

# Le Journal des Résidences et du Domicile



Les Aigueillères  
La Cyprière  
La Martégale  
Nouvéo

N°85  
JANVIER 2018



**ACTUALITÉS**  
Nouvéo : Pour un  
accompagnement  
sur mesure  
Résidences :  
Place à 2018 !  
p.4-5

**DOSSIER DES RÉSIDENTS**  
p.6-7

**VIVRE SENIOR**  
La santé bucco-dentaire  
de la personne âgée  
p.8

**ZOOM SUR**  
Charte Entreprise  
& Quartiers  
p.11



# 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*





## Le commencement d'une belle année !

Chères lectrices, chers lecteurs,

Les fêtes se sont achevées et nous espérons que vous les avez appréciées.

Place à janvier, le mois gourmand ! Le 6 janvier, nous dégusterons une délicieuse galette des rois à l'occasion de l'Épiphanie. Et puis, nous voyagerons jusqu'en Asie pour fêter le nouvel an chinois le 16 janvier. Mais janvier, c'est aussi un mois de tendresse et surtout le 21, avec la journée des câlins... Attention tout de même à ne pas oublier de faire notre devoir : le recensement.

Un programme tout en saveurs et en douceurs pour ce début d'année.

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](http://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

- Charte Entreprise & Quartiers

p.11

### Vivre sénior

- La santé bucco-dentaire de la personne âgée
- Vu d'ailleurs

p.8

### Contacts

p.12

## Pour un accompagnement sur mesure



**Nelly Deleuze, assistante de vie à Nouvéo, intervient individuellement auprès de 3 résidentes à la résidence les Aiguellières, Liliane CUEHLES, Madeleine SIMON et Marcelle RENE.** Passionnée de musique, elle partage sa passion avec chaque résidente en jouant de la flûte ou du violon pendant ses interventions.

**Pour Nelly,** la musique est un moyen de capter l'attention et de créer une proximité avec le résident. « La musique permet de faire surgir des émotions, des sourires. Il y a des échanges de regards intenses. Ces animations musicales sont des moments de communion très riches ».

**Intervenant 2 à 3 fois par semaine,** Nelly a su créer un moment attendu. Toujours heureuse de les retrouver, elle a mis en place un contact simple et reste à l'écoute de leurs souhaits. Elle joue selon leur envie.

**Pour faire travailler leur mémoire,** la résidente a pour mission de retrouver les titres joués, battre la mesure ou encore chanter. Nelly s'adapte aux difficultés de chacune.



Place à 2018 !

### *La Martégale*

**Le 27 janvier**, votre résidence va vibrer au rythme des chansons de Marcel Muller. Ex-bassiste de jazz, ce chanteur à la voix de crooner se saisit du répertoire populaire des années 30. Plaisir garanti !  
Chaque dimanche, la ville vous convie à un loto organisé par les associations Péroliennes. RDV à 16h à la salle Yves Abric.



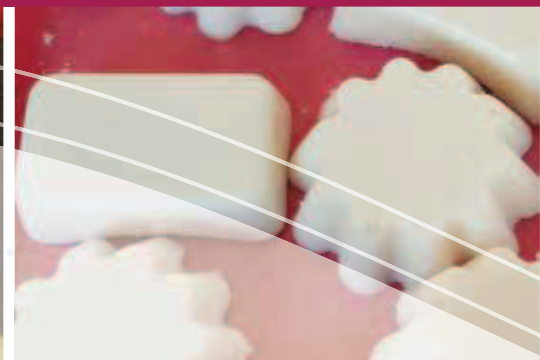
### *La Cyprière*

**Le 11 janvier**, ce sera dégustation de galette des rois pour fêter l'épiphanie comme il se doit !  
A Juvignac, le recensement démarre dès le **18 janvier**. Cette année, l'enjeu est de taille : la ville va-t-elle passer le cap des 10 000 habitants ?



### *Les Aigueillères*

On fêtera l'Épiphanie **le 5 janvier** aux Aigueillères !  
Au programme : loto et galette des rois pour le goûter.  
**Le 11 janvier**, galettes et chants seront prévus à l'occasion des vœux de la municipalité.



