



« En décembre, fais du bois et endors toi. »

| | | | Jeudi 1 | Vendredi 2 | Samedi 3 | Dimanche 4 |
|--|---|---|--|---|--|---|
| | | | 9h45 Lecture du journal 10h00 & 11h00 Gym douce 10h45 Foire du Livre 14h30 Réalisation des décorations de Noël 15h00 Jeu de pistes au salon avec les enfants 16h15 Loto | 9h30 Atelier créatif en salle animation 10h30 Sortie à proximité du centre-ville de Pérois | 9h30 Sortie au marché de Pérois 14h30 Réalisation des décorations de Noël / Jeux de mots et casse-tête en salle d'animation | 10h30 Messe télévisée au salon du 2 ^{ème} étage 14h30 Réalisation des décorations de Noël |
| Lundi 5 | Mardi 6 | Mercredi 7 | Jeudi 8 | Vendredi 9 | Samedi 10 | Dimanche 11 |
| 10h00 & 10h30 Zoothérapie 14h30 Décors de Noël 15h00 Jeux de mots et casse-tête 15h00 Musicothérapie en salle de restauration 16h30 Musicothérapie en chambre | 10h00 Activité Physique Adaptée groupe A 11h00 Activité Physique Adaptée groupe B 14h30 Réalisation des décorations de Noël | 14h30 Réalisation des décorations de Noël 15h30 (selon météo) Jeu de quilles en salle de restauration ou jeu de pétanque à Pérois Jeux de société à disposition | 9h45 Lecture du journal 10h00 & 11h00 Gym douce 10h45 Actualité de la Résidence 14h30 Décorations de Noël / Film documentaire « Félines noir sur blanc » 16h15 Loto | 9h30 Atelier créatif en salle animation 10h30 Sortie à proximité du centre-ville de Pérois | 9h30 Sortie au marché de Pérois 14h30 Réalisation des décorations de Noël 15h30 Jeux de société à disposition | 10h30 Messe télévisée au salon du 2 ^{ème} étage |
| Lundi 12 | Mardi 13 | Mercredi 14 | Jeudi 15 | Vendredi 16 | Samedi 17 | Dimanche 18 |
| 10h00 & 10h30 Zoothérapie 14h30 Décors de Noël 15h00 Jeux de mots et casse-tête 15h00 Musicothérapie en salle de restauration 16h30 Musicothérapie en chambre | 10h00 Activité Physique Adaptée groupe A 11h00 Activité Physique Adaptée groupe B 14h30 Réalisation des décorations de Noël | 14h30 Réalisation des décorations de Noël 15h30 (selon météo) Jeu de quilles en salle de restauration ou jeu de pétanque à Pérois | 9h45 Lecture du journal 10h00 Gym douce 10h45 Actualité de la Résidence 11h00 Gym douce à la Noria 14h30 Décorations de Noël 15h00 Loto | 9h30 Atelier créatif en salle animation 10h30 Sortie à proximité du centre-ville de Pérois | 9h30 Sortie au marché de Pérois 14h30 Réalisation des décorations de Noël 15h00 Jeux de mots et casse-tête en salle d'animation | 10h30 Messe télévisée au salon du 2 ^{ème} étage 14h30 Réalisation des décorations de Noël |
| Lundi 19 | Mardi 20 | Mercredi 21 | Jeudi 22 | Vendredi 23 | Samedi 24 | Dimanche 25 |
| 10h00 Zoothérapie à la Noria 10h30 Zoothérapie à la mezzanine 15h00 Fête de Noël en salle de restaurant avec le chanteur Gaby | 10h00 Activité Physique Adaptée groupe A 11h00 Activité Physique Adaptée groupe B 15h00 Messe au salon du 2 ^{ème} étage avec le prêtre de la paroisse Saint-Sixte I | 15h30 (selon météo) Jeu de quilles en salle de restauration ou jeu de pétanque à Pérois | 9h45 Lecture du journal 10h00 Gym douce 10h45 Actualité de la Résidence 11h00 Gym douce à la Noria 14h30 Décorations de Noël 15h00 Loto | 9h30 Atelier créatif en salle animation 10h30 Sortie à proximité du centre-ville de Pérois | Réveillon Noël 9h30 Sortie au marché de Pérois 15h00 Jeux de société à disposition | Férieré Noël 10h30 Messe télévisée au salon du 2 ^{ème} étage |
| Lundi 26 | Mardi 27 | Mercredi 28 | Jeudi 29 | Vendredi 30 | Samedi 31 | |
| 10h00 & 10h30 Zoothérapie 15h00 Jeux de mots et casse-tête 15h00 Musicothérapie en salle de restauration 16h30 Musicothérapie en chambre | 10h00 Activité Physique Adaptée groupe A 11h00 Activité Physique Adaptée groupe B | 14h30 Activité manuelle en salle animation 15h30 Jeux de société à disposition | 9h45 Lecture du journal 10h00 Gym douce 10h45 Actualité de la Résidence 11h00 Gym douce à la Noria 14h30 Activités manuelles 15h30 Jeux de société à disposition | 14h30 Activité manuelle en salle animation 15h30 Jeux de société à disposition | Réveillon Saint sylvestre 9h30 Sortie au marché de Pérois 15h00 Fête de fin d'année en valse en salle de restaurant | |

- Animatrice :** Elisa.
- Psychologue :** Anne-Sophie.
- Psychomotricienne :** Natacha.
- Ergothérapeute :** Allan.
- Musicothérapeute :** Marie.

