Ces soins sont adaptés à tous les niveaux de dépendance.



La vie au cèdres.....

Le petit mot! de l'animatrice



Semaine

Mise en valeur de la Beauté

DU 13 AU 17 JUIN 2022



Lundi 13 juin Beauté des mains et des pieds

Mardi 14 juin Atelier mise en beauté et photographie

Mercredi 15 juin Création de cosmétiques maison :
mon baume à lèvres

Jeudi 16 juin Atelier créativité face chart :
je libère ma créativité

Vendredi 17 juin Créer mon eau florale : ma touche personnelle
Remise des prix des meilleures créations de la
semaine

Au cours du mois de juillet,
une exposition photo viendra
illustrer et mettre en avant
les activités et créations issues
de cette semaine thématique

Les Cèdres
L'EHPAD | sedna.
RÉSIDENTIEL | FRANCE



La vie au cédres..... Nos anniversaires



La vie au cédres..... Nos anniversaires



La vie au cédres.....

Coté restauration

Nos repas a thème :

« Repas orientale »

Pour notre repas a thème l'orient et mis
a l'honneur avec un

« **couscous Royale** »

suivi de ces pâtisseries faites Maison
sans oublier un Merveilleux thé préparé
dans la plus pure tradition jusqu'au
service du thé à la menthe (darija : أتاي)
grâce a la générosité et la bienveillance
d' **Halima** qui a sortie pour l'occasion
son magnifique service a thé.

La vie au cèdres.....

Coté restauration



La vie au cédres.....

Coté restauration

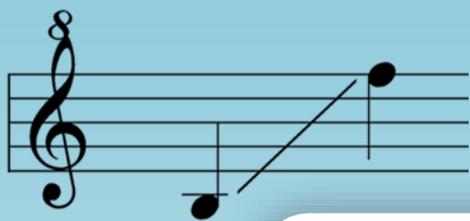


La vie au cèdres.....

Coté restauration

Coté restauration





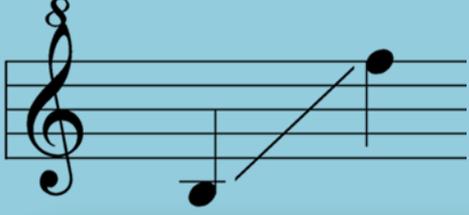
La vie au cédres.....

Coté animation

Musique

Pour fêter nos anniversaires nous avons le plaisir de retrouver la compagnie **Y'FON S'KIPEUVE**
Accompagné de nombreux costumes et décors
Rigolade et musique sont au rendez-vous pour une magnifique après-midi nous en profitons pour surprendre une de nos salariées dont c'est l'anniversaire avec la complicité de « Mr. Poulet !!! »

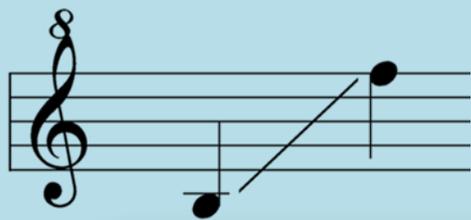




La vie au cédres.....

Coté animation





La vie au cédres.....

Coté animation

Musique





La vie au cédres.....

Une surprise inattendue !!



A l'occasion de la Fête de la Saint-Pancrace à Manosque nous recevons la visite de forains ,qui les bras chargés de **CHI CHI** ont offert un merveilleux moment de réminiscence pour nos résidents, odeurs, convivialité et joie étaient au rendez-vous ,
Bravo et encore merci pour nos résidents





La vie au cédres.....



La vie au cédres.....

Nous ont quittés

Mr. FASSI

Mr. GARCIN



La vie au cèdres.....



**Anniversaire du mois de
juin**

Mme. OLIVIERI Salvatrice	05/06/1935
Mme. VANDEVELD Simone	06/06/1924
Mme. MIRANDE Céline	07/06/1927
Mme. CHAIX Rose	13/06/1926
Mme. RIBA Odette	21/06/1930
M. ARENE Jean	24/06/1928
Mme. ALIVON Ginette	26/06/1925
M. BLAIZE Charles Jean	29/06/1931

La vie au cédres.....

Animations Du mois de Juin

Sorties :

Lors de l'une de nos réunions MENU qui a lieu tous les Vendredi, quelques résidents émettent le souhait de manger des huitres, et de la PIZZA « la vrai comme au camion » qu'à cela ne tienne

Mercredi 8 Juin nous sortirons pour nous rendre au restaurant « La Criée » à Manosque.

