

Le Journal des Résidences et du Domicile



Les Aigueillères
La Cyprière
La Martégale
Nouvéo

N°82
OCTOBRE 2017



ACTUALITÉS

Nouvéo :
un transport
sur mesure
Résidences :
une actualité qui swingue
p.4-5

DOSSIER DES RÉSIDENTS

p.6-7

VIVRE SENIOR

La grippe chez les personnes âgées
p.8

ZOOM SUR

Campagne sur
les nuisances sonores
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



Bye Bye l'été !

Chères lectrices, chers lecteurs,

L'été sera bientôt un lointain souvenir et va laisser place à l'automne... On ressort ses jolis gilets et ses pantalons pour aller profiter de journées plus fraîches.

L'automne, ce sont bien sûr des températures en baisse et des journées plus courtes mais la nature se pare de couleurs chaudes et chatoyantes qui ne nous donnent pas encore envie d'hiverner ! Bien au contraire, cela nous donnera l'occasion de profiter de tous les moments chaleureux qui nous seront offerts !

Le mois d'octobre débute avec la fête des grands-pères et la journée internationale des personnes âgées pour se finir avec Halloween. Alors c'est sûr, les Résidences vivront au rythme des visites de nombreuses familles.

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.9-10

Le Dossier des Résidents

- Résidence Les Aigueillères
- Résidence La Cyprière
- Résidence La Martégale

p.6-7

Zoom sur

- Campagne sur les nuisances sonores

p.11

Vivre sénior

- La grippe chez les personnes âgées
- Vu d'ailleurs

p.8

Contacts

p.12

Un transport sur mesure pour vous

Intervenant régulièrement auprès des résidents des EHPAD du groupe E4 pour une compagnie sur-mesure, Nouvéo propose aussi des transports véhiculés.

Ce service permet aux résidents de bénéficier d'un accompagnement personnalisé, de la préparation jusqu'au lieu de rendez-vous.

Le salarié vient chercher le résident dans l'établissement, l'accompagne jusqu'à la voiture et l'aide à s'installer.

Ainsi Nouvéo s'adapte et peut très bien accompagner des résidents à des rendez-vous médicaux comme à des repas familiaux ! Nouvéo est également équipé d'un véhicule pouvant accueillir des personnes à mobilité réduite. Il assure aux passagers un transport confortable et en toute sécurité. Facile à mettre en place, cet accompagnement est un vrai plus pour le quotidien des résidents

Vous êtes intéressé ? **Contactez Nouvéo au 04 67 04 33 90**



Une actualité qui swingue !

Cyprière

Mardi 3 octobre, ne ratez pas la visite de la médiathèque organisée par votre Résidence. L'occasion de connaître le lieu avant d'y retourner le 6 octobre lors du Yoga du Rire, un événement proposé par votre ville.

Vous aimez la danse ?

Jeudi 12 octobre, c'est le moment d'en profiter !

Votre Résidence vous propose un spectacle de démonstration d'une durée de 2 heures.

Aigueillères

Samedi 7 octobre, la ville vous convie à la 5^e édition du festival « New-Orleans sur Lez », organisé en collaboration avec le Hot Club Languedoc Roussillon. Cette année, le Festival mettra en scène 3 orchestres illustrant 3 facettes du jazz.

Alors, prêts à aller danser ? Rendez-vous au Devézou !

Martégale

Remontez le temps grâce à l'exposition de voitures anciennes organisée par la ville, **dimanche 1^{er} octobre** sur la Place Carnot.

Samedi 7 octobre, votre Résidence vous convie à une séance de bowling. Nous espérons vous y voir nombreux !



Aigueillères

Bord de mer

Comme chaque année et comme chaque fin d'été, nous proposons aux résidents une sortie en bord de mer à la paillote du Zénith à Palavas-les-flots.

Cette sortie permet aux résidents de retrouver les plaisirs du bord de mer, de partager des souvenirs, de profiter de l'air marin et de sortir du quotidien.

Malgré quelques caprices de la météo, cette journée fut une réussite et les résidents ont tous exprimé leur joie et leur satisfaction. Nous prenons toujours beaucoup de plaisir à les entendre, au dîner, raconter aux autres résidents leur petite virée au soleil.