## Aigueillères

### Spectacles de Noël

**C**haque année pour la période de fin d'année, nous essayons d'offrir aux résidents, des animations variées et festives qui permettent de recréer une ambiance chaleureuse et familiale à la résidence. Les familles sont invitées à partager nos festivités selon leurs disponibilités.

**C'**est l'occasion de renforcer les liens et les rencontres intergénérationnels, de se réunir autour de leurs parents pour regarder un spectacle, partager un apéritif ou un repas. C'est une période parfois difficile pour les résidents mais les équipes et tout le personnel sont très présents et apportent beaucoup d'attentions et de joie à nos aînés.

*J'ai bien aimé le spectacle avec les clowns et le spectacle avec le chanteur et son copain à la casquette et trompette qui étaient très bien aussi...on a même chanté Coupo Santo.*

**Mr G.P**

*Le spectacle pour les familles était très bien, il y avait un ténor et une crèche vivante avec des résidents, les familles, le personnel et la directrice et en plus quatre de mes huit enfants étaient là avec ma petite fille...*

**Mme V.O**

## Cyprière

### Esprit développement durable

**L**a résidence a mis à l'honneur la journée développement durable. Débutant avec « Primum non nocere », l'agence a mené un atelier de fabrication de produits cosmétiques bios.

**U**n baume hydratant et des savonnettes furent confectionnés par une quinzaine de résidents qui, à l'occasion de cet atelier, échangèrent sur leur manière d'utiliser les produits d'hygiène au quotidien.

**L'**après-midi, l'institut océanographique du Grau-du-Roi nous a rendu visite afin de sensibiliser les salariés et les résidents à la sauvegarde des grands requins, dont le rôle est essentiel au sein des écosystèmes océaniques.



**En** fin, dans l'esprit du développement durable, les anciens réverbères des parkings ont repris vie dans la Cyprière sous forme de bonhommes de neige. Un atelier ludique et plein de rires... qui a permis aux résidents de se remémorer des souvenirs de leur jeunesse.

*C'était une journée très intéressante, le film sur les requins était très instructif.*

**Mme Delattre**

*La journée du développement durable s'est très bien passée et les bonhommes de neige sont très jolis.*

**Mme Solignac**

*J'en applique tous les matins sur mon visage, ça me fait plaisir de pouvoir m'occuper de ma beauté.*

**Mme Laugier**

## Martégale

### Un cirque dans la maison de retraite !

**Le** cirque Piccolino est venu à la Martégale avec ses animaux...

**Ch**aque animal a fait son tour de piste, le lapin nounours angora, le chat que l'on dit indomptable, la chèvre naine, les colombes... Les résidents ont même eu l'honneur de les caresser. Il y a eu également l'équilibriste, sur 6 chaises, les unes sur les autres, ne tenant que sur un seul pied, imperturbable et pleins d'autres tours des plus incroyables !

**Ce** fabuleux spectacle s'est déroulé devant les yeux ébahis des résidents, dans la résidence prenant des allures de chapiteau.

**Mr Malek**

*C'était vraiment bien !*

**Mme Girardey**

*C'était magnifique.*

## La santé bucco-dentaire de la personne âgée

*Non aux idées reçues !*



> perdre ses dents quand on est âgé, c'est normal

**FAUX** On peut vieillir avec ses dents. Avoir une bonne hygiène bucco-dentaire permet de bien vieillir avec ses dents.

> les soins dentaires coûtent chers

**FAUX** La plupart du temps les soins dits de maintenance sont pris en charge par l'assurance maladie. Il est important de faire les soins réguliers, pour éviter des soins prothétiques coûteux.

> s'occuper des dents, ce n'est pas important dans la prise en charge des soins

**FAUX** Cela va entraîner un délabrement de la dentition. Négliger ses dents, c'est négliger son confort et sa qualité de vie et risquer des pathologies plus graves.

> les personnes âgées ont mauvaise haleine

**FAUX** Pour éviter ce phénomène, il suffit de faire un brossage régulier et de consulter un dentiste au moins une fois par an.

