

L'écho des Joyeux Résidents

Septembre 2020



Couvertures réalisées par les résidents



En septembre, c'est l'ouverture de la chasse. Un chasseur se cache dans le journal... Pouvez-vous le retrouver ??

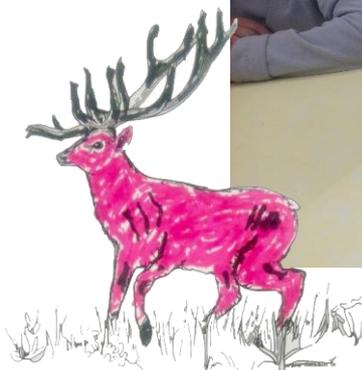
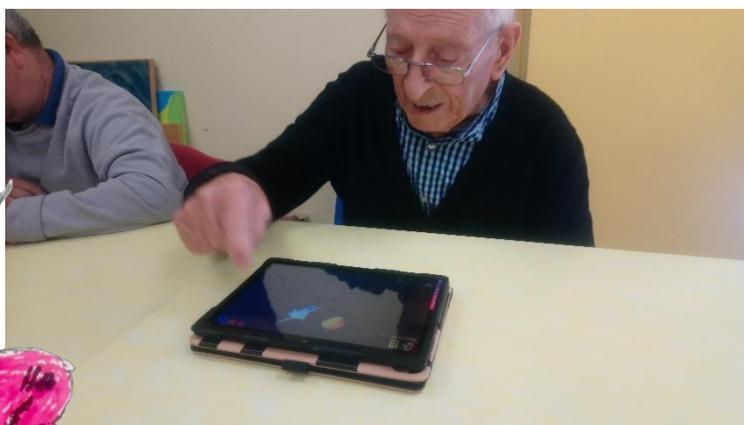
Il ressemble à ça...



Gardez les yeux ouverts, il peut être n'importe où !

1^{er} septembre : tablettes

Les résidents commencent petit à petit à s'initier à l'utilisation des tablettes. Ils ont pu découvrir des jeux et les essayer, ce qui leur a beaucoup plu !



Journal

Mme Besse et Mr Pauzet ont aidé Pauline a agrafé et compter les exemplaires du journal du mois d'août !



2 septembre : bricolage

Avec Pauline, les résidents ont réalisé des fleurs en papier qu'ils ont pu conserver par la suite.



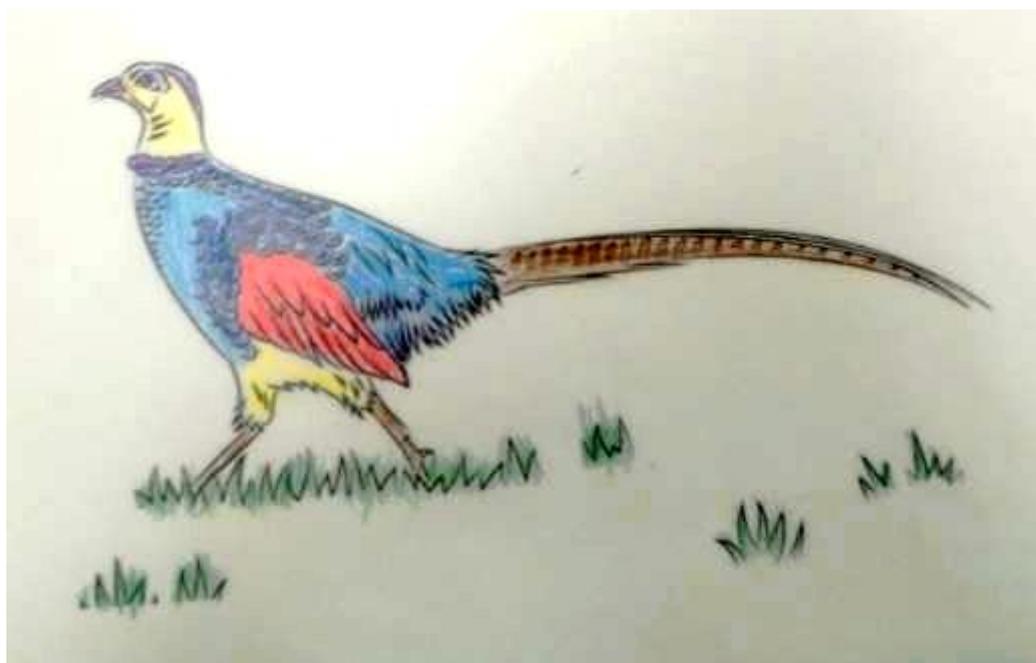
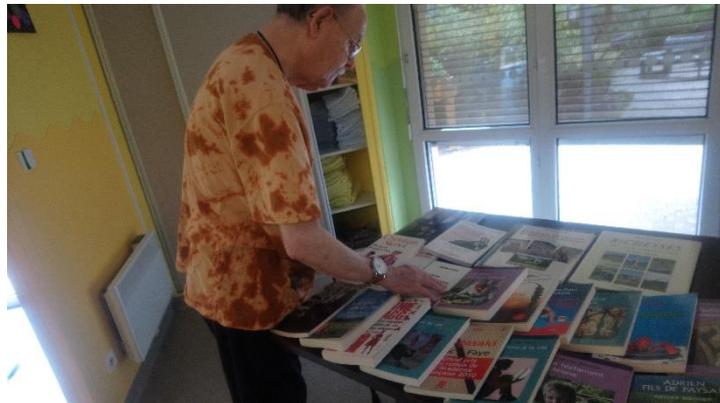
6 septembre : 100 ans !