« C'était un bel après-midi. Quand j'étais jeune nous allions à Dieppe car j'habitais à Rouen. Il faisait plus froid ! » - **Mme T.C.**

« J'étais très contente d'aller à la mer et en plus ma fille nous a accompagnés et j'ai mangé une bonne glace ! » - **Mme V.O.**

« Je me suis régalée, j'ai passé un excellent moment et tout était parfaitement organisé ! » - **Mme T.J.**

Cyprière

Jardinage

Chaque mardi un groupe de résidents prend soin du jardin thérapeutique de la Cyprière, accompagné par deux intervenantes Céline Lafayette, psychologue et Sarah Laborel, psychomotricienne.

Cet espace entièrement adapté (jardinières réglables, outils adaptés, type de plantes comestibles avec des propriétés sensorielles...) permet aux résidents d'accéder aux activités de jardinage en étant le plus autonome possible.

Avec ce médiateur thérapeutique, les résidents stimulent leurs capacités cognitives, motrices et sensorielles. Ils interagissent et se sociabilisent en échangeant autour d'une passion commune. Le travail mené dans cet espace procure

des émotions positives qui améliorent considérablement la qualité de vie des résidents, apaisant les troubles du comportement et facilitant leur relation avec les soignants.

Cet atelier favorise les réminiscences en s'appuyant sur des capacités préservées. Le jardinage permet une réadaptation gestuelle et motrice, permettant aux résidents de retrouver des gestes d'antan.

Mme Ginesty

« C'est bien, ça me rappelle ma jeunesse ! Ça me fait du bien au moral. »

M. Valette

« Si l'environnement est bien entretenu, ça me procure un bien-être et une meilleure qualité de vie. »

Mme Blazy

« J'apprécie de venir à l'atelier jardin car je réutilise des outils que j'avais autrefois. »

Martégale

Sortie au Zoo

Les résidents ont profité de cette fin d'été en charmante compagnie au Zoo du Lunaret. Ils ont pu apprécier la « Serre Amazonienne » avec toutes sortes de plantes et d'animaux tropicaux assez exceptionnels, tels que les fourmiliers, les iguanes, les perroquets et autres oiseaux d'Amérique du sud, les singes, ...

En suite ils ont pris le goûter sur les tables et les bancs dans le parc auprès des vigognes, cousins des lamas. Ils en ont eu plein les yeux et pourront revivre ce moment grâce à de jolies photos prises pendant la sortie.

Mme Andrillat

« C'était formidable, j'ai passé un bon moment, c'était très bien organisé »

Mme Boquel

"Quand est-ce qu'on recommence ?"

Mme Fabrègue

"C'était magnifique !"

Mme Pacull

"Je me suis régalée, à refaire !"



La grippe chez les personnes âgées

La grippe est une maladie grave chez les personnes âgées, ces dernières présentent bien souvent plusieurs maladies chroniques, en plus d'un affaiblissement du système immunitaire dû au vieillissement.

Une maladie très contagieuse.

On attrape généralement la grippe en respirant à proximité d'un malade, en lui serrant la main, ou en touchant les surfaces contaminées.

La grippe est contagieuse 1 à 2 jours avant l'apparition des symptômes, et jusqu'à 3 à 5 jours après le début des symptômes.

Les symptômes apparaissent 2 jours après la contamination.

Un début brutal : une fièvre élevée, des signes respiratoires et des signes généraux.

La plupart des malades guérissent spontanément en une semaine. Il peut néanmoins persister une grande fatigue et une toux pendant plusieurs semaines.

Il faut consulter immédiatement son médecin traitant dès le début des symptômes.

Pour prévenir la transmission de la grippe à une personne âgée.

Il faut vacciner les personnes âgées dès le mois d'octobre. Le vaccin procure une immunité deux à trois semaines après l'injection et réduit la morbidité et la mortalité. Le risque d'être infecté par le virus de la grippe est diminué, mais pas supprimé. Toutefois, une grippe chez une personne vaccinée sera moins intense.

La vaccination est d'ailleurs recommandée et remboursée pour les personnes à risques, dont les personnes âgées de 65 ans et plus.

