Le Journal
des Résidences et du Domicile

Les Aigueillères
La Cyprière
La Martégale
Nouvéo

N°71
OCTOBRE

ACTUALITÉS
Nouvéo :
Au plus proche de vous
Résidences :
La semaine Bleue
p.4-5

DOSSIER DES RÉSIDENTS
p.6-7

VIVRE SENIOR
Gérer la perte d'appétit
p.8

ZOOM SUR
Questionnaire
de satisfaction
p.11

GROUPE E4

Ours

Édition :
Groupe E4

Rédaction :
Groupe E4 - DP News

Adresse :
Groupe E4
18 chemin de la Plaine
34990 Juvignac

Ce journal est imprimé dans le respect de l'environnement

Octobre fête les anciens !

Chères lectrices, chers lecteurs,

Octobre, un mois pour vous ! Et ça démarre fort puisque dès le samedi 1er, c'est la fête des personnes âgées.

Et ça ne s'arrête pas là... Le dimanche 2 octobre, tous les "Grand'Pa", "Papé", "Papi", "Papounet" et même les "Papy Lou" seront à l'honneur avec la fête des grands pères.

Après ce premier week-end bien chargé, ceux qui pensaient pouvoir souffler un peu vont avoir une belle surprise. Du 3 au 9 octobre, ce sera la "semaine bleue". Une semaine qui, en France depuis 1951, met à l'honneur les retraités et les personnes âgées.

Donc pour ce mois d'octobre qui sera certainement bien chargé, tous à vos agendas et surveillez bien l'affichage de vos Résidences.

Bonne lecture à toutes et à tous et... Bonnes fêtes !!

Sommaire

Retrouvez votre journal et les actualités de votre Résidence sur votre site internet : **www.maison-retraite-montpellier.com**

Actualités
- De Nouvéo
- Des Résidences

p.4-5

Jeux
- Jeux
- Résultats du mois précédent

p.9-10

Le Dossier des Résidents
- Résidence Les Aigueillères
- Résidence La Cyprière
- Résidence La Martégale