Magali :
Enseignante d'Activité Physique Adaptée (APA) Gymnastique douce.

Lauranne Torres :
Atelier de zoothérapie.

Du lundi au dimanche : visites des familles les après-midis

Le mercredi après-midi : rendez-vous Skype en salle d'animation

Le samedi matin : rendez-vous Skype en salle d'animation

Les actualités des résidences et du domicile



EN CHANSON !

À la Martégale

Le 1^{er} décembre, la résidence ouvre encore une fois ses portes aux enfants de l'école élémentaire « La Guette ». Ceux-ci sont intervenus au cours des ateliers musicaux et viendront participer à un jeu de pistes organisé avec les résidents.

L'esprit joyeux se poursuivra durant tout le mois de décembre avec les aides-soignants de La Martégale qui vont dédier un temps de partage à nos aînés en attendant le jour de Noël : ensemble ils vont préparer leurs recettes préférées et les décorations des fêtes.

À la Cyprière

L'objectif d'attirer le maximum de résidents à participer aux activités et animations proposées est presque atteint. Les Activités Physiques Adaptées et les animations musicales rencontrent un grand succès. Des moments d'accompagnement individuel ont été mis en place, nos résidents les apprécient beaucoup. Le mois de novembre reste dans la continuité des objectifs fixés au mois d'octobre : **Mouvement = Bien-être**, avec la mise en place d'ateliers spontanés pour travailler l'autonomie de chaque personne avec des méthodes adaptées et en toute sécurité.

À l'Ensoleillade

Pendant tout le mois de décembre nous



Sortie au marché

allons préparer Noël. Un calendrier de l'Avent prévoira la réalisation de toutes les décorations, pâtisserie, chorale à thème et, bien sûr, le 10 décembre à partir de 14h30, la fête de la résidence avec la présence de la chorale des Cantamottes et du musicien Rodolphe avec sa guitare qui assureront l'ambiance.

Aux Aigueillères

Les fêtes de fin d'année approchent à grands pas. Nous accueillerons un spectacle de trompette et de danse le mercredi 28 décembre. Nous en profiterons pour chanter et danser. Nous mangerons une buche de Noël en compagnie de la mairie le mercredi 14 décembre. De belles choses nous attendent durant tout ce mois de décembre !

Anniversaires et fêtes

Anniversaires

Mme Augusta GAUTHIER, le 6 décembre
Mme Henriette SCHMITT, le 9 décembre
Mme Janine CASAGRANDE, le 21 décembre
Mme Jacqueline CARDONA, le 28 décembre

Fête

Mme LUCAS, la Sainte Alice, le 16 décembre
M. MAYER, la Saint Jean, le 27 décembre
M. THILLARD, la Saint Roger, le 30 décembre

Les actualités santé

LA VACCINATION CONTRE LA GRIPPE SAISONNIÈRE



Depuis le 18 octobre, la campagne de vaccination saisonnière 2022-2023 contre la grippe est lancée. La grippe est une infection respiratoire aiguë très contagieuse. Les épidémies de grippe surviennent chaque année et touchent chaque hiver entre 2 et 6 millions de personnes. La vaccination contre la grippe est donc recommandée, notamment pour les personnes les plus fragiles.

N'hésitez pas à vous renseigner auprès de l'équipe médicale si vous souhaitez être vacciné.

Jeux / Questions inventions

Lorsque l'hiver arrive, je n'ai presque plus de feuilles. Pourtant, je ne suis pas un arbre.
Qui suis-je ?

Le calendrier (éphéméride)

Que dit un sapin de Noël qui arrive en retard le soir du réveillon ?

"Zut, je vais encore me faire enguirlander !"

Chaque année au mois de décembre, les enfants me glissent dans une boîte jaune.
Qui suis-je ?

Une lettre

Suivez toutes les actualités des résidences sur notre page facebook : www.facebook.com/GroupeE4



Retrouvez votre journal et les actualités de votre Résidence sur votre site Internet : www.maison-retraite-montpellier.com

Édition : Groupe E4 / **Rédaction :** Groupe E4 - DP News

Adresse : Groupe E4 - 18 chemin de la Plaine - 34990 Juvignac

