

Les Aigueillères – La Cyprière – La Martégale – L'Ensoleillade – Nouvéo



ACTUALITÉS

De Nouvéo :

De la couleur pour réchauffer les cœurs !

Des Résidences :

Joyeuses fêtes de fin d'année
p. 4-5

PAROLE AUX RÉSIDENTS

p. 6-9

VIVRE SENIOR

La presbyacousie
p. 10



ZOOM SUR

Histoire de Noël
p. 13

Nos Résidences en images





Chères lectrices, chers lecteurs,

En décembre, les célébrations sont nombreuses. Le mois commence avec la journée internationale de la générosité, ce qui en dit long pour la suite. Le 8 décembre, la journée mondiale du chant choral sera l'occasion d'entonner nos airs préférés à tue-tête.

Le solstice du 21 décembre ne marque pas seulement le début de l'hiver. C'est aussi la date à laquelle les jours rallongent et où la lumière gagne du terrain face aux ténèbres.

Ce sera ensuite l'heure des fêtes de fin d'année que nous attendons tous avec impatience. Comme chaque année, les animations seront nombreuses et nous aurons maintes occasions de nous retrouver, sourire et partager notre bonne humeur.

Bonne lecture à toutes et à tous !

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. 11-12

Parole aux Résidents

- Résidence Les Aigueillères
- Résidence La Cyprière
- Résidence La Martégale
- Résidence L'Ensoleillade

p. 6-9

Zoom sur

- Histoire de Noël

p. 13

Tour d'horizon

p. 14

Vivre sénior

- La presbycousie

p. 10

Contacts

p. 15-16

De la couleur pour réchauffer les cœurs !

Mme Mignon intervient depuis un an chez Mme Marin. Ensemble, elles ont créé des liens au travers de petits plaisirs quotidiens.

Créations personnelles, dessins, puzzles, peintures, pâtisseries sont autant d'activités manuelles qu'elles réalisent ensemble. Généralement, Mme Marin choisi son modèle et son thème avec l'aide de Mme Mignon. Puis, en fonction des outils à disposition, elle crée une représentation personnalisée.



De jolies créations qui ont de
« réels bienfaits sur Mme Marin et lui donnent chaque jour un peu plus l'envie de se dépasser »

souligne Mme Mignon, qui attache une grande importance à choisir sans cesse de nouvelles activités diverses et variées.



« Bientôt nous pourrons faire une exposition »

constatent avec plaisir
 Mme Mignon
 et Mme Marin !





Joyeuses fêtes de fin d'année

La Cyprière

Ce mois-ci, nous avons accueilli Pascal et Vincent.

Pascal et Vincent encadrent les visites familles et s'occupent d'accompagner vos proches et de rendre ce moment agréable ! Pascal passe également des temps individuels avec certains résidents, pour partager un moment de jeu, de balade ou de discussion.

L'équipe du Service Evangélique des Malades se réunit tous les premiers vendredis du mois pour dédier une messe aux résidents. Un grand merci à eux pour cette belle initiative.

Les visites des familles ont lieu du lundi au samedi avec des créneaux horaires de 13h15 à 18h30.

Les Aigueillères

Avec le mois de décembre, nous pensons tout de suite aux fêtes de fin d'année ! Alors, ne nous laissons pas abattre par l'actualité sanitaire et mettons-nous au travail sur la thématique de Noël : activités autour des décorations de Noël, chants traditionnels et pâtisserie avec les petits sablés alsaciens...

Un grand besoin pour tous de nous mettre dans une ambiance chaleureuse et festive et de partager des moments de convivialité en faisant du lien avec ceux qui nous entourent.

L'Ensoleillade

Lamine, en stage à l'Ensoleillade depuis le mois de mai, prendra officiellement ses fonctions d'animateur au mois de décembre.

Nous lui souhaitons la bienvenue.

Sa bonne humeur, sa nature joviale et ses compétences d'animateur et de travailleur social auront raison de la morosité ambiante, nous en sommes certains !

