



● ACTUALITÉS

De Nouvéo :

Des étoiles dans les yeux

Des Résidences :

Activités chaleureuses

p. 4-5

● PAROLE AUX RÉSIDENTS

p. 6-9

● VIVRE SENIOR

La déambulation

p. 10



● ZOOM SUR

Histoire de la télévision
française

p. 13

Nos Résidences en images





Des envies de cocooning !

Chères lectrices, chers lecteurs,

L'automne s'est bien installé. Alors, c'est l'occasion de se retrouver au chaud à l'intérieur pour nos activités. Certains profiterons de ces baisses de température pour s'adonner à leur passion des mots croisés sans regretter de ne pas jouir des bienfaits du soleil, tandis que d'autres aimeraient encore un peu de chaleur.

Le 11 novembre, jour de l'armistice de la première guerre mondiale, sera également l'occasion de nous souvenir de nos poilus qui ont fait preuve d'un grand courage et ont parfois donné leur vie pour notre liberté chérie.

Nous vous souhaitons à toutes et à tous de passer un bon mois de novembre qui, comme à l'habitude, sera riche en animations et en divertissements.

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. 11-12

Parole aux Résidents

- Résidence Les Aigueillères
- Résidence La Cyprière
- Résidence La Martégale
- Résidence L'Ensoleillade

p. 6-9

Zoom sur

- Histoire de la télévision française

p. 13

Tour d'horizon

p. 14

Vivre sénior

- La déambulation

p. 10

Contacts

p. 15-16

Des étoiles dans les yeux



La tête dans les nuages !

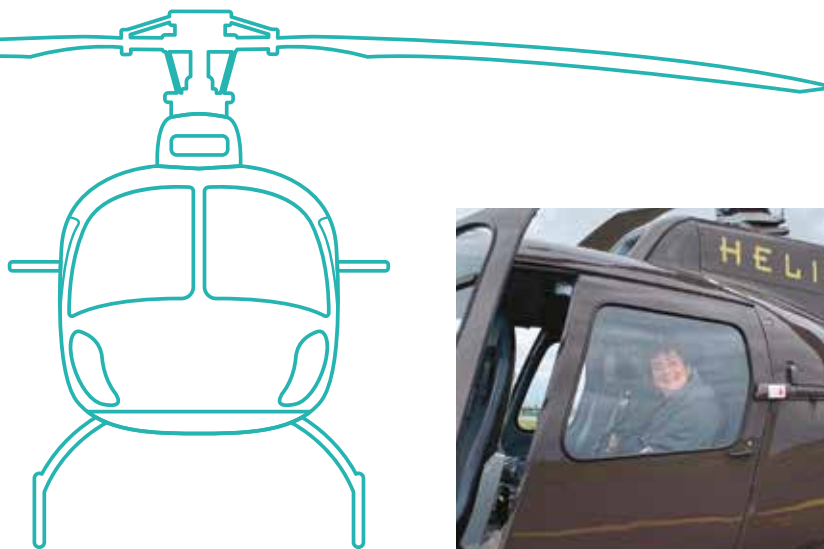
Il y a quelques temps Mme Domenech, personne en situation de handicap chez Nouvéo et son assistant de vie avaient remporté le Challenge Culinaire Nouvéo grâce à la réalisation de leur gâteau en forme de poisson.

Parmi les gains proposés, ils avaient choisi un vol en hélicoptère avec la société Heliteam filiale du Groupe E4.

Le 6 octobre dernier, Mme Domenech et son assistant de vie,

Vincent Coursindel, ont pu s'envoler au départ de Montpellier pour un circuit au-dessus de la Camargue et des Salins d'Aigues-Mortes en passant par le littoral héraultais ! A bord de l'hélicoptère, installée côté fenêtre, Sandrine impressionnée, n'a pas quitté des yeux les magnifiques paysages vus du ciel qui s'offraient à elle tout au long du voyage.

Un moment « **magique** » et « **inoubliable** » qui a marqué les esprits pour longtemps de Sandrine et Vincent !



Activités chaleureuses

La Cyprière

Le défi en aiguilles

Certaines de nos résidentes préparent le défi en aiguilles pour participer à la confection d'un sapin en tricot 100% made in Juvignac. Ce défi artisanal, collectif et éco-citoyen est organisé par la ville de Juvignac.

