



Les Aigueillères  
La Cyprière  
La Martégale  
Nouvéo

N°87  
MARS 2018



## ACTUALITÉS

Nouvéo :  
Aide à domicile,  
plus qu'un métier  
Résidences : De nombreuses  
activités au programme  
p.4-5

## DOSSIER DES RÉSIDENTS

p.6-7

## VIVRE SENIOR

Hygiène bucco-dentaire :  
Recommandations au quotidien.  
p.8

## ZOOM SUR

Mise à jour des plans  
de prévention  
des résidences  
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 printemps pointe le bout de son nez

Chères lectrices, chers lecteurs,

**A**près ce doux hiver, nous laisserons tranquillement la place au printemps et aux beaux jours qui arrivent avec lui.

Le soleil se couchera un peu plus tard à partir du 25, date à laquelle nous changerons d'heure. Après avoir fêté les amoureux le mois dernier, nous fêterons les grand-mères le 4 mars. Une belle occasion pour se retrouver en famille ! Puis place aux couleurs de l'Irlande pour les festivités de la Saint Patrick.

Au programme de votre journal de mars : un mois qui s'annonce bon-enfant et, comme toujours, le plaisir de revenir sur les actualités passées et à venir de vos résidences.

**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

- Mise à jour des plans de prévention des résidences

p.11

#### Vivre sénior

- Recommandations au quotidien
- Vu d'ailleurs

p.8

#### Contacts

p.12





## Aide à domicile, plus qu'un métier

### L'aide à domicile : un métier de contact et de relation humaine.

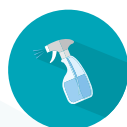


L'aide à domicile intervient chaque jour auprès de personnes âgées qui ont perdu de leur autonomie.

C'est un accompagnement précieux apporté à la personne pour qu'elle puisse continuer à vivre à domicile, sereinement et avec dignité.

#### Une diversité de métiers au service des autres

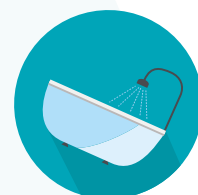
Les missions de ce métier sont très variées. Le professionnel peut accompagner la personne âgée dans ses sorties, l'aider à la réalisation des tâches de



la vie courante, la réconforter par une présence quotidienne rassurante et bienveillante, l'aider à l'entretien du logement.

#### Un recrutement actif chez Nouvéo

Nouvéo est en plein développement et recherche activement de nouveaux collaborateurs de terrain. Afin de postuler facilement, un formulaire de candidature en ligne est disponible, en quelques clics, il est possible d'envoyer son cv.



N'hésitez pas à postuler maintenant en ligne :  
[www.nouveo-services.com/recrutement](http://www.nouveo-services.com/recrutement)

## De nombreuses activités au programme

### *Les Aigueillères*

Le 7 mars, votre résidence organise un loto. Vous l'avez déjà écoutée et elle revient pour votre plus grand plaisir : Nelly donnera à nouveau un concert de violon **le 21 mars** !

...

### *La Cyprière*

Du 5 au 30 mars, la ville vous invite à découvrir l'exposition photos « Musique ! » dans le hall de la mairie. Le vernissage aura lieu **le 6 mars à 18h30**.

Et à la fin du mois, vous pourrez profiter d'un spectacle de chansons d'opérettes **le 29 mars**, dans votre résidence.

...

### *La Martégale*

**Le 24 mars**, découvrez le spectacle « Succès d'opérettes » dans votre résidence.

**Tous les samedis**, une sortie au marché de la ville vous sera proposée. De quoi prendre l'air tout en goûtant les produits frais !





## Cyprière

### Atelier déco-tricot !

**L**a Pasquière est une maison dédiée à l'accueil des proches de personnes hospitalisées à Montpellier. Elle propose un hébergement et un soutien grâce à la présence de bénévoles. À l'occasion des 40 ans de la Pasquière, les résidents de La Cyprière ont participé à la décoration du jardin de cette maison d'accueil. Pour cela, ils se sont joints à l'association « A vos mailles » dont l'objectif est de créer du lien social dans les quartiers des grandes villes à l'aide du tricot. En effet, l'association met en lien des bénévoles tricoteurs afin de recouvrir des jardins ou du mobilier urbain de tricot.