Vendredi 17 Juin une soirée PIZZA sera assurée par « **Anto Pizz'** »

Mercredi 8 Juin Nous recevrons « **René** » notre accordéoniste dans le cadre de nos animations Musicales

Jedi 16 Juin nous nous rendrons sur invitation du CCAS a un gouter au restaurant La Braise à Manosque

Animations :

Dimanche 19 Juin nous fêterons la fête des pères avec menu spécial et petits cadeaux pour nos papas

Mercredi 21 Juin nous fêterons la Musique avec la venue du groupe « **Mephisto** » Events

Jedi 23 Juin conférence Histoire avec « **Mr. Prévot** »

Programme type d'une journée

- Petit café,
éphéméride, St &
dicton du jour
(pour les repères
temporels)
- Revue de presse
avec temps
d'échanges et de
communication
- Activités mémoire
diverses adaptées
- Déjeuner
- Activités diverses :
 - Equilibre
 - Adresse &
coordination
 - Jeux collectifs
 - Groupe de parole
 - Activités cognitives
 - Activités
artistiques
 - Jeux de société
 - Relaxation
 - Activité physique
 - Activité de la vie
courante...



MAI 2022

Au fil du temps...

Sommaire

- ❖ 1^{er} Mai
- ❖ Activité physique autour d'un
jeu de quilles en extérieur
- ❖ Visite de la ferme buissonnière
- ❖ Atelier Saveur
- ❖ Activité cinéma
- ❖ Atelier graphisme
- ❖ Sortie dans le centre ville



SOUVENEZ-VOUS...

1^{er} Mai

Pourquoi offre-t-on du muguet le 1^{er} mai ?

Le 1^{er} mai, à la renaissance, il était d'usage dans les campagnes d'offrir une branche de quelque chose pour chasser la malédiction de l'hiver. En 1560, le roi Charles IX arriva en Drôme, et on lui donna un brin de muguet. Le geste lui plut, et l'année suivante il en offrit aux dames de la cour en guise de porte-bonheur.

Depuis 1889, le 1^{er} mai est devenu le jour de fête du travail. Il s'agissait avant tout de commémorer une manifestation qui a eu lieu 3 ans plus tôt à Chicago, où les journées de 8 heures ont été revendiquées.

La vie du muguet

Les petites clochettes commencent à éclore au mois d'avril, et les dernières se font voir courant juin. Pour ce qui est du fruit du muguet, des petites baies rouges très toxiques apparaissent en été, soit entre juillet et octobre.

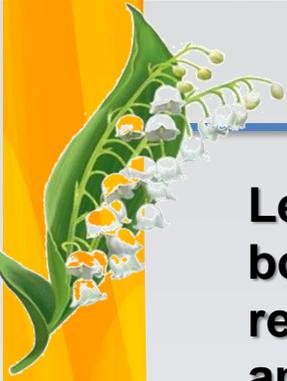
A la base cette plante vient du Japon.

En France, on la trouve dans les bois, les haies, les prairies de montagne.



SOUVENEZ-VOUS...

1^{er} Mai



Le muguet, fleur du bonheur et des rencontres amoureuses...

Autrefois, on organisait « les bals du muguet », où les filles s'habillaient en blanc, et les garçons portaient des boutonnières de muguet.

Au Moyen-Age, les fiançailles ou « accordailles » avaient lieu au mois de mai. On accrochait alors du muguet au-dessus de la porte de sa bien-aimée...

Aujourd'hui la fleur est aussi symbole de 13 années de mariage.

Il est même une légende qui dit que la fleur de muguet ornait les portes du paradis lors de la création du monde. Ses clochettes tintaient chaque fois qu'un brave homme passait.



C'est mon petit bouquet de fleurs
Mon petit muguet, mon porte bonheur
Je l'ai cueilli pour la vie entière
Et je veux le porter à ma boutonnière.
Mon joli petit bouquet
Avec des yeux comme deux grands bleuets
Ce petit nom lui va comme un gant
Car en le regardant je crois au printemps

G. Guétary

ACTIVITE PHYSIQUE

Jeu de quilles

Et pourquoi n'irions nous pas au jardin pour une partie de quilles ? Le soleil brille et les oiseaux seront heureux de chanter pour nous encourager.



ACTIVITE PHYSIQUE

Jeu de quilles



Rappelez-vous :

Le sport est bon pour la santé!!

Certains sports seraient plus efficaces que d'autres parce qu'ils sont à caractère social et induisent de ce fait un échange, une interaction entre, au moins deux personnes.

En fait, ce n'est pas uniquement le caractère collectif du sport qui importe mais bien le fait de vivre un moment, une expérience avec une autre personne voire plusieurs.