La création finale pourra être admirée à l'occasion du prochain «Top Lumières».

L'Ensoleillade

Du confort pour les visites

Crise sanitaire oblige ! On se plie aux exigences (gestes barrières, distance de sécurité...). Mais les visites continuent pour entretenir les liens avec les familles sans oublier de protéger nos résidents. Nous avons donc installé un « espace famille » adapté à la saison.

La Martégale

Y'a de la joie !

Pour ce mois de novembre, nous organisons un thé dansant le jeudi 12 à partir de 15h00, avec un goûter préparé avec soin par les résidents et de la musique pour danser.

Coiffure

Virginie, notre coiffeuse depuis 2012, a quitté la Martégale début octobre pour de nouvelles aventures. Elle ouvre son salon à Saint-Jean-de-Védas.

Depuis le 16 octobre, Isabelle, notre nouvelle coiffeuse, a pris ses fonctions au sein de l'établissement tous les vendredis en journée.

Les Aigueillères

On tricote aux Aigueillères

En novembre, nous retrouvons la fraîcheur automnale. Alors on se remet au tricot ! On ressort pelotes de toutes les couleurs, aiguilles de toutes les tailles et c'est parti pour de bonnes séances de tricot, à n'importe quel moment de la journée ! Rien de plus relaxant pour passer le temps seul ou en petits groupes, autour d'un thé et confectionner écharpes et bonnets pour les plus frileux !

La Parole aux Résidents



La Cyprière

DES ÉCHANGES CHALEUREUX !

Lors de la semaine bleue du 5 au 9 octobre, nous avons partagé un après-midi en visioconférence avec les enfants du centre de loisirs Nelson Mandela de Juvignac. Ils nous ont préparé des chants et des chorégraphies. Nous avons également joué ensemble à la bataille navale.

Le lendemain, le directeur du centre de loisirs nous a apporté des cadeaux que les enfants ont fabriqués à l'attention des résidents. Nous préparons des cartes pour les remercier.

Lila

« C'est beau de voir des enfants à la télé parce qu'ils nous racontent des histoires et on est envahi par la jeunesse. Ils sont gentils, ça m'a plu. »

Christiane

« J'ai apprécié les deux chansons. Ils se sont investis et j'ai admiré la façon dont ils ont joué et quand ils nous criaient « dans l'eau » quand nous perdions. Leurs cadeaux étaient très bien faits. J'ai même eu droit à un dessin avec pleins d'idées. »

Marcelle

« Ça nous a fait du bien à nous et à eux. Ça me ferait plaisir de le refaire et les cadeaux étaient super. »

Les Aigueillères

GYMNASTIQUE LUDIQUE

Aux Aigueillères, on n'arrête pas la «gymnastique ludique» hebdomadaire avec Muriel, notre professeure d'activités physiques adaptées qui est toujours au rendez-vous ! Elle arrive à rassembler, à chaque étage, de bons groupes de personnes.

Il y a peu de temps encore, les séances se déroulaient à l'extérieur et chacun profitait de la douceur de l'été indien : les rayons de soleil de fin de journée et le bon air extérieur nous faisaient le plus grand bien !

Aujourd'hui, le froid est revenu et les séances se déroulent un peu partout dans la résidence, afin que tout le monde en profite. Rien de mieux qu'un peu d'activité physique pour garder la forme, le moral et être en bonne santé !

Mme C. :

« J'aime bien les séances de gym avec Muriel, elle est marrante et on fait du sport tout en riant. »

Mme B. :

« La gym avec Muriel, c'est la seule activité que je pratique ici et je ne m'en lasse pas. »

M. D. :

« C'est sympa ces séances de gym, on travaille le corps et comme on ne bouge pas beaucoup, ça fait du bien ! »

La Martégale

DÉCORATION D'AUTOMNE

L'activité manuelle, qui a lieu une fois par semaine en salle d'animation, est un moment très agréable. Les résidents sont en petit comité.

Pendant l'activité, ils préparent la nouvelle déco de la salle de restauration. Il y a beaucoup d'éclats de rire, d'échanges, ils s'aident les uns les autres, et sont vraiment ravis de participer à la décoration de leur lieu de vie .

Cette fois nous avons fait la déco d'automne de la salle de restaurant.

Mme L.

« Cela m'a beaucoup plu de participer à la décoration de la salle à manger. »

Mme C.