Mme Jeannette DENARDOU a fêté ses 100 ans le 6 septembre. Pour l'occasion, sa famille est venue lui souhaiter à l'EHPAD autour d'un petit pot. Le maire de Nexon était présent et a fait un discours pour célébrer l'événement ! Elle a reçu de nombreux bouquets de fleurs pour le plus grand plaisir de la reine du jour.



10 septembre : livres

Aurélie, notre bibliothécaire préférée, est revenue voir les résidents et leur prêter des livres. Ils peuvent les feuilleter et discuter avec elle pour demander des conseils de lecture.



Couverture du journal

C'est une activité que les résidents aiment beaucoup faire et qu'ils peuvent ensuite montrer à leurs camarades et à leurs familles.



Pliage du linge

Les résidentes sont très motivées et apprécient de plier le linge de l'EHPAD. C'est une activité devenue récurrente. Elles peuvent discuter et partager un bon moment.



Tablettes

Elles commencent petit à petit à prendre leur place avec les résidents, désireux d'en savoir plus sur ce nouvel outil technologique !



Café Journal

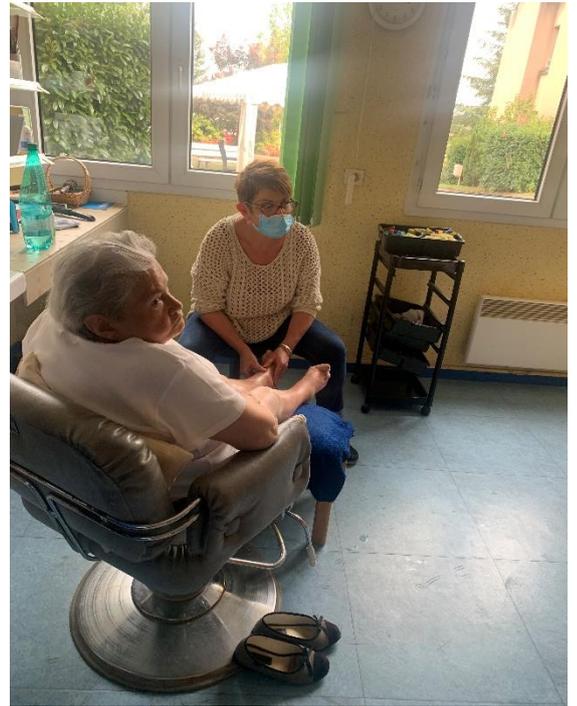


Le café journal est de retour ! Un moment sympathique où les résidents apprennent les nouvelles du jour. Ils en discutent autour d'un petit café.



Bains de pieds

À son retour de vacances, Marie-Pierre a proposé des bains de pieds afin que les résidents puissent se relaxer.



Coiffure

Sylvie la coiffeuse est revenue faire une beauté aux résidents pour leur plus grand plaisir !



Goûter d'anniversaire

Pour les 100 ans de Mme DENARDOU, les résidents ont fait un goûter d'anniversaire. Ils ont pu déguster un délicieux gâteau à la mangue. Ce goûter aura également permis de mettre à l'honneur l'ensemble de nos centenaires !



Mot de Monsieur le Directeur : Pour des raisons exceptionnelles et en accord avec les résidents concernés et leurs familles, les centenaires de la Résidence du Parc ont été fêtés comme il se doit : "avec chaleur et humanité".





Anniversaires

En septembre, nous avons fêté l'anniversaire de :

- 🍰 Mme Jeannette DENARDOU a fêté ses 100 ans le 6 septembre,
- 🍰 Mme Thérèse BONNANT a fêté ses 84 ans le 12 septembre,
- 🍰 Mme Paulette DEBOFFE a fêté ses 87 ans le 12 septembre,
- 🍰 Mr Raymond MOUSSET a fêté ses 78 ans le 20 septembre,
- 🍰 Mme Raymonde BOUTAUDON a fêté ses 88 ans le 27 septembre,
- 🍰 Mme Odile BOISSOU a fêté ses 71 ans le 29 septembre.



Les résidents qui nous ont quittés

Nous garderons un souvenir ému de ceux qui nous ont quitté :

Mr Claude CAINAUD nous a quitté le 1^{er} septembre à l'âge de 72 ans. Il était présent chez nous depuis mars 2015.



Mme Jeanne FAURE nous a quitté le 8 septembre à l'âge de 100 ans. Elle était présente chez nous depuis janvier 2020.



Bienvenue aux nouveaux résidents

Madame Marcelle THOMAS est arrivée chez nous le 4 septembre 2020. Elle vient de Limoges.



