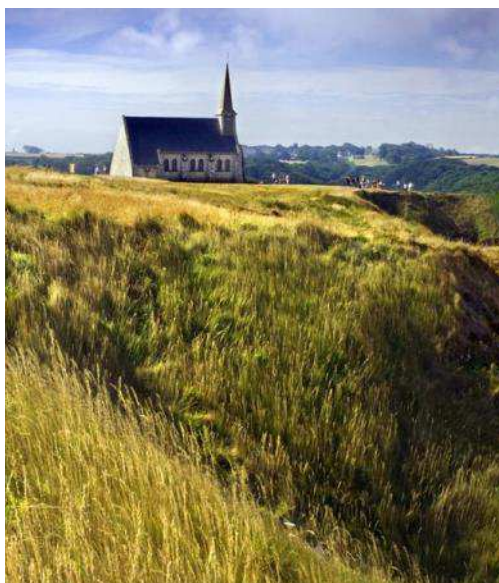


LE JOURNAL

OCTOBRE 2020

Mensuel de la résidence

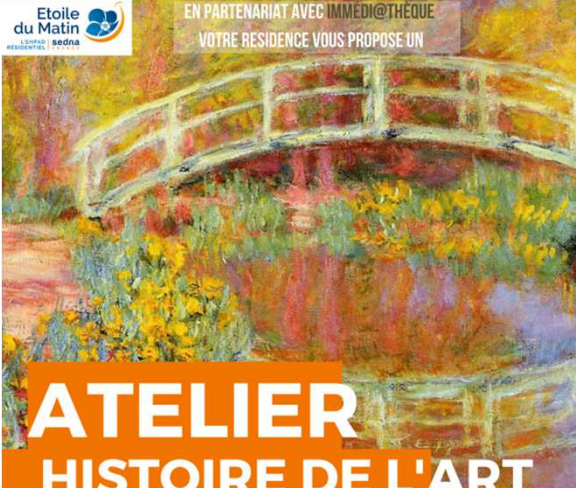




INFOS...

Etoile du Matin
L'EH PAD | sedna
RÉSIDENTIEL | FRANCE

EN PARTENARIAT AVEC IMMEDI@THEQUE
VOTRE RESIDENCE VOUS PROPOSE UN



**ATELIER
HISTOIRE DE L'ART**

VENDREDI 6 NOVEMBRE
A 15H

SUR CLAUDE MONET

AVANT DE S'INSTALLER À GIVERNY, EN SON CLOS NORMAND, POUR CONSACRER LES QUARANTE DERNIÈRES ANNÉES DE SA TRÈS LONGUE CARRIÈRE DE PEINTRE ET DE JARDINIER À L'ÉTUDE DE SES NYMPHÉAS, CLAUDE MONET (1840-1926) AVAIT DÉJÀ REPRÉSENTÉ SES JARDINS LORSQU'IL AVAIT HABITÉ ARGENTEUIL, ET ENSUITE VÉTHEUIL....

La résidence Etoile du matin
vous propose un

ATELIER ART THERAPIE

Animé par France SCHOUVERT
Art-thérapeute Plasticienne



VENDREDI 13 NOVEMBRE
De 15 H 45 A 17 H 15

Inscriptions auprès de Carine L'animatrice

Etoile du Matin
L'EH PAD | sedna
RÉSIDENTIEL | FRANCE

Etoile du Matin
L'EH PAD | sedna
RÉSIDENTIEL | FRANCE

L'âge d'or
VÊTEMENTS SENIOR

PRESENTATION DE VÊTEMENTS
ET CHAUSSURES



le mardi 17
novembre

DE 15 H
A
17 H

Annuler

DANS VOTRE
RESIDENCE L'ETOILE DU MATIN

Etoile du Matin
L'EH PAD | sedna
RÉSIDENTIEL | FRANCE

LA RÉSIDENCE VOUS INVITE À UN


Cours 
d'oenologie

Venez découvrir
ou affiner vos connaissances
du Beaujolais
et de ses accompagnements....

AVEC EMILIE CAVISTE
CHEZ VINIFOLIES

Le mardi 24 novembre 2020
à 15 h 30
à la résidence Etoile du Matin

EXCLUSIVEMENT RESERVER
À NOS RESIDENTS



INFOS...

Conseil de la Vie Sociale – Elections

Mesdames, Messieurs,



Nous vous rappelons que les élections du Conseil de la Vie Sociale auront lieu le :

JEUDI 5 NOVEMBRE 2020 de 10h à 17h

Vous trouverez sous ce pli le bulletin de vote comportant la liste des candidats pour lesquels vous allez voter et telle qu'affichée par ordre alphabétique dans la résidence.

Pour information :

- les électeurs des « familles ou les représentants légaux » sont : tout parent d'un résident et tout représentant légal. Chaque résident présent dans l'établissement le jour du vote ne peut être représenté que par une seule personne.
- les électeurs pour représenter « les résidents » sont : le résident présent ou son représentant légal.