**Conséquences du vieillissement sur la santé bucco-dentaire**

**1** La mastication est moins efficace car la force musculaire diminue, entraînant une tendance à la mauvaise haleine et un risque de dénutrition.

**2** Il y a une baisse de la salivation, donc moins de reminéralisation de l'émail des dents et de protections des dents face à la plaque dentaire et aux bactéries.

*Retrouvez la suite de l'article le mois prochain...*

## Vu d'ailleurs

*Robert MARCHAND : une star du cyclisme à plus de 105 ans*

Cela fait 1 an que Robert MARCHAND a réalisé le record du monde de l'heure de cyclisme sur la piste de Saint Quentin en Yvelines. À 105 ans, il concourait dans la catégorie des plus de 100 ans. Depuis, la star française a repris le guidon sur les routes d'Albi cet été, en parcourant plus de 20 km malgré la chaleur. Que nous réserve ce champion pour l'année 2018 ? Ses (nombreux) fans ont hâte de le savoir !







## Mots croisés

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

A										
B										
C										
D										
E										
F										
G										
H										
I										
J										

Tony Darbas. Petite grille 4

### Horizontal .....

- A. Des dangers en 89
- B. Sur soldes, parfois / Dans le yoga
- C. Cartouche / Contre tout
- D. Portent couronnes / Fils de magma
- E. Pensais de bonne qualité / Il renforce
- F. Est exclusif / Canard à lunettes
- G. Abréviation d'armée / Pouvais le faire à vue
- H. Avec sa suite, c'est acquis / Abbaye languedocienne
- I. Feu un poète / Un prénom contre Enigma
- J. Rendent célèbres

### Vertical .....

- 1. Rendent plus clair
- 2. Peut être une référence / Pour bus
- 3. Parfois coloré / Epura
- 4. Déflorée / Affluent de l'Agout
- 5. Donc, respirait / Non-choix, en simple
- 6. Petit bout de potager / Seigneurs
- 7. Fatigua / Rangeai
- 8. Turner / Pour biche
- 9. Pus le faire en écusson / Jean de l'Est
- 10. Fait notable



## Énigmes

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

**Qui est-elle ?**

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

**Qui est-elle ?**

Ne pas en être une n'est pas un signe d'intelligence,  
 Elle a sa vitesse et sa nature,  
 On a parfois besoin des vôtres.

**Qui est-elle ?**

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

Tony Darbas. Petite grille 3

Mots croisés

?!

Énigmes

Énigme 1 : La roue.

Énigme 2 : L'éléphant.

Énigme 3 : L'enseigne.

## Charte Entreprise & Quartiers

Les résidences du Groupe E4 ont signé une convention d'application de la Charte Entreprise & Quartiers avec la Métropole de Montpellier et la préfecture (qui représente l'État) au mois de septembre 2017.

L'association « Face Hérault » qui lutte contre l'exclusion dans la métropole montpelliéraine coordonne ce projet entre les différents signataires de la convention.

**Cette charte met en place** une collaboration entre le monde économique et les acteurs de la politique de la ville. Elle vise à accroître l'implication des entreprises dans le développement économique et social des quartiers prioritaires.

**Les résidences se sont engagées à organiser**, sur l'année 2018, une journée « Diversité » où les salariés seront formés et sensibilisés aux problématiques liées aux discriminations dans le monde du travail.

**Les résidences organiseront également**, lors de cette journée, une visite de leurs établissements pour les demandeurs d'emploi intéressés pour y travailler et résidant dans les quartiers prioritaires.