Mr Jean CHARRON est arrivé chez nous le 14 septembre 2020. Il est en hébergement temporaire. Il vient de Nexon.



Mr Alain PALLIER est arrivé chez nous le 15 septembre 2020. Il vient de Nantes.





Infos travaux

La commission de choix a eu lieu le vendredi 4 septembre 2020 à 9H00:

Point 1 : liste des entreprises retenues ci- dessous :

N° Lot	Entreprises	Offre retenue HT
Lot 1 - Désamiantage - Démolition - gros œuvre - VRD	EIFFAGE	629 726,55 €
Lot 2 - Etanchéité	ETANCHEITE DU SUD OUEST	26 724,82 €
Lot 3 - Bardage (offre de base + PSE)	RGPD FACADES	70 152,88 €
Lot 4 - Menuiseries extérieures ALU	INNOVALU	469 650,00 €
Lot 5 - Plâtrerie - faux plafond	VILLEMONTAIL	177 281,31 €
Lot 6 - Menuiseries intérieures	ADAM	84 476,26 €
Lot 7 - Peinture	ROUGIER BATIMENT	130 982,83 €
Lot 8 - revêtement de sols souples	TEKNISOLS	187 508,50 €
Lot 11 - Lève malade	ARJO	20 020,68 €
TOTAL.....		1 796 523,83 €

Point 2 : phase de négociation supplémentaire pour le lot 9 – Electricité courants forts et faibles,

- Monsieur le directeur va relancer une nouvelle phase de négociation supplémentaire avec l'ensemble des candidats. Les travaux supplémentaires concernant l'inverseur (PSE estimée entre 16 000 et 20 000 euros HT) seront ajoutés.

Point 3 : lot classé sans suite pour le lot 10 – chauffage ventilation plomberie,

- Monsieur le directeur va relancer une nouvelle consultation passée sans publicité ni mise en concurrence.

Une nouvelle commission sera organisée pour l'étude des lots 9 et 10 : le vendredi 16 octobre 2020 à 16 H 00.

Les notifications aux entreprises seront émises lorsque tous les lots seront retenus et non retenus.

La commission a décidé que le lot 11 LEVE MALADE peut être notifié dès à présent.

À suivre...

Solutions des jeux du mois de juillet

OBÉISSANCE À L'ÉVÊQUE COUPE UN ARBRE	O	BANDE DÉCORATIVE CAPITALE DU PARAGUAY	E	CONÇOIT UNE ŒUVRE	C	MÏT AU PARFUM FIN D'INFINITIF	A	MENOTTE D'ENFANT MONTRA DU CRAN	M	QUI EST DIFFICILE À CONTESTER
A	B	A	T	GRAND PEINTRE CONTRÔLEUR	R	E	N	O	I	R
DOCTRINE RÉSERVÉE À DES INITIÉS ADMIRÉE	E	S	O	T	E	R	I	S	M	E
A	D	U	L	E	E	BROSSE POUR CHATON IL SERVAIT À FILER	S	A	I	E
PRÉNOM FÉMININ BOUCHE DE CORBEAU	I	N	E	S	DIEU DU SOLEIL PAS COURANT	R	A	N	L	
B	E	C	MARCHE À PETITS PAS FAIT PORTER	T	R	O	T	T	E	DIPLÔME D'ÉTUDES SUPÉRIEURES
DEGRÉ D'UNE ÉCHELLE DÉGÔÛT PROFOND	N	I	V	E	A	U	MAÎTRE EN PLUS COURT	I	PEINTURE D'UN CORPS DÉCOUVERT	B
E	C	O	E	U	R	E	M	E	N	T
SOIGNÉS	E	N	T	R	E	T	E	N	U	S



QUI PLAÎT À TOUS ESTIMATION	P	BANDEAU AVANCER EN HÉSITANT	S	QUI N'ONT PAS ÉTÉ INVENTÉS	V	L'ONU AU DÉBUT SECTION À L'ONU	S	SYMBOLE CHIMIQUE DU CHROME POCHADE	C	INCONTES-TABLEMENT, C'EST UN FAIT
C	O	T	E	TOURNERA AUTOUR COUPS BUS	R	O	D	E	R	A
SOUTIENS DANS LA FAMILLE INDIGNAIT	P	A	R	R	A	I	N	S	DÉPARTEMENT DE LA RÉGION RHÔNE-ALPES	C
O	U	T	R	A	I	T	ARBUSTE DU YEMEN FIGURE COLMAR-RIENNE	Q	A	T
LIMON CALCAIRE GRANDE RAIE	L	O	E	S	S	ELLE NOIRCIT UN TUYAU UN PEU DE FITNESS	S	U	I	E
M	A	N	T	A	IL EST DONNÉ POUR UN REPAS L'IRIDIUM	S	E	I	N	IL FAUT UN MOBILE POUR L'ENVOYER
JAMAIS PUBLIÉES CONDUIT D'ÉVACUATION	I	N	E	D	I	T	E	S	PLUMÉ COMME UN PIGEON	S
U	R	E	T	E	R	E	DESCENDANCE DE NOÉ	S	E	M
ELLES SE SUC-CÈDENT DANS L'HISTOIRE	E	R	E	S	NE SE DÉGON-FLENT PAS S'ILS SONT PLEINS	P	N	E	U	S

Au revoir Marie-Pierre !!