p.6-7

Zoom sur
- Questionnaire de satisfaction

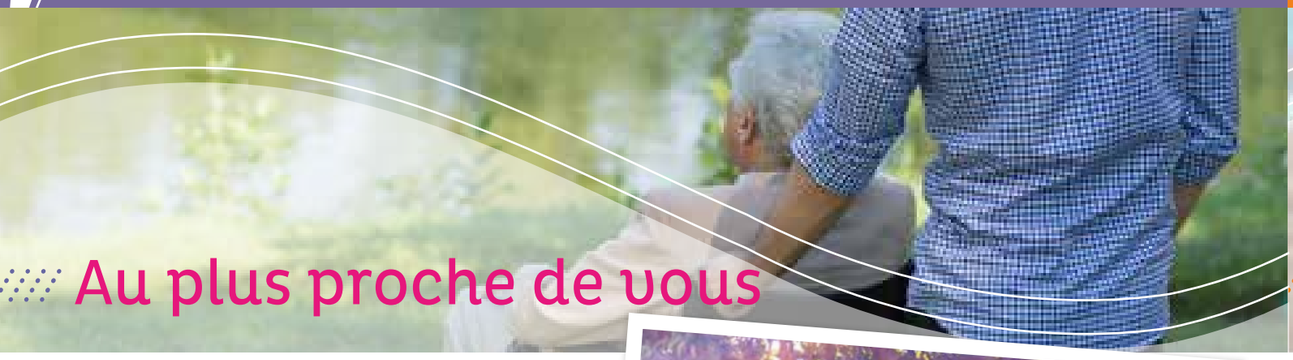
p.11

Vivre sénior
- Gérer la perte d'appétit ?
- Vu d'ailleurs

p.8

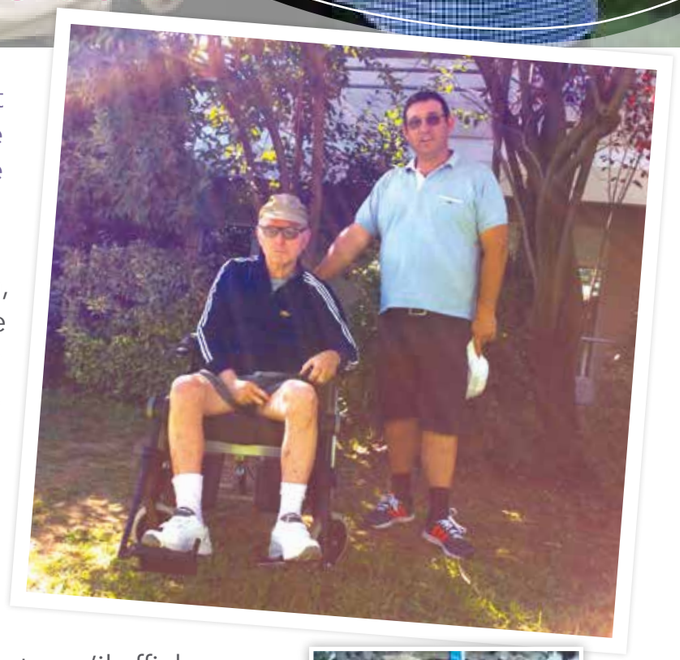
Contacts

p.12



Au plus proche de vous

Nouvéo met en avant ce mois-ci, son service d'accompagnement lors de sortie.



Tous les mercredis, Cédric Flandin, assistant de vie Nouvéo, retrouve Michel Solignac, résident de la Cyprière, pour une sortie de 3h. Cette semaine direction la plage !

Et les destinations sont variées : musée, aquarium, odysseum… Ce moment de vie permet de changer le quotidien et de mettre en place un véritable accompagnement. Régulièrement, Cédric prend une photo qu'il affiche pour mettre en valeur ses souvenirs.

Avec l'aide de l'infirmière référente, Cédric Flandin et Michel Solignac prévoient leur planning chaque mois.

L'expérience de Cédric et la régularité des rencontres permettent de créer une relation stable et surtout un rendez-vous attendu.

Alors n'hésitez pas à vous rapprocher de Nouvéo si vous souhaitez nos services d'accompagnement pour des sorties.

« Ça fait du bien, c'est un bon copain ».

Michel Solignac

> www.nouveo-services.com

La semaine bleue

***Du 3 au 9 octobre, c'est la semaine Bleue**. Nous vous l'annonçions dans l'édito, ce mois d'octobre débute de la plus belle des manières, par l'annuelle "Semaine Bleue", qui met à l'honneur tous nos anciens...*

La semaine Bleue, qu'est-ce que c'est ?

Ces 7 jours constituent un moment privilégié pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des retraités à la vie économique, sociale et culturelle, sur les préoccupations et difficultés rencontrées par les personnes âgées, sur les réalisations et projets des associations.

Cet événement est l'occasion pour les acteurs qui travaillent régulièrement auprès des aînés, d'organiser tout au long de la semaine des animations qui permettent de créer des liens entre générations.

Partout en France, des manifestations locales sont organisées pour illustrer le thème retenu. Et chaque année, un concours prime les meilleures initiatives !

À TOUT ÂGE : FAIRE SOCIÉTÉ

Pour connaitre toutes les manifestations organisées, demandez toutes les informations au secrétariat de vos Résidences ou sur : www.semaine-bleue.org

Près de vos Résidences cette année :

À Juvignac : Exposition de voitures anciennes sur le parvis de l'hôtel de ville à 14h00.

À Saint Gély du Fesc : Conférence ARCOPRED 'Voyage et santé'

À Claret : Visite de la halle au verre et Journées intergénérationnelles

Aigueillères

Les sorties

Les sorties en général, permettent aux résidents de changer de cadre, de rompre avec leurs habitudes, de découvrir des lieux et de faire des rencontres. Elles sont souvent synonymes de détente et d'évasion malgré quelques appréhensions à sortir de son petit univers sécurisé pour les résidents.

Certaines sorties, rappellent de bons moments passés en famille, des souvenirs de jeunesse et la mémoire est stimulée par les sens en éveil.

C'est le cas de notre sortie annuelle à la plage, dans une paillotte des bords de mer de Palavas, qui nous reçoit chaque année avec beaucoup d'attention et de sympathie. Les résidents se sont inscrits nombreux car cette sortie leur plait beaucoup et ce fut un bel après-midi de détente et de plaisir pour nos résidents, les familles et le personnel présent.

Cyprière

Journée Citoyenne

Tous les ans une journée citoyenne pour le développement durable est organisée à la Cyprière. Cette année encore les enfants du Centre de loisirs de Juvignac sont venus participer à cette journée avec nos résidents.

L'objectif étant de sensibiliser sur l'importance du développement durable tout en s'amusant autour d'une activité de récupération créative.

Le maitre mot de l'après-midi était « rien ne se perd tout se recycle »

Les binômes ont fabriqué des petits personnages avec du matériel de récupération et les plus belles créations ont été récompensées par un goûter et de jolies médailles.