Dr Souillé

Vu d'ailleurs

A 101 ans, elle réalise un 100m en 74 secondes

Man KAUR, une indienne de 101 ans originaire de la ville de Chandigarh (Inde) est devenue la championne du 100m dans sa catégorie en parcourant la distance en 74 secondes (seulement !). Déjà surnommée « Le miracle de Chandigarh » par les médias néo-zélandais, la centenaire a réalisé sa performance au cours des jeux mondiaux des maîtres à Auckland durant le printemps 2017.



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 1

Horizontal

- A. Moquées
- B. Dresser / Ancienne Allemagne
- C. Elles n'ont plus la même forme
- D. À la page / Grosse pomme / Abréviation pour sauveur
- E. Refusa d'admettre / Mode de croissance des végétaux
- F. Il y fait chaud et parfois humide / Adresse
- G. Figera
- H. Est, comme le Maître, caustique
- I. Feras éclater le tronc
- J. Fromage suisse / Localité de Suède

Vertical

- 1. Boîtes à musiques
- 2. Roche à structure fine / Démonstratif
- 3. Précède Warner / Créateur
- 4. Prénom russe / Change
- 5. Couleur US pour Utes / Dirigeas
- 6. Fêtée le 5 avril / Jésus dans le Coran.
- 7. Emphases
- 8. Des siècles / La plus connue est la diadème....
- 9. Des paradis / Celui de Madrid est connu
- 10. Blute / Petite baie



Énigmes

Il faut bien rentrer dedans nous répète-t-on souvent.
C'est un chef au restaurant.
A l'école s'y met l'enfant.

Qui est-il ?

Boîteux, de Barbarie.
Enchaîné le mercredi.
C'est aussi une tasse à bec, pour boire faire boire les malades.

Qui est-il ?

Petit, il est terme d'affection.
Mauvais, il change le goût du vin.
Parfois poussé trop loin.
Les animaux aiment sa friction.

Qui est-il ?

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

Tony Darbas. Petite grille 14

Mots croisés

Énigmes

- Énigme 1 : La masse.
- Énigme 2 : Le musée.
- Énigme 3 : Le témoignage.

Campagne sur les nuisances sonores

Le bruit au travail, même anodin (bruit de la photocopieuse, des chariots...) peut rapidement prendre la forme de nuisances sonores et provoquer du stress, des troubles et des pathologies sur le salarié à long terme.

Grâce aux dix actions proposées, avec le C2DS, réduisons les nuisances sonores.

1. Sensibiliser chacun à parler moins fort
2. Identifier un référent pour la réduction des nuisances sonores
3. Permettre au patient ou résident d'exprimer son ressenti aux nuisances sonores
4. Adapter l'intensité des sonneries et des alarmes
5. Veiller aux décibels lors de l'acquisition et du renouvellement des équipements et des dispositifs médicaux
6. Maintenir les équipements pour garantir la réduction des nuisances sonores
7. Construire et rénover avec des matériaux à efficacité d'absorption acoustique reconnue
8. Veiller au silence durant les horaires nocturnes
9. Organiser les travaux bruyants sur des horaires de moindre nuisance
10. Mobiliser les collaborateurs, prestataires et patients/résidents

En signant la charte « Engagements réduction des nuisances sonores », nous nous engageons à respecter au moins six actions et dans une démarche d'amélioration continue de tendre vers les dix actions proposées.



Le Groupe E4, engagé dans une démarche d'amélioration de la qualité de vie au travail de ses salariés, a donc souhaité s'investir auprès du Comité de développement durable en santé (C2DS) dans une campagne de réduction des nuisances sonores.

À partir des mois d'octobre et novembre 2017, la responsable qualité et développement durable du Groupe E4 organisera avec les directions des EHPAD un audit sur les nuisances sonores au sein des résidences. À l'issue de cet audit, des actions seront mises en place afin de réduire ces nuisances sonores dans les résidences et ainsi améliorer l'environnement de travail des salariés.

Contacts

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

contact@groupe-e4.com



Visitez nos sites Internet :

www.maison-retraite-montpellier.com

www.nouveau-services.com

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

 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

 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

 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

 **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