Mot de Monsieur le Directeur : « Ce mercredi 30 septembre, beaucoup d'entre nous étaient réunis autour de Marie-Pierre, dont la mise à disposition se termine.

Au cours de ces presque trois années, Marie-Pierre a apporté toute sa générosité et son humanité au bénéfice de l'EHPAD de Nexon.

Oui au bénéfice de l'EHPAD ! Bien sûr en premier lieu les résidents, mais également leurs familles et leurs proches, ou bien encore les professionnels et les partenaires de l'établissement.

Par ses idées et ses surprises, Marie-Pierre a su nous montrer toutes les facettes de l'animation et du lien social si nécessaire par les temps qui courent.

Par son dynamisme et son enthousiasme, Marie-Pierre a su faire tomber les barrières qui séparent l'autonomie de la dépendance, le professionnel de l'humain,...

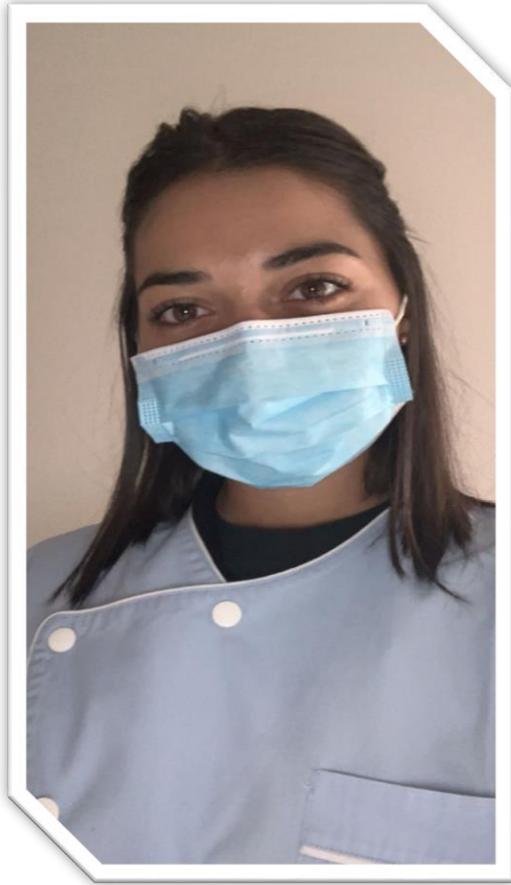
Son accompagnement bienveillant pendant la période de confinement et lors des visites "encadrées" a rassuré chacune et chacun d'entre nous.

Pour tout cela, nous remercions chaleureusement Marie-Pierre ! »





Présentation de Laurie



Quelques mots de Laurie pour mieux apprendre à la connaître.

« Bonjour à vous tous, je m'appelle Laurie DOS ANJOS SARMENTO. J'ai 18 ans, j'en aurai 19 le 28 décembre. Je fais des études en STAPS (sciences et techniques des activités physiques et sportives) en lien avec le sport et la santé afin de devenir enseignante APA (activités physiques adaptées). Si j'y parviens, mon métier consistera à faire faire du sport adapté aux personnes atteintes d'handicap ou aux personnes âgées. Vous l'aurez compris, j'aime beaucoup le sport.

Je serais avec vous jusqu'au 7 mars. Ici, je suis en emploi civique, c'est un engagement volontaire au service de l'Etat ou d'une association, remplaçant le service militaire en France depuis 2010 (source : l'internaute). Mon but est d'apporter de la convivialité dans la résidence, de vous aider dans votre vie sociale, créer également des liens sociaux. Je suis également là pour marcher avec vous, faire des courses, des petites sorties agréables en extérieur, ainsi que vous rendre visite dans vos chambres. Je vous proposerai des ateliers créatifs, ludiques, de loisirs comme par exemple le café journal que nous faisons déjà ensemble. »



Partie jeux

Mots fléchés : <https://www.notretemps.com/jeux/jeux-en-ligne/mots-fleches-gratuits,c1388>

FONCTIONNAIRE DE L'UE	TRÈS AGITÉE	RÉSERVA	PIANISTE OU ACTRICE	DÉPART EN PISCINE	SON, ARRIYÉE SE FETE DANS LA JOIE
COUPLÉ	BLESSER UN HOMME	AVENTURE AMOUREUSE		DOUX AU TOUCHER	
			FIT LE CHEMIN		
			ACCROCHER LE CHARIOT		
EXERCICE SCOLAIRE					
UNE GROSSE FAIM					
				SAINTE, ABRÉGÉ	ILS IMITENT LE MARBRE
				TROUBLÉ	
ANGOISSES					PETIT PERSONNAGE DE CONTE
AVEC HABILITÉ					
EAU DE TOSCANE			VU DANS LE JOURNAL	À LE	
DAHO, CHANTEUR			INTERJECTION	PRONOM	
				COMME INDiqué DANS LE TEXTE	
SA LONGUEUR DÉPEND DU MOMENT		PARTISANS D'UNE ANCIENNE HÉRÉSIE			