**L**es résidents de la Cyprière ont pu confectionner des bandes de tricot de 50 centimètres ou d'un mètre de longueur sur 20 centimètres de large. Le but étant de faire « parler sa créativité » chacun a eu le libre choix de prendre les couleurs et les points de tricot lui faisant envie !

*Je n'ai pas tricoté parfaitement mais avec le cœur. Cela nous a créé de bons souvenirs et nous a lié pour une bonne action.*

**Andrée BOURGES**

## Aigueillères

### Qu'est-ce que l'atelier de lecture Montessori ?

**A**dapté par le Professeur Cameron Camp, l'atelier Montessori est un dispositif thérapeutique basé sur les modèles psychologiques de l'apprentissage dans le but d'améliorer « l'engagement » de la personne.

**D**ifférents objectifs sont fixés : interagir positivement avec l'environnement, s'engager dans des activités porteuses de sens, apporter un rôle social, permettre plus d'indépendance et d'autonomie, donner du choix tout en ayant une action bienveillante, dans le respect et la dignité de la personne âgée, et de ses besoins.



## Martégale

### Un hommage à la hauteur

**L**e groupe Canopée constitué de 4 chanteuses, est venu chanter un répertoire riche et varié Acapella avec pour seul accompagnement leur voix magnifiques et harmonieuses. Elles rendaient hommage à monsieur Blanco, un résident de la Martégale depuis son ouverture.

**S**e donnant en spectacle, digne d'une scène d'Opérette, les 4 jeunes filles dont l'une d'elle est la petite fille de monsieur Blanco, ont chanté devant un public admiratif installé dans le grand salon de la Résidence.

**L**es chansons allaient de Brassens à Jean Ferrat en passant par quelques chansons espagnoles, japonaises et d'autres encore qui ont fait voyager tout le monde.

*«Tu me dis j'oublie.  
Tu m'enseignes, je me souviens.  
Tu m'impliques, j'apprends»  
Benjamin Franklin.*

**L'**atelier de lecture Montessori a lieu les jeudis de 14h30 à 15h30 à la Gloriette. Ce jeudi 8 février, le thème choisi par les résidents était « Les Jeux Olympiques ».

*J'ai aimé participer au choix des photos sur la natation.*  
**Mme M.C**

*Ça me rappelle des bons souvenirs, vous savez j'en ai fait toute ma vie de l'athlétisme.*  
**Mme B.O**

*J'aimerais beaucoup recommencer la semaine prochaine si c'est possible !*  
**Mme R.M**

*Des voix magnifiques, que c'était beau.*  
**Mme Girardey**

*C'était très beau à entendre, elles chantent vraiment bien.*  
**Mme Fabrègue**

## Hygiène bucco-dentaire: Recommandations au quotidien.

### Une aide adaptée aux besoins de chaque personne âgée

Les pathologies neuropsychiatriques entraînent des difficultés à maintenir seul l'hygiène bucco-dentaire. En EHPAD, les équipes soignantes sont là pour une aide en fonction des capacités du résident.

### 2 brossages par jour, pendant 2 minutes

Utiliser une brosse à dents sèche, à poils souples (à changer au minimum tous les 3 mois). Brosser haut et bas séparément. Effectuer des mouvements rotatifs pour brosser dents et gencives. Rincer.

### Utilisation d'un dentifrice fluoré (1450 ppm au minimum)

Il renforce l'émail des dents.

### Utilisation du fil dentaire chaque soir

Si l'espace inter-dentaire est large, utilisez une brossette inter-dentaire.

### Une consultation annuelle chez le dentiste

2 consultations par an pour les personnes porteuses de pathologies chroniques.