Rien ne peut entamer son moral ! Dans ces circonstances, il poursuit sa mission d'animateur en prolongeant une initiative de projet interculturel mis en place l'an passé. Ce sont des dessins d'enfants et des lettres de nos aînés qui s'échangent et entretiennent le moral des troupes !

La Martégale

Ce mois de décembre va être plein de moments festifs pour les résidents. La décoration de notre sapin se déroulera le 7 décembre. Le 14 décembre est prévu le goûter festif de Noël, le 21 décembre, il y aura une représentation de la chanteuse Cécile BIDI suivie par la distribution des cadeaux aux résidents.

La Cyprière

L'ATELIER CUISINE

Chaque mardi les résidents de l'Atelier participent à un atelier de cuisine adapté avec Sophie (ergothérapeute) et Sarah (psychomotricienne).

Ils peuvent ainsi tous ensemble concocter un délicieux gâteau en suivant la recette de façon commune. C'est l'occasion pour chacun de mettre la main à la pâte. Chacun fait selon son envie pour préparer la liste des ingrédients, les peser, les mélanger et enfin faire cuire le gâteau. L'odeur est vraiment alléchante et les résidents ont hâte de le déguster au goûter ! On peut compter sur le coup de main de ces messieurs pour nous aider à bien mélanger la pâte.

Mme B.

« Il est nécessaire de suivre la recette avec attention »

M. A.

« Je suis ravi de participer à l'atelier et d'aider »

Les Aigueillères



UNE MAILLE À L'ENDROIT, UNE MAILLE À L'ENVERS...

Depuis la mi-octobre, nous avons commencé à tricoter et à mettre en forme les pelotes de laine que l'on avait dans nos paniers... avec comme objectif, d'habiller les murs de la résidence. L'idée est de créer des patchworks en laine, comme des couvertures, que l'on fixera dans la résidence ou même à l'extérieur ! Nous avons constitué un bon petit groupe de dames qui tricotent régulièrement des petits carrés de laine pour arriver au bout de ce beau projet !



Mme C. :

« J'ai longtemps tricoté pour mes filles et je prends toujours beaucoup de plaisir à faire du tricot ! »

Mme M. :

« J'aime tricoter et c'est agréable ces moments que l'on passe ensemble à tricoter. »

Mme N. :

« Ça me fait plaisir de tricoter avec les dames ! »





La Martégale

ATELIER PÂTISSERIE

Une heureuse initiative de l'équipe d'animation et notamment d'Anne-Sophie notre psychologue :

« Réunir des résidents, des dames surtout, mais pas seulement, pour un atelier pâtisserie. »

Il s'agissait de préparer des sablés pour le goûter. Farine, lait, œufs, sucre composaient la base de la pâte. La recette comportait de l'anis mais celui-ci nous manquait ; à la place nous avons parfumé une partie à la vanille et l'autre à la fleur d'oranger.

Ne croyez pas que ce fut une partie de plaisir ! Les deux boules de pâte résistèrent avant de s'attendrir sous des doigts robustes ! Mais sans un peu de peine, il n'est point de plaisir.

En divisant les deux boules, on obtint une abondance de petits sablés, lesquels, cuits au four, agrémentèrent le goûter.

Après ce succès, nous sommes bien décidés à continuer. Le jeudi suivant nous avons préparé 8 cakes au chocolat (selon une recette grecque). Et ce n'est que le début !

Mme J.

« C'était très bien ! Je pourrais y retourner cette semaine ? »

Mme F.

« C'était super, ça m'a vraiment plu ! »

L'Ensoleillade



DES PHOTOS POUR GARDER LE MORAL !

Parce que maintenir le lien entre les résidents et leur famille est primordial, une nouvelle initiative a vu le jour :

La réalisation d'un diaporama !

Dans le respect des règles sanitaires, un micro reportage sur les résidents a été réalisé à destination des familles. Une photo s'accompagnant de quelques lignes permet de voir un portrait d'un résident et offre une fenêtre de visibilité pour les proches.