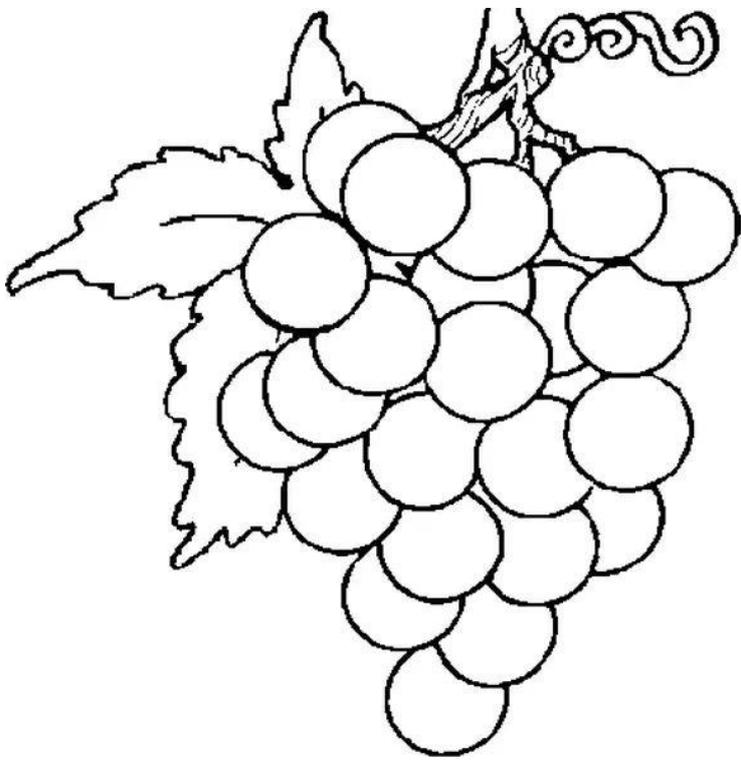
SIR DE LA CITY		IL VA DE TRAVERSE EN TRAVERSE		EST RE-CONNAISSABLE AU TACT		POUR APPELER AVEC DISCRETION		IL DONNE DE LA HAUTEUR		ANCIENNE MONNAIE ESPAGNOLE
IL ADOUCIT LE WHISKY		DIADÈME						TEST DE PSY		
				DEMEURER						
				VIEUX BATEAUX						
COMME UNE BÊTE REDOUTÉE						MEURTRI AU VERGER				
CHOYANT						MÈRE À CALCUTTA				
								ELLE S'AJOUTE À LA FIN		
								TEXTILE		
IL EST MIS EN PIÈCES			DOMESTIQUE POUR CHAUDIÈRE					ARTICLE ANDALOU		
INSENSÉ			RÂPÂT					PAPIER NOTARIÉ		
					VILLA AU MAROC					BIEN EN PLACE CHEZ LE CLERC
					IL SUIT LE CANAL					
IMPERTINENCES										
DIVINITÉS DU FOYER										
								TRAVAIL QUI DEMANDE DU DISCRÈNEMENT		
PURS ET SANS SOUIL- LURE					MISES DANS UNE DIRECTION					