Magdeleine Salager

« J'ai pris plaisir à faire cette activité et la petite fille avec qui j'ai passé l'après-midi m'appelle depuis tous les soirs et veut venir me rendre visite. Cela me comble de joie. »

Marcelle Fontelle

« À refaire. C'était une très bonne idée. »

Hélène Lucas

« Belle entente avec les enfants, ils étaient formidables. »

Wladys Maciszewski

« J'étais contente de partager avec les enfants. »

Martégale

La zoothérapie

Chaque vendredi matin Caroline viens nous rendre visite avec ses chiens, lapins ou perruches pour le plus grand bonheur des résidents. La médiation animale fait de plus en plus partie des projets individuels des résidents et des projets des établissements.

La médiation par l'animal se pratique à l'aide d'un animal familier, consciencieusement sélectionné et éduqué, sous la responsabilité d'un professionnel du secteur social, paramédical ou médical.

Le but est de favoriser des réactions visant à maintenir ou à améliorer le potentiel cognitif, physique ou social des résidents.

« J'adore les animaux, ils sont tellement sincères ... »

Gérer la perte d'appétit

Dr Gabet

La dénutrition touche nombre de personnes âgées. Le vieillissement et ses effets sur la santé sont en cause, mais il est possible de la prévenir avec des gestes simples.

Comment expliquer la perte d'appétit ?

La perte d'appétit est un symptôme fréquent chez les seniors. Le fonctionnement de l'organisme a tendance à se ralentir, la digestion se fait plus lentement, la transformation et l'utilisation des aliments également.

Quelles solutions pour stimuler l'appétit

Des protéines sous différentes formes

L'envie de viande rouge diminue souvent avec l'âge.
Pour pallier à ce manque, il faut trouver les protéines ailleurs : la viande blanche, le poisson, les légumineuses ou les œufs.

L'importance du goût sucré

Comme le nombre de papilles gustatives diminue avec l'âge, l'attirance pour le sucré augmente pour mieux percevoir le goût. *Incorporez une note sucrée à des éléments riches en calcium ou en fibres et vitamines.*

Epicez vos plats

La perception du goût change avec l'âge, mais pour continuer à être en forme, il est essentiel de manger équilibré. Les épices sont de véritables alliés en cuisine pouvant redonner plaisir à la dégustation.

Hygiène dentaire

L'appétit va avec la capacité à saliver qui, elle, diminue avec le temps. Stimulez le mécanisme, mâchez un chewing-gum (sans sucre) et buvez souvent de l'eau, des tisanes... *Veillez au bon état de la denture en allant chez le dentiste.*

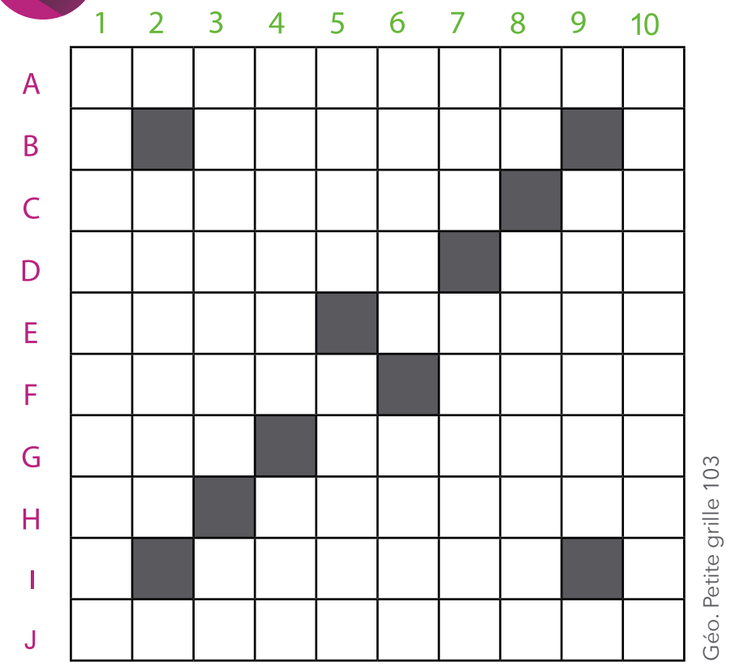
Vu d'ailleurs

Deshun Wang, mannequin chinois de 80 ans !

