



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.

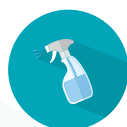


L'aide à domicile intervient chaque jour auprès de personnes âgées qui ont perdu de leur autonomie.

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

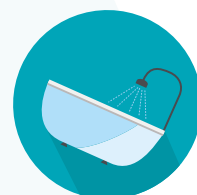
Les missions de ce métier sont très variées. Le professionnel peut accompagner la personne âgée dans ses sorties, l'aider à la réalisation des tâches de



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 brosette 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

**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)



- Animatrice : **Olivia.**
- Psychologue : **Céline.**
- Ergothérapeute : **Cyrielle.**
- Psychomotricienne : **Natacha.**

		Jeudi 1	Vendredi 2	Samedi 3	Dimanche 4
<b>Lundi 5</b>	<b>Mardi 6</b>	<b>Mercredi 7</b>	<b>Jeudi 8</b>	<b>Vendredi 9</b>	<b>Samedi 10</b>
<b>10h30</b> Zoothérapie en salle d'animation <b>15h00</b> Jeux ludiques Avec Denise Salle de restaurant	<b>15h00</b> Sophrologie en salle d'animation <b>16h30</b> Loto en salle de restaurant	<b>14h30</b> Film en salle d'animation	<b>10h00</b> Parcours moteur <b>14h30</b> Sortie à la médiathèque <b>16h30</b> Atelier manuel en salle de restaurant	<b>15h00</b> Jeux collectifs en salle de restaurant <b>16h30</b> Musicothérapie en salle de restaurant	<b>10h00</b> Sortie au marché <b>15h00</b> Chorale en salle de restaurant <b>16h30</b> Loto en salle d'animation
<b>Lundi 12</b>	<b>Mardi 13</b>	<b>Mercredi 14</b>	<b>Jeudi 15</b>	<b>Vendredi 16</b>	<b>Samedi 17</b>
<b>10h30</b> Zoothérapie en salle d'animation <b>14h30</b> Loto avec l'association VMEH <b>15h00</b> Jeux ludiques Avec Denise Salle de restaurant	<b>15h00</b> Sophrologie en salle d'animation <b>16h30</b> Loto en salle de restaurant	<b>14h30</b> Jeux ludiques avec Denise en salle de restaurant <b>16h30</b> Film en salle d'animation	<b>10h00</b> Parcours moteur <b>14h30</b> Sortie à la médiathèque <b>16h30</b> Atelier manuel en salle de restaurant	<b>15h00</b> Jeux collectifs en salle de restaurant <b>16h30</b> Musicothérapie en salle de restaurant	<b>10h00</b> Sortie au marché <b>15h00</b> Chorale en salle de restaurant <b>16h30</b> Jeux ludiques en salle de restaurant
<b>Lundi 19</b>	<b>Mardi 20</b>	<b>Mercredi 21</b>	<b>Jeudi 22</b>	<b>Vendredi 23</b>	<b>Samedi 24</b>
<b>10h30</b> Zoothérapie en salle d'animation <b>15h00</b> Jeux ludiques Avec Denise Salle de restaurant	<b>15h00</b> Sophrologie en salle d'animation <b>16h30</b> Loto en salle de restaurant	<b>14h30</b> Jeux ludiques avec Denise en salle de restaurant <b>15h00</b> <b>SPECTACLE</b> . . . . . Danse Andalouse « Palmas y volantes » <b>16h30</b> Film en salle d'animation	<b>10h00</b> Parcours moteur <b>14h30</b> Sortie à la médiathèque <b>16h30</b> Atelier manuel en salle de restaurant	<b>10h00</b> Atelier mémoire en salle d'animation <b>15h00</b> Jeux collectifs en salle de restaurant <b>16h30</b> Musicothérapie en salle de restaurant	<b>10h00</b> Sortie au marché <b>14h30</b> <b>SORTIE</b> . . . . . Seaquarium <b>16h30</b> Loto en salle de restaurant
<b>Lundi 26</b>	<b>Mardi 27</b>	<b>Mercredi 28</b>	<b>Jeudi 29</b>	<b>Vendredi 30</b>	<b>Samedi 31</b>
<b>10h30</b> Zoothérapie en salle d'animation <b>15h00</b> Jeux ludiques Avec Denise Salle de restaurant	<b>15h00</b> Sophrologie en salle d'animation <b>16h30</b> Loto en salle de restaurant	<b>14h30</b> Jeux ludiques avec Denise en salle de restaurant <b>16h30</b> Film en salle d'animation	<b>10h00</b> Parcours moteur <b>14h30</b> Sortie à la médiathèque <b>16h30</b> Atelier manuel en salle de restaurant	<b>10h00</b> Atelier mémoire en salle d'animation <b>15h00</b> Jeux collectifs en salle de restaurant <b>16h30</b> Musicothérapie en salle de restaurant	<b>10h00</b> Sortie au marché <b>15h00</b> Chorale en salle de restaurant <b>16h30</b> Jeux ludiques en salle de restaurant

## Rendez-vous :

→ Dimanche 4 mars

**Loto Lion's Club**  
Salle Yves Abric  
À 16H00.

→ Dimanche 11 mars

**Loto RSP (Retraite Sportive Pérolienne)**  
Salle Yves Abric  
À 16H00.

→ Dimanche 18 mars

**Loto L'âge d'or Pérolien**  
Salle Yves Abric  
À 16H00.

### Présence de

- l'ergothérapeute
- la psychologue
- la psychomotricienne

**Guillaume Benes :**  
Neuropsychologue -  
Atelier de stimulation  
cérébrale.

**Vincent Granel :**  
Enseignant APA  
(Activités Physiques  
Adaptées) -  
Gymnastique douce.

**Sophie Bihan :**  
Professeur de  
gymnastique -  
Gymnastique douce &  
Relaxation.

**Laurane Tores :**  
Atelier de zoothérapie.

Spectacle à la Résidence avec « Le Groupe Canopée »



Le coloriage des Mandalas Animaliers, un art auquel s'adonnent nos résidents



Chansons Françaises avec Marcel Muller, chanteur et guitariste



Mme Warin concentrée



Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- Mme FONS Simone, le 7 mars
- Mme MARRONNIER Odile, le 10 mars
- M. CARLES Jacques, le 14 mars
- Mme SERRAT Dolores, le 23 mars
- Mme ANDRILLAT Yvette, le 31 mars

## Nos condoléances

Nous adressons nos condoléances à la famille et aux personnes proches de Madame GIRARD Simone

M. Desgrousilliers dessine un Rébus que les participants doivent déchiffrer.



Vos représentants du conseil de la vie sociale



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

### REPRÉSENTANTS DES RÉSIDENTS

- Mme Pacull
- M. Mayer

### REPRÉSENTANTE DES FAMILLES

- Mme Cazejust

### REPRÉSENTANTE DU PERSONNEL

- Mme Errahmouny