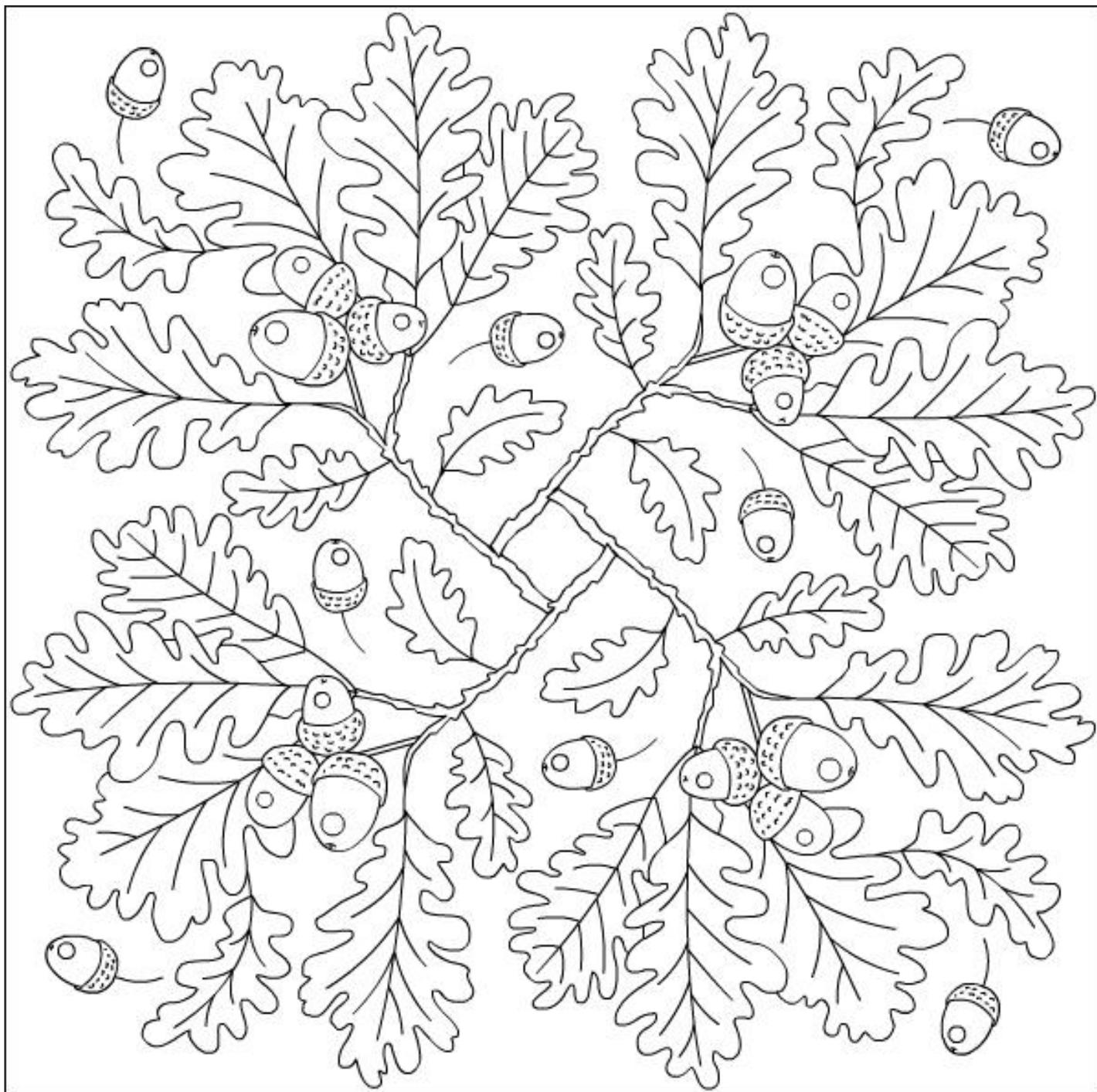
Mise en couleurs

Merci à Mme Pabiot pour avoir prêté son livre !

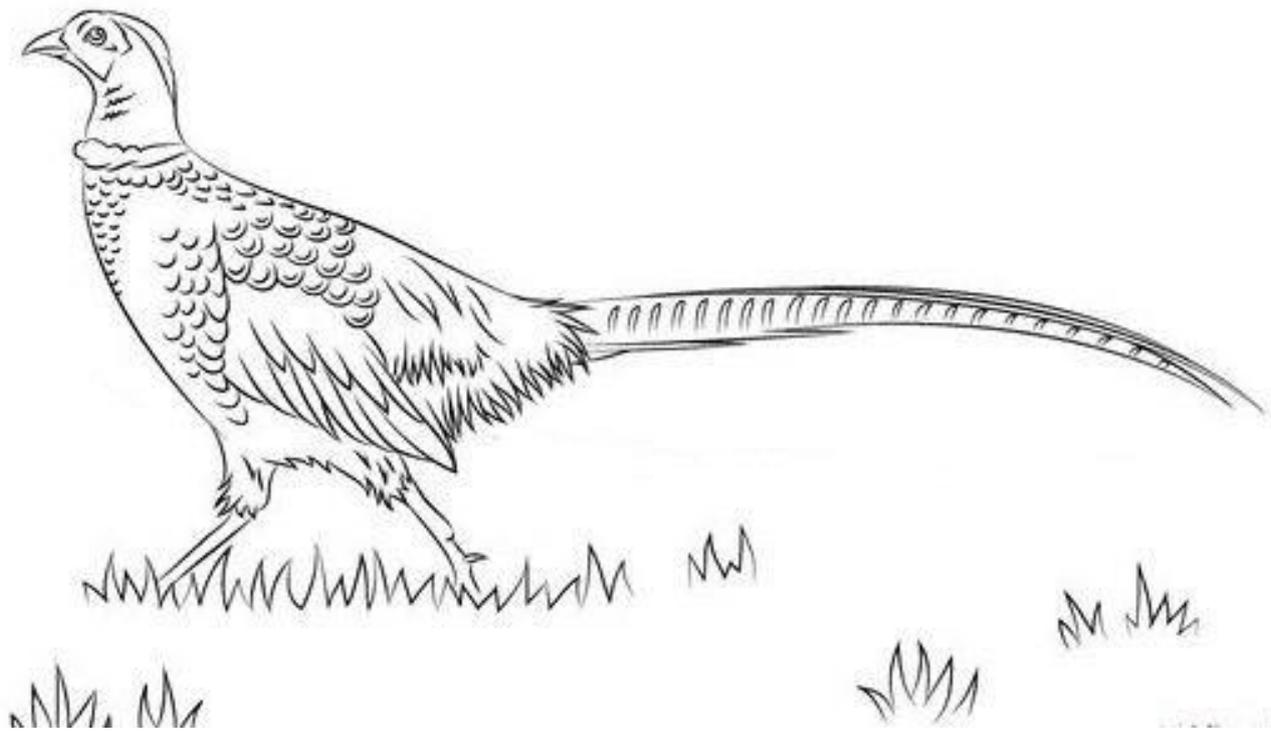












Poèmes de septembre



L'Automne

Sois le bienvenu, rouge Automne,
Accours dans ton riche appareil,
Embrase le coteau vermeil
Que la vigne pare et festonne.