# Contacts

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

[contact@groupe-e4.com](mailto:contact@groupe-e4.com)



Visitez nos sites Internet :

[www.maison-retraite-montpellier.com](http://www.maison-retraite-montpellier.com)

[www.nouveau-services.com](http://www.nouveau-services.com)

[www.nouveau-homeservices.com](http://www.nouveau-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](mailto: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](mailto: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](mailto: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 - Bassin de Thau**

Nouvéo

Sise 6, Quai de la république

34200 Sète

[contact@nouveau-services.com](mailto:contact@nouveau-services.com)

 nouveau  
Services à la personne

**Nouvéo** - Home services

**Métropole de Montpellier**

18, chemin de la Plaine

34990 Juvignac

Tél. 04 99 77 29 14

**Sète - Bassin de Thau**

Nouvéo

Sise 6, Quai de la république

34200 Sète

[contact@nouveau-services.com](mailto:contact@nouveau-services.com)

# JANVIER

# 2018



<b>Lundi 1</b> <b>JOUR DE L'AN</b> ... <b>Après-midi</b> Animation avec l'équipe	<b>Mardi 2</b> <b>16h00</b> Activités à la Gloriette <b>17h00</b> Quiz en salle d'animation	<b>Mercredi 3</b> <b>11h00</b> Parcours moteur en salle d'animation <b>15h30</b> Relaxation en salle d'animation <b>16h00</b> Gymnastique douce à la Gloriette <b>16h45</b> Jeux en équipe en salle d'animation	<b>Jeudi 4</b> <b>11h00</b> Épluchage collectif des légumes <b>12h00</b> Repas convivial <b>15h30</b> Jeux de stimulation cognitive Gym ludique <b>17h00</b> Écoute vidéos musicales à la Gloriette	<b>Vendredi 5</b> <b>11h00</b> Psychomotricité Gestes du quotidien à la Gloriette Groupe de partage et prières <b>15h30</b> Relaxation en salle d'animation <b>16h45</b> GOÛTER Galette des rois & loto	<b>Samedi 6</b> <b>Après-midi</b> Animation	<b>Dimanche 7</b> <b>ÉPIPHANIE</b> ... <b>11h00</b> Messe télévisée <b>Après-midi</b> Animation avec l'équipe
<b>Lundi 8</b> <b>10h00 et 11h00</b> Psychomotricité et gymnastique douce <b>16h45</b> Lecture à voix haute en salle d'animation	<b>Mardi 9</b> <b>10h30</b> Zoothérapie en salle d'animation <b>16h00</b> Activités à la Gloriette <b>17h00</b> Quiz en salle d'animation	<b>Mercredi 10</b> <b>11h00</b> Parcours moteur en salle d'animation <b>15h15</b> Relaxation en salle d'animation <b>16h00</b> Gymnastique douce à la Gloriette <b>16h45</b> Petit tour sur le Web en salle d'animation	<b>Jeudi 11</b> <b>11h00</b> Épluchage collectif des légumes <b>12h00</b> Repas convivial <b>16h00</b> <b>LES VŒUX DE LA MUNICIPALITÉ</b> Galettes et chants en salle de restauration	<b>Vendredi 12</b> <b>11h00</b> Psychomotricité Gestes du quotidien à la Gloriette <b>15h30</b> Relaxation en salle d'animation <b>16h45</b> Messe à la résidence avec le Père Barral	<b>Samedi 13</b> <b>16h30</b> Animation	<b>Dimanche 14</b> <b>11h00</b> Messe télévisée <b>Après-midi</b> Animation avec l'équipe
<b>Lundi 15</b> <b>10h00 et 11h00</b> Psychomotricité et gymnastique douce <b>16h45</b> Lecture à voix haute en salle d'animation	<b>Mardi 16</b> <b>10h30</b> Zoothérapie en salle d'animation <b>16h00</b> Activités à la Gloriette <b>17h00</b> Quiz en salle d'animation	<b>Mercredi 17</b> <b>11h00</b> Parcours moteur en salle d'animation <b>15h15</b> Relaxation en salle d'animation <b>16h00</b> Gymnastique douce à la Gloriette <b>16h45</b> Jeux en équipe en salle d'animation	<b>Jeudi 18</b> <b>11h00</b> Épluchage collectif des légumes <b>12h00</b> Repas convivial <b>15h30</b> Jeux de stimulation cognitive Gym ludique <b>17h00</b> Vidéo musicale à la Gloriette	<b>Vendredi 19</b> <b>11h00</b> Psychomotricité Gestes du quotidien à la Gloriette Groupe de partage et prières <b>15h15</b> Relaxation en salle d'animation <b>16h45</b> Écoute vidéos musicales	<b>Samedi 20</b> <b>16h30</b> Animation	<b>Dimanche 21</b> <b>11h00</b> Messe télévisée <b>Après-midi</b> Animation avec l'équipe
<b>Lundi 22</b> <b>10h00 et 11h00</b> Psychomotricité et gymnastique douce <b>16h45</b> Lecture à voix haute en salle d'animation	<b>Mardi 23</b> <b>10h30</b> Zoothérapie en salle d'animation <b>16h00</b> Activités à la Gloriette <b>17h00</b> Jeux de lettres et de mots en salle d'animation	<b>Mercredi 24</b> <b>15h15</b> Relaxation en salle d'animation <b>16h45</b> <b>CONCERT VIOLON</b> ... avec Nelly en salle d'animation	<b>Jeudi 25</b> <b>11h00</b> Épluchage collectif des légumes <b>12h00</b> Repas convivial <b>15h30</b> Jeux de stimulation cognitive Gym ludique <b>17h00</b> Écoute vidéos musicales à la Gloriette	<b>Vendredi 26</b> <b>11h00</b> Groupe de partage et prières <b>15h15</b> Relaxation en salle d'animation <b>16h45</b> Écoute vidéos musicales en salle d'animation	<b>Samedi 27</b> <b>Après-midi</b> Animation	<b>Dimanche 28</b> <b>11h00</b> Messe télévisée <b>Après-midi</b> Animation avec l'équipe
<b>Lundi 29</b> <b>10h00 et 11h00</b> Psychomotricité et gymnastique douce <b>16h45</b> Lecture à voix haute en salle d'animation	<b>Mardi 30</b> <b>10h30</b> Zoothérapie en salle d'animation <b>16h00</b> Activités à la Gloriette <b>17h00</b> Jeux de lettres et de mots en salle d'animation	<b>Mercredi 31</b> <b>15h15</b> Relaxation en salle d'animation <b>16h45</b> Jeux d'équipe en salle d'animation				

