

# Le Journal des Résidences et du Domicile



Les Aigueillères  
La Cyprière  
La Martégale  
Nouvéo

N°74  
JANVIER



## ACTUALITÉS

Nouvéo :  
Trophée  
de la communication

Résidences :  
De nouvelles occasions de  
faire la fête

p.4-5

## DOSSIER DES RÉSIDENTS

p.6-7

## VIVRE SENIOR

La dépression chez les séniors  
p.8

## ZOOM SUR

Les Chênes verts  
à Montferrier  
p.11



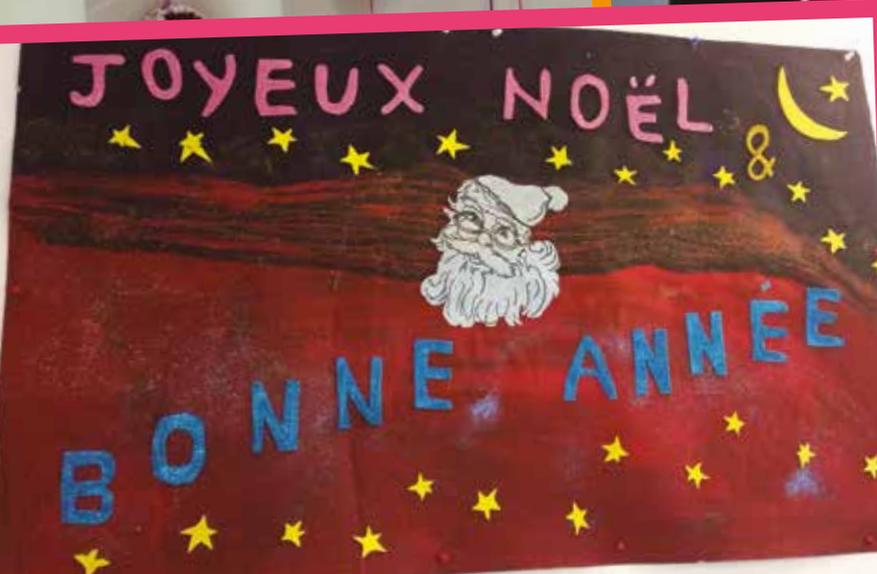
# Ours

**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*





Meilleurs vœux  
et  
Bonne année

## Une année pleine de vœux !

### Chères lectrices, chers lecteurs,

**C**haque année c'est la même chose, il est l'heure de sacrifier à la sempiternelle coutume des vœux. Les vœux que nous souhaitons, les vœux que l'on nous souhaite, tout le monde cherche à trouver la meilleure formule, entre souhaits réalistes et rêves les plus fous...

... Mais enfin, de bons vœux, il n'y a point ! Les vœux les plus beaux, ceux que l'on souhaite le plus voir se réaliser, sont ceux que l'on cache amoureusement au plus profond de soi, que l'on cultive, que l'on adore. Et dont la réalisation ne signerait en fait que la plus définitive disparition.

Bref, ne cherchons plus et souhaitons nous tous « tout le bonheur du monde », de peur de tomber juste sur le plus beau secret de l'autre !

**Bonne année, bonne santé, bonne lecture, et bien sûr : tout le bonheur du monde !**

## 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

- Les chênes verts à Montferrier

p.11

### Vivre sénior

- La dépression chez les séniors
- Vu d'ailleurs

p.8

### Contacts

p.12



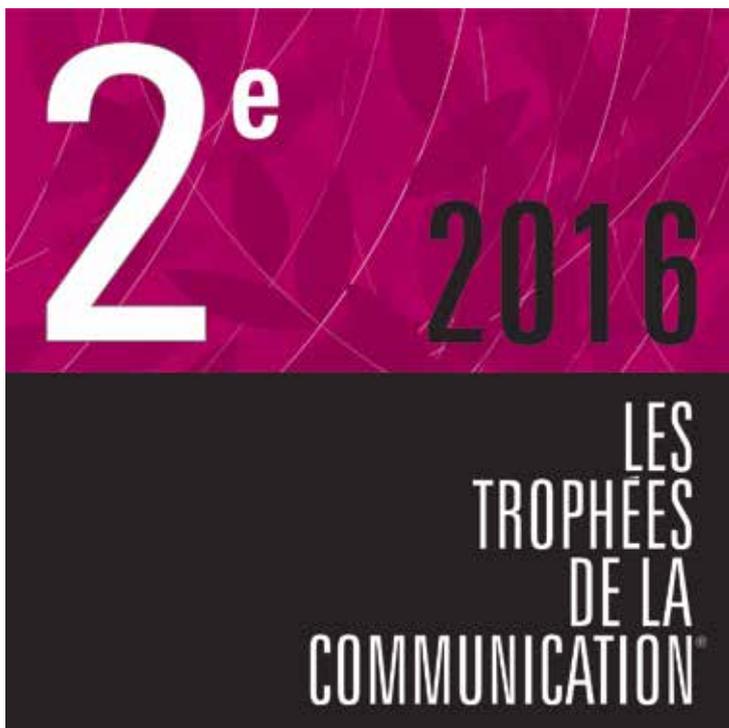
LES  
TROPHÉES  
DE LA  
COMMUNICATION

2016 15<sup>e</sup>  
ÉDITION

## Trophée de la communication

Avec plus de 450 candidatures, soit plus de 800 dossiers réceptionnés, le jury de professionnels des trophées de la communication a délibéré début novembre sur l'ensemble des dossiers. **Nouvéo remporte la 2<sup>ème</sup> place pour la catégorie « meilleur site internet e-commerce »**