Père, tu rempliras la tonne
Qui nous verse le doux sommeil ;
Sois le bienvenu, rouge Automne,
Accours dans ton riche appareil.

Déjà la Nympe qui s'étonne,
Blanche de la nuque à l'orteil,
Rit aux chants ivres de soleil
Que le gai vendangeur entonne.
Sois le bienvenu, rouge Automne.

Théodore de Banville

En septembre



Parmi la chaleur accablante
Dont nous torréfia l'été,
Voici se glisser, encor lente
Et timide, à la vérité,



Sur les eaux et parmi les feuilles,
Jusque dans ta rue, ô Paris,
La rue aride où tu t'endeuilles
De tels parfums jamais taris,



Pantin, Aubervilliers, prodige
De la Chimie et de ses jeux,
Voici venir la brise, dis-je,
La brise aux sursauts courageux...



La brise purificatrice
Des langueurs morbides d'antan,
La brise revendicatrice
Qui dit à la peste : va-t'en !



Et qui gourmande la paresse
Du poète et de l'ouvrier,
Qui les encourage et les presse...
" Vive la brise ! " il faut crier :



" Vive la brise, enfin, d'automne
Après tous ces simouns d'enfer,
La bonne brise qui nous donne
Ce sain premier frisson d'hiver ! "



Paul VERLAINE



Le défi du mois

Saurez-vous prononcer ces phrases impossibles ?

- Un chasseur sachant chasser doit savoir chasser sans son chien.
(d'où le slogan : André, un chasseur sachant chausser !)
- Les chaussettes de l'archiduchesse sont-elles sèches ? Archi-sèches ?
- Suis-je bien chez ce cher Serge ?



Pourquoi les feuilles tombent en automne ?



La nature est décidément bien faite, et la chute des feuilles en automne en est la parfaite illustration ! En effet, si la plupart des arbres perdent leurs feuilles en automne, ce n'est certes pas par caprice mais par nécessité. Le mécanisme de la chute des feuilles est vital pour l'arbre qui met ainsi en œuvre une mesure de protection naturelle contre les grands froids à venir.

Pour mieux affronter les frimas, l'arbre doit se mettre au ralenti. Tout ce qui brûle de l'énergie est de fait sacrifié. Le tronc, les branches et les racines bien isolés du froid par l'écorce et la terre ne consomment pratiquement pas d'énergie pour subsister. Les feuilles elles par contre consomment de l'énergie en pure perte puisqu'elles ne résisteront pas au froid. L'arbre par souci d'économie coupe donc les vivres à ces feuilles dépensières.

Le signal est donné lorsque les températures se rafraichissent et que les jours s'écourtent. Les feuilles munies de capteurs envoient à l'arbre l'information en produisant un surplus d'éthylène. L'arbre sent que le froid va revenir et il sécrète une ribambelle de petits bouchons de liège qui arrivent dans les pédoncules des feuilles pour couper la sève.

Les feuilles privées d'eau et de sels minéraux ne peuvent plus produire de chlorophylle par le mécanisme de la *photosynthèse*. Elles changent de couleur peu à peu en perdant le vert qui masquait le rouge et le jaune d'origine. Quand elles deviennent trop faibles, elles sèchent et tombent naturellement au premier coup de vent. Les cicatrices qu'elles laissent sur les branches sont rapidement colmatées par une fine couche de liège isolante.

L'arbre ainsi calfeutré peut dès lors concentrer sa sève sur ses organes vitaux pour mieux supporter les aléas du climat. Ce mécanisme naturel se vérifie chaque automne dans toutes les régions soumises à des variations bien tranchées de température au gré des saisons.

Certains arbres comme les conifères sont mieux armés contre le froid. Leurs feuilles ne sont pas tendres et fragiles comme chez les autres arbres puisqu'elles sont recouvertes d'une fine couche de cire isolante. À cette super-isolation s'ajoutent des substances particulières qui permettent à la *feuille* de mieux résister au froid. Les feuilles étant protégées naturellement, elles ne sont plus considérées comme des dévoreuses d'énergie. L'arbre les conserve donc puisqu'elles ne l'empêchent pas de se mettre en régime ralenti d'hiver.



Source : <https://www.aujardin.info/fiches/feuilles-tombent-automne.php>





L'astrologie du mois

Vierge (du 23 août au 22 septembre)

La Vierge : Troisième signe de l'été, féminin, mutable de Terre, gouverné par Mercure.

Mythologie : Ce sont les déesses vierges comme Athéna ou Hestia déesse du foyer et surtout Déméter/Cérès déesse mère de la terre et des moissons, sœur de Zeus.