L'activité physique prévient l'état de fragilité. Elle permet de conserver une bonne motricité, et par conséquent, de préserver l'autonomie de la personne âgée. L'activité physique ralentit également les effets du vieillissement sur les muscles et renforce les capacités cardiaques et respiratoires.

ACTIVITE PHYSIQUE

Jeu de quilles

Et après l'effort, le réconfort... parce que cela est aussi nécessaire!!



ACTIVITE PHYSIQUE

Gymnastique

Autres types d'exercices...



ACTIVITE PHYSIQUE

Gymnastique



Du côté du PASA

ACTIVITE PHYSIQUE

Gymnastique



Visite de la ferme buissonnière

Pour le plus grand plaisir de tous, Jacky de la ferme buissonnière, est arrivée en grande pompe avec son petit âne de Provence...

L'âne de Provence est une race originaire du Sud-est de la France.

C'est un âne de petite taille, robuste et rustique, qui est caractérisé par sa robe grise pourvue d'une bande cruciale dite « Croix de Saint André ».



Visite de la ferme buissonnière



Visite de la ferme buissonnière





Atelier Saveur & Réminiscence

Dans le cadre des journées portes ouvertes du 20 mai 2022, nous avons proposé à nos résidents de confectionner 2 gâteaux qui seront ensuite offerts à la dégustation lors de l'apéritif en fin de journée.

Pour cette occasion, nous prenons le temps d'une réflexion et d'un travail de mémoire concernant les ingrédients, les ustensiles nécessaires et surtout, nous essayons d'activer notre mémoire des souvenirs : les gâteaux de nos grands-mères, ceux que vous réalisiez pour vos enfants ou petits-enfants... Quels beaux souvenirs !

Gâteau N° 1 :

CLAFOUTIS AUX CERISES

40 g de beurre
20 cl de lait
100 g de farine
60 g de sucre en poudre
1 pincée de sel
1 sachet sucre vanillé
600 g de cerise
4 œufs





Atelier Saveur & Réminiscence





Atelier Saveur & Réminiscence

Gâteau N° 2 :

GÂTEAU AU YAHOURT

Léger et moelleux, le gâteau au yaourt est un classique de la pâtisserie. Il se prépare en deux coups de cuillère à pot de yaourt et avec peu d'ingrédients.

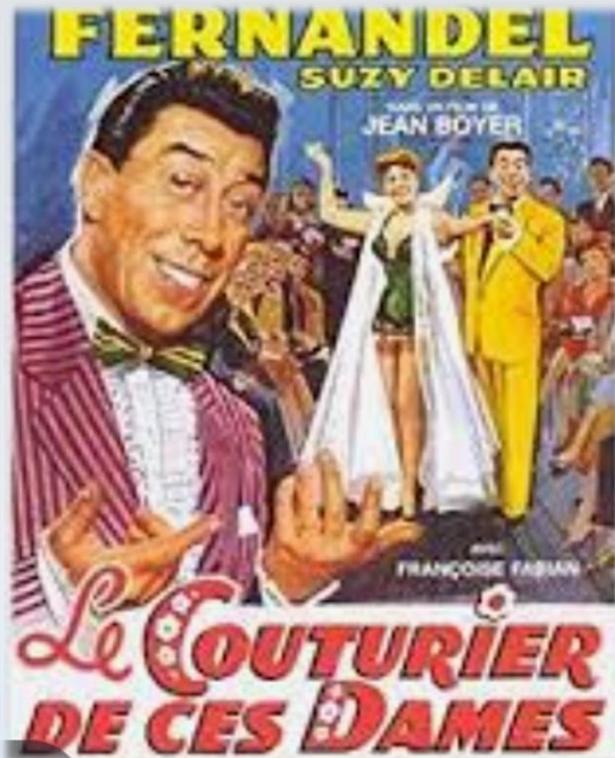
- 1 pot de yaourt nature
- 2 pots de sucre
- 3 pots de farine
- ½ pot d'huile
- 3 œufs
- 1 sachet de sucre vanillé
- ½ sachet de levure chimique
- 1 pincée de sel
- Parfum au choix, pour nous ce sera fleur d'oranger



Cinéma du mois...

Souvenez-vous...

1956



Film de Jean Boyer
avec Fernandel



Simple coupeur chez un tailleur, Fernand Vignard accède à son rêve de tenir sa propre maison grâce à un héritage.

Mais les mannequins sont bien jolies et Mme Vignard n'est pas commode...

Atelier graphismes



Objectifs : Développement de l'activité perceptive, motricité fine, organisations spatiales...

Sortie dans le centre ville



En
Provence, il
fait bon se
rafraîchir à
l'ombre des
platanes...