Cela donne à nouveau l'occasion d'échanger, d'évoquer des souvenirs, de se faire beau et de sourire devant l'objectif ! Et c'est le nerf de la guerre, ne pas perdre le moral et mieux, le retrouver, pour entretenir ses défenses immunitaires !

M. R.

« Quand est ce qu'on pourra organiser une sortie au port ! »

Mme A.

« J'ai plein d'idées pour décorer le sapin de Noël cette année ! »

Mme S.

« Si le père Noël existait, je lui commanderais un vaccin contre ce maudit virus ! »

Mme P.

« Cela fait longtemps que l'on m'a pas tiré le portrait ! »

La presbyacousie

Définition :

C'est une baisse progressive de l'audition liée au vieillissement de l'oreille interne. C'est une surdité de perception bilatérale qui prédomine sur les fréquences aiguës. Elle concerne environ 30% des personnes de plus de 75 ans.

Repérage des troubles de l'audition :

La personne âgée est gênée en cas de bruit ambiant ou lors d'une conversation à plusieurs. Elle se plaint qu'on ne lui parle pas assez fort ou bien que l'on n'articule pas. Elle a tendance à parler plus fort et à augmenter le son de la télévision ou de la radio.

Prise en charge médicale adaptée :

- Le médecin traitant doit d'abord s'assurer de l'absence de bouchon de cérumen
- Puis consultation spécialisée avec un ORL pour préciser la cause de la surdité et apprécier le retentissement.

Traitement :

L'appareillage auditif

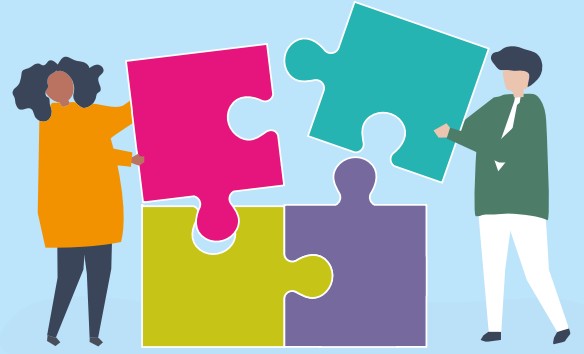
Objectifs de la prise en charge :

Afin de conserver une bonne qualité de vie, ne pas s'isoler et pouvoir communiquer normalement, la personne âgée doit pouvoir entendre une conversation normale, y compris au téléphone, ainsi que la télévision, et pouvoir participer à des activités de groupe.

Règles hygiéno-diététiques à suivre :

- contrôles réguliers de l'absence de bouchon de cérumen
- éviter les prises de médicaments oto-toxiques et sédatifs
- éviter les traumatismes sonores
- entretenir régulièrement les appareils auditifs et les utiliser quotidiennement
- pour l'entourage proche de la personne âgée malentendante, pour lui parler, se placer devant la personne, parler à voix normale, sans crier et en attirant son attention
- si besoin est, des accessoires adaptés peuvent être utilisés, comme par exemple :
 - un téléphone équipé d'un amplificateur plus puissant
 - un casque de télévision sans fil
 - un réveil muni d'un coussinet vibrant

Les jeux du mois !



Sudoku

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

Grille n°1060



Énigmes

Il peut être aussi bien lourd que léger, quand il est utilisé pour construire. Si en défense il peut être joué, c'est aussi un argument difficile à détruire.

Qui est-il ?

C'est un plat consistant. Elle s'oppose au courant. Sans véhicule est ce conducteur. Elle produit de la chaleur.

Qui est-elle ?

Parfois blanche ou bleue, souvent noire. On est discret lorsqu'on y rit. Elle s'apparente souvent à l'ennui, pas sûr qu'elle aime les rasoirs.

Qui est-il ?

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

Grille n°1024

Sudoku



Énigmes

Énigme 1 : le bal

Énigme 2 : la roulette

Énigme 3 : le cafard



Histoire de Noël : de l'antiquité à nos jours !