### Une alimentation variée et équilibrée

Il faut consommer régulièrement des fruits, des légumes et des produits laitiers, ainsi que de l'eau pure à table. Il faut limiter le grignotage entre les repas afin de ne pas favoriser l'acidité en bouche.

**Docteur Souillé**

## Vu d'ailleurs

*À 60 ans, ils traversent l'Atlantique à la rame*

Philippe BERQUIN, 58 ans, et Gilles PONTHEUX, 60 ans, ont traversé l'Atlantique à la rame en 52 jours, soit une distance de 5 000 kms. Le duo Nantais est parti à bord d'un bateau de 7 mètres le 14 décembre 2017, depuis les îles des Canaries, et est arrivé en Martinique le 5 février 2018. C'est l'équipage le plus âgé à réaliser cette prouesse.







## 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 6

### Horizontal .....

- A. Déchiqueteuses-broyeuses
- B. De fadas parfois / Croix du Nil
- C. Plaide / Calife n° 2
- D. Fin de route pour Robert le pieux / Donc, sont capitalistes
- E. Adeptes de Donatien / Demi gars
- F. Non fuité / Fis première 'ripaille'
- G. Opposés à certains, parfois / Sont, en principe, régulières
- H. Que tu sois ravi / Temps pour item
- I. Bouteille du Valais / Bon sauvage de Denis
- J. Ibanez, par exemple

### Vertical .....

- 1. Goldoni, Ibsen, etc...
- 2. Point de départ : l'étang du Chevreuil / C'et le OU inclusif
- 3. Caramel français, entre autres / Tente le non retour, parfois
- 4. Lançât, en Bretagne / Se jette dans l'Agout
- 5. Nasille...chaudemment ? / Ca renforce
- 6. Symbole pour...un supplicié / Peuvent entraîner des écots
- 7. Soeur de Sémélé / Le vrai est d'argile
- 8. Préfixe pour le nez / En rondins ou en quartiers
- 9. Ou l'Etre / Cousin du casoar
- 10. Poseur de pierres



## Énigmes

Plusieurs tours sont parfois indispensables, pour connaître son résultat. Ses modes sont variables, mais elle concerne souvent l'Etat.

### Qui est-elle ?

Les habits des mannequins, Elle coud, surfile et pique. Elle permet aux comédiens, de répéter leurs répliques.

### Qui est-elle ?

Sa robe sied au casanier, et l'air lui permet de rouler. Sa musique a peu d'instruments. Forte, elle garde votre argent.

### Qui est-elle ?

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

Tony Darbas. Petite grille 5

Mots croisés



Énigmes

Énigme 1 : l'ardoise.  
 Énigme 2 : le bout.  
 Énigme 3 : la ronde.



## Projet jardin thérapeutique

**Franc succès à la résidence la Cyprière, le projet d'un jardin thérapeutique dans les résidences la Martégale et les Aigueillères est lancé pour une mise en place au printemps.**

Le jardin thérapeutique consiste en un parcours **cognitif** et **sensoriel** émaillé d'une signalétique adaptée, où les résidents pourront librement déambuler. **Stimulant le corps** (via les sensations ou l'effort physique) et **l'esprit** (par un travail sur la mémoire), le jardin est reconnu comme un outil thérapeutique **favorisant la santé et le bien-être**.

Ces jardins sont composés d'instruments de musique, d'agrès sensoriels ou encore des agrès moteurs.

**Un grand merci aux équipes thérapeutiques** d'avoir épaulé les directions dans la conduite de ce projet. **Laissons maintenant la place aux travaux !**

# 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

**Nouveau** - Home services

**Métropole de Montpellier**

18, chemin de la Plaine

34990 Juvignac

Tél. 04 99 77 29 14

**Sète - Bassin de Thau**

Nouveau

Sise 6, Quai de la république

34200 Sète

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





- 🌀 Animatrice : **Delphine.**
- 🌀 Ergothérapeute : **Erwan.**
- 🌀 Psychomotricienne : **Sarah.**
- 🌀 Psychologue : **Céline.**
- 🌀 Musicothérapeute : **Marie-Ange.**

Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Samedi 10	Dimanche 11
<b>10h00</b> Gymnastique douce <b>11h00</b> Vannerie <b>14h15</b> Loisirs créatifs <b>16h00</b> Musique à l'Atelier <b>16h45</b> Jeux de lettres et de mots	<b>10h30</b> Messe avec la paroisse <b>12h00</b> Repas thérapeutique <b>14h15</b> Loisirs créatifs <b>16h00</b> Prévention des chutes <b>16h45</b> Quiz	<b>8h30 - 18h45</b> Présence de la psychomotricienne <b>10h30</b> Écoute musicale <b>14h00</b> Théâtre <b>16h00 &amp; 17h00</b> Zoothérapie	<b>13h30 - 18h30</b> Présence de la psychomotricienne <b>16h00</b> Lecture Montessori à l'Atelier	<b>14h15</b> Loisirs créatifs au grand salon <b>16h45</b> Quiz au grand salon	<b>11h00</b> Revue de presse au grand salon <b>14h15</b> Loisirs créatifs <b>16h45</b> Quiz au grand salon	<b>11h00</b> Messe télévisée au grand salon <b>16h30</b> Projection d'un film
Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Samedi 17	Dimanche 18
<b>10h00</b> Gymnastique douce <b>11h00</b> Vannerie <b>14h15</b> Loisirs créatifs <b>16h00</b> Musique à l'Atelier <b>16h45</b> Jeux de lettres et de mots	<b>10h30</b> Temps de prière Visiteurs de la paroisse <b>14h15</b> Loisirs créatifs au grand salon <b>16h00</b> Prévention des chutes <b>16h45</b> Quiz au grand salon	<b>8h30 - 18h45</b> Présence de la psychomotricienne <b>14h00</b> Théâtre <b>16h00 &amp; 17h00</b> Zoothérapie	<b>13h30 - 18h30</b> Présence de la psychomotricienne <b>14h15</b> Loisirs créatifs <b>16h00</b> Lecture Montessori à l'Atelier <b>16h45</b> Jeux de mots	<b>10h00</b> Atelier mémoire en salle de kiné <b>14h15</b> Loisirs créatifs au grand salon <b>16h45</b> Jeux de mots au grand salon	Présence de la psychologue <b>11h00</b> Chorale <b>13h45</b> Atelier sensoriel en salle de rééducation	<b>11h00</b> Messe télévisée au grand salon <b>16h30</b> Projection d'un film
Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24	Dimanche 25
<b>10h00</b> Gymnastique douce <b>11h00</b> Vannerie <b>14h15</b> Loisirs créatifs <b>16h00</b> Musique à l'Atelier <b>16h45</b> Jeux de lettres et de mots	<b>10h30</b> Messe avec la paroisse <b>12h00</b> Repas thérapeutique <b>16h00</b> Prévention des chutes <b>16h45</b> Jeux au grand salon	<b>8h30 - 18h45</b> Présence de la psychomotricienne <b>10h30</b> Écoute musicale <b>14h00</b> Théâtre <b>16h00 &amp; 17h00</b> Zoothérapie	<b>13h30 - 18h30</b> Présence de la psychomotricienne <b>14h15</b> Loisirs créatifs <b>16h00</b> Lecture Montessori à l'Atelier <b>16h45</b> Jeux de mots	<b>14h15</b> Loisirs créatifs au grand salon <b>16h45</b> Quiz au grand salon	<b>11h00</b> Revue de presse au grand salon <b>14h15</b> Loisirs créatifs <b>16h45</b> Jeux de mots au grand salon	<b>11h00</b> Messe télévisée au grand salon <b>16h30</b> Projection d'un film
Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30	Samedi 31	
<b>10h00</b> Gymnastique douce <b>11h00</b> Vannerie <b>14h15</b> Loisirs créatifs <b>16h00</b> Musique à l'Atelier <b>16h45</b> Jeux de lettres et de mots	<b>10h30</b> Temps de prière à la paroisse <b>14h15</b> Loisirs créatifs au grand salon <b>16h00</b> Prévention des chutes <b>16h45</b> Quiz au grand salon	<b>8h30 - 18h45</b> Présence de la psychomotricienne <b>14h00</b> Théâtre <b>16h00 &amp; 17h00</b> Zoothérapie au grand salon	<b>14h15</b> Loisirs créatifs <b>15h00</b> SPECTACLE CHANSONS D'OPÉRETTE <b>16h00</b> Lecture Montessori à l'Atelier <b>16h45</b> Jeux de mots	<b>10h00</b> Atelier mémoire en salle de kiné <b>14h15</b> Loisirs créatifs au grand salon <b>16h45</b> Jeux de mots au grand salon	<b>13h30 - 17h30</b> Présence de la psychologue <b>11h00</b> Chorale <b>13h45</b> Atelier sensoriel en salle de rééducation	