- Animatrice : **Corinne.**
- Ergothérapeute : **Cyrielle.**
- Psychomotricienne : **Marion.**
- Psychologue : **Stéphanie.**
- Aide soignante : **Véronique.**

**Rendez-vous :**  
 → Samedi 13 janvier  
**Les Vœux de la Municipalité.**

**Danielle Pioch :**  
 Bénévole bibliothèque -  
 Lecture à voix haute.

**Lauranne Torres :**  
 Zoothérapeute -  
 Atelier de zoothérapie.

**Murielle Navarro :**  
 Professeur d'éducation  
 physique et sportive -  
 spécialisée en Activité  
 Physique Adaptée  
 (APA).

## Le mois de décembre .....en photos

Une belle fête intergénérationnelle pour notre fin d'année 2017



Fidèle, le Père Noël est venu voir les enfants sages et impatients de le retrouver...



Comme chaque année, M. le Maire et une partie de son équipe sont venus, les bras chargés, pour un goûter de Noël à la Résidence.



### Vos représentants du conseil de la vie sociale

#### REPRÉSENTANTS DES RÉSIDENTS

- M. Hatton
- Mme Tomas

#### REPRÉSENTANTS DES FAMILLES

- M. Herue
- Mme Rambier

#### REPRÉSENTANTES DU PERSONNEL

- Mme Mequignon
- Mme Bastide



La date de la commission des menus vous sera communiquée par voie d'affichage.

### Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- Mme BOURGADE Josette, le 1<sup>er</sup> janvier
- Mme ROUX Jeanne, le 16 janvier
- Mme SIAU Simone, le 21 janvier

### Fêtes

Nous souhaitons une joyeuse fête à :

- Mesdames BIDET, SACOMANT, la Sainte Yvette, le 13 janvier
- M. BEREZIAT, la Saint Marius, le 19 janvier
- Mme RENE, la Sainte Marcelle, le 31 janvier

### Nos condoléances

Nous adressons nos condoléances à la famille et aux personnes proches de Madame PONS Christiane.