La tradition veut que l'on célèbre la naissance de l'enfant Jésus le 25 décembre. Pourtant le Noël que l'on connaît est un amalgame de fêtes païennes et d'aubaine commerciale.



Durant l'antiquité, les Romains célébraient les saturnales, une fête païenne associée au solstice d'hiver. Ils organisaient des repas, échangeaient des cadeaux et plaçaient des plantes vertes dans les maisons, notamment du houx, du gui. Les chrétiens, encore très minoritaires, en profitaient pour célébrer la nativité, en toute discrétion.

Depuis le Moyen Âge, une autre célébration se déroulait en décembre : celle de Saint-Nicolas, présenté comme le protecteur des tout-petits après avoir ressuscité trois enfants découpés par un horrible boucher. En son honneur, le 6 décembre, les enfants sont gâtés par une représentation du saint homme, vêtu d'un manteau vert et arborant une longue barbe blanche !

En 1931, Coca-Cola utilisa l'image du père Noël pour promouvoir sa boisson. Tant et si bien que beaucoup pensent que c'est la marque américaine qui, avec un savant mélange dont elle a le secret, aurait inventé le père Noël. Les historiens sont formels, ceci est une légende : le barbu au manteau rouge existait depuis la renaissance, dans certaines régions du nord de l'Europe.

Il faut cependant reconnaître que, pour les Français, la tradition du père Noël a bien été imposée par une démarche mercantile venue d'outre Atlantique.





LES RECORDS DU MONDE DE NOËL !

Partout dans le monde, Noël se célèbre avec enthousiasme.

C'est l'occasion pour certains de battre des records.

Depuis 2010, **le sapin de Noël le plus cher du monde** trône chaque année dans le hall d'un hôtel de luxe d'Abu Dhabi. L'arbre de 13 mètres de haut est décoré de 118 pièces de diamants, de perles, d'émeraudes et de saphir, pour une valeur de près de 10 millions d'euros.

Le plus grand sapin de Noël du monde se trouve dans la ville de Gubio, en Italie. Il s'agit en réalité d'une installation de lumières à flanc de montagne qui prend la forme d'un sapin. L'œuvre mesure 650 mètres de haut et 350 mètres de large.

Pour les fêtes, les voisins rivalisent pour que leur maison soit la plus lumineuse. En Australie, un homme a battu tous les records : il a recouvert sa maison de 502 165 lumières. Soit plus de 48 kilomètres de câbles électriques.

Qui dit mieux ?

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





nouvéo
Services à la personne

AIDE À LA PERSONNE

Métropole de Montpellier

18, chemin de la Plaine
34990 Juvignac

Sète - Bassin de Thau

Sise 6, Quai de la république
34200 Sète

Palavas-les-Flots

1 avenue de l'Abbé Brocardi
34250 Palavas-les-Flots

Villeneuve-lès-Maguelone

3 Allée du Collège,
Centre médical des Salins
34750 Villeneuve-lès-Maguelone

Tél. 04 99 77 29 14

contact@nouveo-services.com

Notre site Internet :

www.nouveo-services.com

nouveo
Services à la personne

HOME SERVICES

Métropole de Montpellier

18, chemin de la Plaine
34990 Juvignac

Sète - Bassin de Thau

Sise 6, Quai de la république
34200 Sète

Villeneuve-lès-Maguelone

3 Allée du Collège,
Centre médical des Salins
34750 Villeneuve-lès-Maguelone

Tél. 04 99 77 29 14

contact@nouveo-services.com

Notre site Internet :

www.nouveo-homeservices.com



Contacts

Les Aigueillères

Résidence

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



La Cyprière

Résidence

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 Martégale

Résidence

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



L'Ensoleillade

Résidence

Maison de retraite Médicalisée

Avenue de l'Agau

34970 **Lattes**

Tél. 04 67 64 00 64

Fax 04 67 22 23 15

ensoleillade@maison-retraite-montpellier.com