### Meilleur site internet e-commerce



Nouvéo, nommé comme lauréat des Trophées de la communication 2016 a remporté la 2<sup>ème</sup> place dans la catégorie **«Meilleur site Internet e-commerce»**.

Le site a été jugé selon différents critères comme

- l'accessibilité,
- l'ergonomie,
- le référencement,
- la pertinence des moyens de communication,
- la pertinence des visuels,
- le graphisme,
- la convivialité des moyens de communication,
- ou encore l'adéquation du moyen avec le public cible.

Depuis 15 ans, les Trophées de la Communication sont ouverts à tous. Du Service public au secteur privé, de la petite entreprise au grand groupe...

Les 32 catégories permettent de récompenser les meilleurs acteurs français de la Communication.

## De nouvelles occasions de faire la fête

**Q**ue serait-il possible de faire dans vos Résidences une fois les fêtes de fin d'année passées ? Eh bien c'est très simple, pour éviter le spleen : il suffit de trouver de nouvelles occasions de faire la fête. Et pour cela, le mois de janvier va beaucoup nous aider !



### *La Martégale*

Première sortie de l'année au marché le 7 janvier à 10h00.

Spectacle de danse le samedi 21 janvier à 15h00.

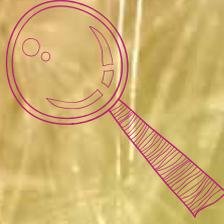
Spectacle « Orque de Barbarie » le 28 janvier à 15h00.



### *Les Aigueillères*

Fête du nouvel an avec les familles le 6 janvier à 16h30.

Voeux de la municipalité le 14 janvier à 18h30, salle Devezeou.



### *La Cyprière*

Tous les vendredis à 16h30, jeux de mots au Grand Salon.

Ateliers mémoire tous les jeudis à 14h00 et 15h00 à la Médiathèque.



## Aigueillères

### Animation autour des fêtes

**L**es animations autour des grandes fêtes, nous permettent de rythmer l'année et surtout de créer du lien social. La période de fin d'année, Noël et Jour de l'An, sont des occasions de resserrer les liens intergénérationnels, de raviver les mémoires et de rendre à nos aînés leur rôle de transmetteur de valeur et d'Histoire aux générations suivantes.

**N**otre fête avec les enfants, les résidents et le personnel a permis à tous de retrouver ses souvenirs et son âme d'enfant autour d'un délicieux goûter avec la venue du Père Noël à la fin du spectacle. Les résidents ont partagé avec tendresse la joie des plus petits et l'après-midi fut très agréable pour tous.

#### Mme V. Odile

« C'était un après-midi très réussi qui m'a rappelé de nombreux souvenirs avec mes enfants, il me semblait que c'était les miens »

#### Mme J. Colette

« Nous aussi on avait le Père Noël qui venait à l'école et il apportait un petit jouet en bois à chaque enfant »

## Cyprière

### Une chorale

**U**n samedi sur deux, une quinzaine de résidents se réunissent dans le grand salon pour chanter en « chœur » sous l'oreille vigilante de Marie-Ange, musicothérapeute. Ce moment de chant permet aux participants de redécouvrir des chansons et des chanteurs de leur jeunesse (Guy Béart, Henri Salvador, Boris Vian) mais également de découvrir des chanteurs ou chanteuses plus contemporains (Amélie les crayons, Michèle Bernard, William Sheller).

**A**près un réchauffement corporel et vocal, tous chantent avec plaisir les différentes chansons proposées, soit par Marie-Ange soit par les résidents eux-mêmes.



## Martégale

### Ambiance Festive

**A**vec l'arrivée des fêtes, il y a eu beaucoup d'ambiance à la Martégale, la venue des Danseuses de l'association « Les Tempsdanse » ont fait le show avec un magnifique ballet de danse classique.

**L**es enfants de l'école de Pérols « La Guette » sont venus chanter les chants de Noël au pied du grand sapin pour la plus grande joie des résidents. Ils sont ensuite venus chanter dans la chambre de madame Roseau, heureuse de voir ces petits pères Noël, le sourire aux lèvres...