Symbolisme et caractère : Dans le zodiaque, la Vierge symbolise l'analyse, la méthode, l'organisation, le classement, les mesures. C'est un esprit logique, perfectionniste, travailleur, pratique, serviable, critique, complexé, soucieux du détail. Angoissé, il fait preuve de timidité et se protège de toute forme d'invasion : Il cherche la préservation et la sécurité. C'est le signe lié à la médecine, la santé, la diététique et l'hygiène. C'est un maniaque souvent obsédé par le ménage et les tâches quotidiennes. Ingénieur et technique, il met ses talents au service des autres.

Obsédé par l'ordre, il aime que les choses soient faites dans les règles de l'art, mais ses règles à lui : C'est le champion du conseil et de la critique. Ce signe est tatillon, a toujours le dernier mot et irrite souvent son entourage à force de faire mieux que tout le monde. Toutefois, sa serviabilité le rend indispensable et son esprit pratique fait des merveilles devant n'importe quel problème.

Il a un grand manque de confiance en lui et se retrouve relégué au second plan par ceux qui ont plus de culot pour se mettre en avant. Sa modestie ne l'aide pas toujours.

Insatisfait, frustré et rigide, c'est un anxieux qui est mal à l'aise avec ses émotions : Il se cache derrière un masque de froideur et de contrôle dont il peine à se débarrasser. La Vierge a beaucoup de mal à se laisser aller. Lorsqu'il stresse, il se rigidifie et devient encore plus perfectionniste et autocritique : Son exigence vis-à-vis de lui-même est énorme.

Dévoué, il peut se sacrifier pour ceux qu'il aime et donne le meilleur sans rechigner : Le natif de la Vierge n'est jamais autant heureux que lorsqu'il se sait indispensable !

D'ordinaire discret, il peut se transformer en vraie pipelette et colporter tous les commérages.

En amour, ce signe est pudique, critique et peu sentimental. Il veut maîtriser ses instincts et tout ce qu'il y a d'humain chez lui, surtout la part émotionnelle. Timide, complexé, peu sûr, il a une grande crainte d'être rejeté. Pourtant, il arrive, que débarrassé de ses inhibitions la Vierge dite sage se transforme en Vierge folle et devienne sexuellement débridé : Toutefois, il y aura toujours la volonté de garder le contrôle. Signe lié au célibat, il choisit souvent de vivre seul, car est capable de s'auto-suffire. Lorsque la Vierge choisit le mariage, c'est par confort ou raison.

Mots clés : Purification, chasteté, analyse, critique, ordre, raison, division, doute, soustraction, limitation, réserve, pratique, méthode, détail, égoïsme, service, travail, technique, médecine, virginité, manie, précision.

Vierge célèbres : Agatha Christie – Greta Garbo - Sophia Loren – Irène Joliot-Curie – Mylène Farmer – Mère Teresa - Ségolène Royal – Amy Winehouse – Adriana Karembeu – Raquel Welch – Élisabeth Ire d'Angleterre.

Richelieu – Louis XIV - Guillaume Apollinaire - Michel Drucker - Chateaubriand - Goethe – Richard Gere – Michael Jackson – Ronsard – Freddie Mercury - Sean Connery – Henry de Galles - Stephen King.

Source : <https://www.astro.fr/astro-et-vous/fiche-astro/Vierge>



La rubrique d' Agnès

L'Activité Physique pour tous, à tout âge...

Pas d'excuse !

Vous pouvez « bouger » un peu chaque jour.

Les principales excuses pour ne pas se mettre en action :



« Je suis trop vieux, j'ai passé l'âge, j'ai mal partout »

Plus on prend de l'âge, plus on a justement besoin d'activité pour conserver un brin de dynamisme et de vitalité. **Le mouvement, l'activité physique sont les alliés des personnes âgées.** Dosés et adaptés, ils sont donc une bonne raison pour en faire.

L'activité physique (la marche, la gym douce, les jeux collectifs, mais aussi jardiner, arroser les plantes, faire le ménage, faire de la couture, tricoter, découper, mettre le couvert, plier le linge, éplucher les légumes, se raser, se coiffer, ...) va permettre de conserver la mobilité et la résistance du corps. Pratiquée régulièrement, bien au contraire, **les douleurs peuvent s'estomper, le sommeil s'améliorer, le moral se retrouver**

« Je ne peux pas »

NON!

Vous pouvez bouger quelle que soit votre condition physique. Continuez à faire un maximum de choses au quotidien, dans votre chambre (ranger ses affaires, faire son lit, s'habiller seul, ...), venez découvrir ou continuez à participer à la gym douce chaque semaine. Progressivement, vous gagnerez en confiance.



« C'est trop fatigant »

On se sent plus en forme et moins vite fatigué après avoir fait de l'exercice, car on **réveille** littéralement son corps. Mentalement aussi, on fait **le plein d'énergie positive** : l'exercice physique produit des endorphines et entretient la satisfaction de soi.

Tous les dessins présents dans le journal ont été réalisés par les résidents.