Deshun Wang a commencé une carrière d'acteur sur le tard, à l'âge de 44 ans. Il a appris l'anglais par la même occasion. C'est à l'âge de 50 ans qu'il a commencé à faire du sport afin de remodeler son corps. A 65 ans, il a appris à monter à cheval. A 70 ans, il s'est mis à faire du body-building… Et maintenant, il défile sur les podiums…

Sources et crédit : www.senioractu.com

Mots croisés



Géo. Petite grille 103

Horizontal

A. Impétueux
B. Hydroxyde basique
C. Formule / Petit bout d'homme
D. Vieux démonstratif / Sorte de pingouin
E. Petit perroquet / Crème
F. Sorties / Grande salle
G. Se dit avec raison / Petite machine-outil
H. Ignore la brusquerie / Marqué
I. Un vrai fonceur
J. Mine

Vertical

1. Réside chez lui
2. Entailler
3. Héroïne romaine / Occupe la une
4. Originaire / On vous y mène en bateau
5. Signe d'intelligence / Horreur
6. Travaillai la feuille de tabac / Moudre
7. Esquinté / Grands monastères orthodoxes
8. Colonne de feu / Perçois
9. Étendue d'eau
10. Dans une adresse.

Énigmes

Boîteux, de Barbarie.
Enchaîné le mercredi.
C'est aussi une tasse à bec, pour faire boire les malades.

Qui est-il ?

A votre seuil elle est souvent.
Son coup fatigue promptement.
Son code est assez répandu.
Nombreux y sont venus.

Qui est-elle ?

Cette "tricherie" est tolérée,
Au départ d'une course cycliste.
Canne, elle est en toile et repliable.

Qui est-il ?

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A	V	E	R	B	A	L	I	S	E	E
B	I		A	L	C	A	L	I		S
C	V	E	D	E	T	T	E		J	T
D	I	M	I	T	A	I		S	A	I
E	F	I	N	S		F	A	T	U	M
F	I	L	E	A	L		M	A	N	A
G	A	I	S		A	C	O	N	I	T
H	N	E		A	M	O	R	C	E	E
I	T		B	L	E	U	T	E		U
J	E	X	P	E	R	T	I	S	E	R

Géo. Petite grille 101

Énigmes

Énigme 1 : Le trou.
Énigme 2 : L'étoile.
Énigme 3 : Le bac.

Nous vous remercions par avance de votre implication

Questionnaire de satisfaction

Dans un souci permanent d'amélioration de la qualité et afin de mieux répondre à vos attentes, chaque établissement met en place, comme tous les ans, un questionnaire de satisfaction durant tout le mois d'octobre.

Ce questionnaire porte sur le cadre de vie, la restauration, la vie sociale, le personnel et votre séjour à la Résidence. Vous pourrez ainsi nous faire part de vos ressentis.

En plus d'une version papier, chaque établissement met à votre disposition des ordinateurs pour que vous puissiez répondre facilement.
Un e-mail d'information, avec le lien du questionnaire, sera envoyé aux familles des résidents. N'hésitez pas à demander de l'aide auprès du personnel.

Les Aigueillères Résidence

La Cyprière Résidence

Cette enquête est essentielle pour assurer quotidiennement une qualité de service. Nous plaçons vos ressentis au cœur de notre service. Ainsi notre savoir-faire et notre personnel ne cessent de s'améliorer pour mieux répondre à vos besoins.

La Martégale Résidence

Contacts

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse suivante :

contact@groupe-e4.com

Visitez nos sites Internet :

www.maison-retraite-montpellier.com
www.nouveo-services.com
www.nouveo-homeservices.com

Montferrier-sur-Lez

Résidence Les Aigueillères – Maison de retraite Médicalisée

192, chemin des Aigueillères
34980 Montferrier-sur-Lez
Tél. 04 67 55 16 50 - Fax 04 67 55 16 59
aigueilleres@maison-retraite-montpellier.com

Les Aigueillères Résidence

Juvignac

Résidence La Cyprière – Maison de retraite Médicalisée

14, chemin de la Plaine
34990 Juvignac
Tél. 04 67 10 41 50 - Fax 04 67 10 41 59
cypriere@maison-retraite-montpellier.com

La Cyprière Résidence

Pérols

Résidence La Martégale – Maison de retraite Médicalisée

129, allée Jacques Brel
34470 Pérols
Tél. 04 99 53 22 70 - Fax 04 99 53 22 79
martegale@maison-retraite-montpellier.com

La Martégale Résidence

nouvéo Services à la personne

Nouvéo – Services à la personne

Métropole de Montpellier
18, chemin de la Plaine
34990 Juvignac

Tél. 04 99 77 29 14

Sète - Basin de Thau
Nouvéo - Société ABCD
Sise 6, Quai de la république
34200 Sète
contact@nouveo-services.com

nouveo Services à la personne

Nouvéo – Home services

Métropole de Montpellier
18, chemin de la Plaine
34990 Juvignac

Tél. 04 99 77 29 14

Sète - Basin de Thau
Nouvéo - Société ABCD
Sise 6, Quai de la république
34200 Sète
contact@nouveo-services.com