« J'aime bien faire les activités manuelles. »

M. C.

« C'est une activité que j'attends toute la semaine pour m'épanouir. »

Ensoleillade



LA ZOTHÉRAPIE RÉVEILLE LES SENS

Lapins, dindes, poules, tortues, chiens et chats... Quand on dresse la table en zoothérapie, c'est pour les mettre à l'honneur. Et quand ils défilent sur l'enfilée de tables, c'est aussi l'occasion de petites victoires et de grandes joies pour chacun de nos résidents.

On attrape un oiseau, on distribue des caresses, on les prend sur ses genoux. Parfois, c'est seulement le regard qui se pose sur les animaux puis s'éclaire et pétille ou les oreilles et les mains qui s'ouvrent.. Ça marche à tous les coups !

Quand on utilise ses 5 sens, on retrouve des sensations perdues, on se sent mieux !

Mme A.

« *Caresser un animal, ça fait du bien.* »

M. D.

« *Les gens qui aiment les bêtes, ce sont de bonnes personnes.* »

M. A.

« *Moi j'ai toujours eu peur des bêtes à plumes et pourtant celle-là je pourrai presque la toucher !* »

La déambulation

La déambulation de la personne âgée est un comportement répétitif de déplacements incessants, non contrôlables. Les déambulations peuvent durer plusieurs heures, de jour comme de nuit.

Ce comportement se rencontre principalement chez les personnes âgées souffrant de démence et/ou d'affections psychiatriques.

Les risques liés à la déambulation sont les traumatismes avec chutes et fractures, égarement de la personne, rejet de la personne par son entourage, dénutrition et épuisement de la personne, ainsi que l'épuisement des soignants et des aidants.



Diagnostic et stratégie

L'observation pluridisciplinaire est fondamentale pour l'élaboration d'un diagnostic et l'élaboration d'une stratégie thérapeutique.

Les objectifs principaux de la prise en charge sont de préserver la liberté de la personne, son autonomie et ses capacités restantes tout en prévenant les risques.

Prévention

Un espace de déambulation sécurisé, avec notamment des fermetures de sécurité au niveau des portes et des fenêtres.

Un système d'identification de la personne quand il existe des possibilités de sortie sur l'extérieur.

Conserver une photo d'identité récente de la personne dans le cas où il faudrait entreprendre des recherches.

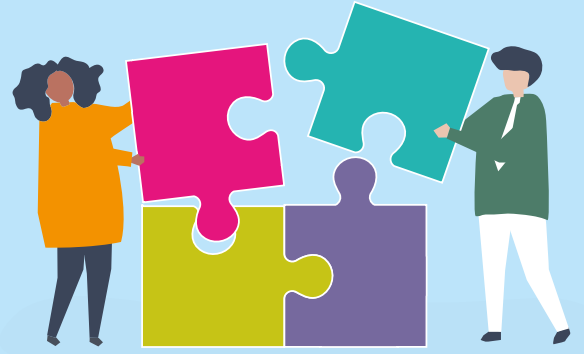
Prise en charge non médicamenteuse psycho-comportementale individualisée, adaptée et décidée en équipe

pluridisciplinaire avec réévaluations régulières.

Éviter de s'opposer à la personne car les situations de contrainte exacerbent les troubles.

Utiliser avec prudence les traitements médicamenteux, car ils sont souvent peu efficaces sur ce trouble du comportement, et engendre des effets indésirables comme la confusion, chutes et traumatismes.

Les jeux du mois !



Sudoku

		9				4	2	8
	8			9				
7					5			9
					7			
	3						9	6
		6			4		5	
2			5		1	7		
		5			3			1
		8						

Grille n°1024



Énigmes

On le dit parfois populaire.
Par les premiers, il est ouvert.
On y croise les débutants.
Il est masqué de temps en temps

Qui est-il ?

Contre elle on a une dent.
On a peur quand on l'entend.
Elle nous fait jouer pourtant, et permet le déplacement

Qui est-elle ?

Cette petite bête qui se multiplie aime bien sortir la nuit.
Tout d'un coup et sans avis il incite à la mélancolie

Qui est-il ?