**L**es résidents se sont beaucoup investis pour les fêtes de cette fin d'année dans la décoration de la Résidence.

#### Irène Teirlinck

« C'est bien ! Ça nous apprend à nous coordonner ensemble. »

#### Wladyslawa Mascizewski

« Moi j'aime bien. Tout ce qui est chant, musique, ça j'aime bien ! Ça m'intéresse ! »

#### Marcelle Fontelle

« J'aime bien, ça change. Ça fait passer un bon moment ! »

#### Hélène Lucas

« Très bien ! J'apprécie. Ça nous fait revivre des chansons qu'on aime bien. J'adore ! »

#### Mme Pacull

« Cela me plaît beaucoup de pouvoir participer aux ateliers manuels pour la décoration de Noël, c'est l'occasion pour moi de me remettre à la peinture ! »

#### Mme Capel

« les décorations de Noël, c'est un travail d'équipe, je suis disponible pour vous quand vous voulez »



## La dépression chez les séniors

### La dépression chez le sujet âgé est fréquente

On retrouve un épisode dépressif majeur chez 13% des personnes âgées en EHPAD.

Elle est souvent liée aux conséquences psychiques du vieillissement et des deuils successifs.

Elle est une cause importante de dépendance et d'institutionnalisation et fréquemment associée à des plaintes somatiques (fatigue, douleurs tenaces, troubles de la mémoire, troubles du sommeil et de l'appétit).

Elle peut être associée à des troubles récents de l'humeur ou du comportement.

Certains médicaments peuvent être à l'origine ou aggraver une dépression.

### 3 Objectifs de la prise en charge

**Amélioration** des symptômes et de la qualité de vie

**Restauration** fonctionnelle

**Prévention** des rechutes et récidives

### Les facteurs de risque

La première année suivant l'entrée en institution

Sexe féminin

Antécédant personnel ou familial de dépression

Personne âgée poly pathologique

Personne âgée poly médicamentée

Perte d'autonomie

Fonction d'aidant auprès d'une personne dépendante

**Dr Caroline Souillé**

## Vu d'ailleurs

*Champion du monde !*

Du fait de leur handicap, les exploits de certains champions frisent parfois le domaine de l'impossible. C'est un peu le cas de Nicolas Moineau, un compatriote de 39 ans au nom prémonitoire... Fan d'alpinisme, cet athlète de l'extrême est devenu champion du monde d'escalade en 2012 alors qu'il est atteint de cécité. A cœur vaillant, rien d'impossible !





## Mots croisés

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A										
B									■	
C						■				
D						■				
E		■			■		■			
F										
G						■				
H				■				■		
I			■	■					■	
J										■

Eliane Chauvet. Grille 32

### Horizontal .....

- A. Elle fut fantastique avec Berlioz
- B. Danse au rythme syncopé
- C. Lieu de luttes sans pitié / Petite terre
- D. Bonne soeur / Existera
- E. Chiffre romain / Ensemble non trié
- F. Dont on ne peut se passer
- G. Contenance / Bout de bois
- H. Sortie de messe / Un petit Edouard / Pronom
- I. Trompé / Passé sous silence
- J. Faire tomber.

### Vertical .....

- 1. Il tient la bougie
- 2. Cri de chasseur / Mis à sa place
- 3. Fin connaisseur du bois
- 4. Il fait paniers et corbeilles
- 5. Charge de boudet / Précise
- 6. L'Europe / Saint raccourci / Voie qui remonte
- 7. Ils viennent du cœur / Caressés par l'air marin
- 8. Respirer en saccades / Personnel
- 9. Qui sont dites
- 10. Posées les unes sur les autres.



## Énigmes

C'est une enveloppe qu'on ne va pas poster. La cannelle en est composée. Et la surface du globe elle peut désigner.

**Qui est-elle?**

A l'occasion, il vous invite. Au tir c'est une réussite. En pâte il sert à décorer. Il vous aide à déménager

**Qui est-il ?**

Inscrite dès notre naissance, on ne peut lui échapper. Chacun doit lui faire confiance, car on ne peut pas la changer.

**Qui est-elle ?**

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

Géo. Petite grille 112



# Énigmes

Énigme 1 : Le pavillon.

Énigme 2 : Le riz.

Énigme 3 : L'huile.



## Les Chênes verts à Montferrier

*Le Groupe E4 maintient son soutien aux salariés, aux résidents et aux familles de la maison de retraite des Chênes Verts suite aux tragiques événements du 24 novembre. Ses pensées vont particulièrement à la famille et aux proches de la victime.*

*Le Groupe E4 tient aussi à remercier l'ensemble des salariés des Aigueillères pour l'aide spontanée apportée à l'équipe des Chênes Verts.*



*Nous demeurons profondément affectés par ce drame qui restera dans la mémoire de Montferrier-sur-Lez. A notre tour, nous remercions les membres de l'équipe des Aigueillères qui, spontanément, dans un élan de solidarité, ont proposé leur soutien à la Direction, au personnel et aux résidents des Chênes Verts. "*

Jean-Claude et Michèle TOMAS

# 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 - Basin 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 - Basin de Thau**

Nouvéo

Sise 6, Quai de la république

34200 Sète

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