**Jeudi 1**  
**13h30 - 18h30** Présence de la psychomotricienne  
**14h15** Loisirs créatifs  
**16h30** Comité de la vie sociale  
**16h45** Quiz au grand salon

**Vendredi 2**  
**10h00** Atelier mémoire en salle de kiné  
**14h15** Loisirs créatifs au grand salon  
**16h45** Jeux de mots au grand salon

**Samedi 3**  
**13h30 - 17h30** Présence de la psychologue  
**11h00** Chorale  
**13h45** Atelier sensoriel en salle de rééducation

**Dimanche 4**  
**FÊTE DES GRANDS MÈRES**  
**11h00** Messe télévisée au grand salon  
**16h30** Projection d'un film

## Rendez-vous :

- Du **lundi 5 au vendredi 30 mars**  
**Exposition photographique 'Musique'**  
 Vernissage le 6 mars  
 Hall de l'Hôtel de Ville  
 À 18h30.
- Du **mardi 6 mars au samedi 31 mars**  
**Exposition « La chanson française »**  
 À la Médiathèque.

- **La journée**
- **La matinée :**  
Présence de l'ergothérapeute
- **La journée**
- **La matinée :**  
Présence de la psychologue

- Guillaume Benes :**  
Neuropsychologue - Atelier de mémoire.
- Lauranne Torres :**  
Zoothérapeute - Atelier de zoothérapie.
- Vincent Granel :**  
Enseignant APA (Activités Physiques Adaptées)  
Gymnastique douce.



# Le mois de février ..... en photos

Que nous inspire le printemps ? La réponse en dessins



Fabrication du mot PRINTEMPS aux couleurs de la saison prochaine



Les résidents accompagnent la chanteuse



PRINTEMPS prend forme et se pare de mille couleurs



Les voix s'entraînent et les cœurs se réchauffent



Le tronc d'arbres recouvert du patchwork en partie tricoté par nos résidentes



## Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- Mme TIERTANT Agnès, le 13 mars
- Mme GUIBERT Jeanne, le 21 mars
- Mme LUCAS Hélène, le 23 mars
- Mme CASSERO Francine, le 30 mars

## Fêtes

Nous souhaitons une joyeuse fête à :

- Mme CASADEI, la Sainte Mathilde, le 14 mars
- M. POUGET, la Saint Patrice, le 17 mars

## Bienvenues

Nous souhaitons la bienvenue à  
M. et Mme PELISSIER, Pierre et Madeleine

## Nos condoléances

Nous adressons nos condoléances à la famille et aux personnes proches de  
Monsieur ELLUL Roger

Vos représentants du conseil de la vie sociale

### REPRÉSENTANTES DES RÉSIDENTS

- Mme Lefeuvre
- Mme Murat



La commission des menus aura lieu le mercredi 21 mars à 16h00

### REPRÉSENTANTS DES FAMILLES

- M. Claude
- Mme Fasula

### REPRÉSENTANTES DU PERSONNEL

- Mme Soulié
- Mme Andre