8	6	2	5	7	3	4	1	9
1	9	3	8	6	4	7	2	5
7	5	4	9	1	2	6	3	8
2	3	5	7	8	9	1	4	6
9	8	6	3	4	1	5	7	2
4	1	7	6	2	5	8	9	3
6	4	8	2	9	7	3	5	1
3	2	1	4	5	8	9	6	7
5	7	9	1	3	6	2	8	4

Grille n°1261

Sudoku



Énigmes

Énigme 1 : le crâne

Énigme 2 : le défilé

Énigme 3 : la puce



Histoire de la télévision française...



... DE LA RTF À HANOUNA !

Le 21 novembre c'est la journée mondiale de la télévision. C'est l'occasion de réviser l'histoire du petit écran en France.

30

L'histoire de la télévision française commence au début des années 30 avec une série d'émissions expérimentales. En 1935, sous l'impulsion du Ministre des PTT Georges Mandel, qui fait installer un émetteur au sommet de la tour Eiffel, ont été diffusées les premières émissions officielles.

40

Contrarié par la seconde guerre mondiale, l'essor de ce nouveau média s'est concrétisé avec la création de la RTF et la diffusion du premier journal télévisé créé par Pierre Sabagh, le 9 juin 1949.

50

Au début des années 50, le petit écran restait confidentiel : moins de 4000 Français étaient équipés d'un téléviseur contre plus d'un million de Britanniques !

60

Parrapport à ses voisins, la télévision Française, ralentie par la politique du monopole, a pris un retard considérable et il a fallu attendre la fin des années 60 pour que les foyers s'équipent massivement.

80

En 1982, la libéralisation des ondes a permis de bâtir la télévision telle qu'on la connaît actuellement, avec une multitude de chaînes et de nombreux programmes. Les plus anciens se souviennent avec nostalgie de ceux qui ont marqué l'histoire de la télévision, tel Guy Lux, Léon Zitrone, Jacques Martin ou encore Pierre Bellemarre.





L'île d'Okinawa se trouve dans un chapelet d'îles du sud du Japon. Elle est réputée pour l'extraordinaire longévité de ses habitants qui ne date pas d'hier.

LES SECRETS DE LONGÉVITÉ D'OKINAWA !

En témoigne cette ancienne inscription gravée sur un rocher : « À 70 ans, vous n'êtes qu'un enfant ; à 80, vous êtes à peine un adolescent ; et à 90 ans, si les ancêtres vous invitent à les rejoindre au paradis, demandez-leur d'attendre jusqu'à 100 ans, âge auquel vous reconsidérerez la question ».

Outre le fait d'y croiser nombre de centenaires, les visiteurs sont d'abord surpris par la joie de vivre qui règne en ces lieux. Toujours le sourire aux lèvres, les habitants font constamment preuve de bienveillance et d'attention, éliminant toute forme de stress.

Pour les scientifiques, cette longévité tient plutôt de l'alimentation qui privilégie la consommation de légumes, d'algues et de thé et limite les viandes et le sucre. Le régime d'Okinawa est régi par un grand principe : toujours s'arrêter de manger avant d'être rassasié !

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





nouvéo
Services à la personne

AIDE À LA PERSONNE

Métropole de Montpellier

18, chemin de la Plaine
34990 Juvignac

Sète - Bassin de Thau

Sise 6, Quai de la république
34200 Sète

Palavas-les-Flots

1 avenue de l'Abbé Brocardi
34250 Palavas-les-Flots

Villeneuve-lès-Maguelone

3 Allée du Collège,
Centre médical des Salins
34750 Villeneuve-lès-Maguelone

Tél. 04 99 77 29 14

contact@nouveo-services.com

Notre site Internet :

www.nouveo-services.com

nouveo
Services à la personne

HOME SERVICES

Métropole de Montpellier

18, chemin de la Plaine
34990 Juvignac

Sète - Bassin de Thau

Sise 6, Quai de la république
34200 Sète

Villeneuve-lès-Maguelone

3 Allée du Collège,
Centre médical des Salins
34750 Villeneuve-lès-Maguelone

Tél. 04 99 77 29 14

contact@nouveo-services.com

Notre site Internet :

www.nouveo-homeservices.com



Contacts

Les Aigueillères Résidence

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



La Cyprière Résidence

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 Martégale Résidence

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



L'Ensoleillade Résidence

Maison de retraite Médicalisée

Avenue de l'Agau

34970 **Lattes**

Tél. 04 67 64 00 64

Fax 04 67 22 23 15

enseillade@maison-retraite-montpellier.com