Carine, notre animatrice accompagnera les résidents jeudi 5 novembre pour les élections des résidents (en interne) qui se présentent au CVS. **Mme MUNCH DENISE et Mme MAUGERE MONIQUE se présentent aux élections pour représenter les résidents.**

- l'électeur « famille ou représentant légal », peut également voter par procuration en établissant un pouvoir en bonne et due forme. La personne qui le représentera devra justifier de son identité au moment du vote.

INFOS...

Le choix se faisant par rature, et les ajouts étant interdits, vous ne devrez laisser mentionner que deux noms au maximum sur le bulletin « résident », sous peine de nullité (par exemple : un bulletin qui ne comporterait que 2 noms serait accepté, mais un bulletin qui mentionnerait 5 candidats serait annulé). Idem pour le bulletin « famille ou représentant légal », vous ne devez laisser mentionner que 2 noms au maximum.

Seront élues (sauf accord entre les candidats pour déroger à ces règles) les personnes qui obtiendront le plus de voix.

Les 3 premières personnes du collège « résidents » seront titulaires, la suivante sera suppléante et la première personne du collège « familles et représentants légaux » sera titulaire, la suivante sera suppléante. En cas d'égalité de voix, le candidat le plus âgé sera déclaré élu.

- **En raison de la situation sanitaire imposant des visites sur RDV au sein de la résidence et d'un confinement sur le plan national, les votes se font par mail et/ou vous pouvez déposer vos bulletins de vote dans notre boîte aux lettres.**

Pour rappel, une personne **Mr LENEVEU GUY** présente sa candidature au CVS, pour représenter les familles.

Nous restons bien entendu à votre entière disposition pour toutes précisions complémentaires.

Et vous prions de croire, Mesdames, Messieurs, à l'assurance de nos sentiments les meilleurs.

AUDREY BUISSON, Directrice de l'Etablissement

INFO...



À NOTER

À NE PAS MANQUER
EN NOVEMBRE



MESSE

Avec le père Roquigny
Vendredi 20
A 15H AU RDC

MEDIATION ANIMALE

Jeudi 5
GROUPE UNITE
PROTEGEE

16h15 AU 2ème étage



Jeudi 19
GROUPE
UNITÉ OUVERTE

15H AU RDC



BON À SAVOIR

PSYCHOLOGUE



Mme GERMOND Margot
le mardi et le jeudi
de 10h à 17h

*psy-etoile-etretat@ehpad-
sedna.fr*



INFIRMIERE
COORDINATRICE

Mme LEROUX Elodie
Du lundi au vendredi
de 9 h à 17h

*ldec-etoile-etretat@ehpad-
sedna.fr*



KINESITHERAPEUTES

Le lundi, mardi
et vendredi
A partir de 13h



ERGOTHERAPEUTE

Mme MARIE Inès
Tous les lundi
et le vendredi 1fois/15jours
de 10h à 17h

*reeduc-etoile-etretat@
ehpad-sedna.fr*



COIFFEUSE
LAURA coiffure
ANNULER POUR LA
PERIODE DE
CONFINEMENT



PEDICURE
Mme DEBOFFLES
1 fois par mois

VOUS POUVEZ SUIVRE
L'ACTUALITÉ DE LA RÉSIDENCE
SUR NOTRE SITE INTERNET :

www.ehpad-etretat.fr

COIN BIBLIOTHEQUE

Vous avez à disposition des coins bibliothèques , au niveau du rez-de-chaussée, en face du salon de coiffure et à l'entrée du 2ème étage du côté du petit ascenseur .

Tout le monde peut ainsi déposer l'un de ses coups de cœur ou un livre qu'il souhaite faire découvrir aux autres.

Chacun peut prendre le livre qu'il souhaite et le ramener après lecture.

RESIDENTS A LA UNE

ANNIVERSAIRES DU MOIS DE NOVEMBRE ET DECEMBRE



Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

1. Mr LECOMPTE André, le lundi 30 novembre, Fêtera ses 93 ans
2. Mme AUBIN Raymonde, le dimanche 6 décembre, Fêtera ses 96 ans
3. Mme DEVILLERS Nicole-Yolande, le lundi 14 décembre, Fêtera ses 88 ans
4. Mme DELU Francine, le mercredi 16 décembre, Fêtera ses 92 ans
5. Mme LAFAURIE Annie, le vendredi 18 décembre, Fêtera ses 74 ans
6. Mme DUBOC Hélène, le mardi 29 décembre, Fêtera ses 89 ans

Le jour de votre anniversaire, un petit déjeuner spécifique est organisé.
Puis des attentions particulières se poursuivent lors du déjeuner au restaurant « Le Cabestan » où nous fêtons ensemble cet évènement.



Bienvenu.e.s

Nous souhaitons la bienvenue
au sein de la résidence à :

Mme LECOMTE Jeannine
Mr LECOMTE Michel



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

DISTRIBUTION DE LA GAZETTE FAMILÉO



Comme chaque lundi matin, nous débutons cette journée par la distribution de la **gazette Famileo** aux résidents. Cet outil technologique permet à la famille de partager des **photos** (de vacances, d'album photo, de la vie de tous les jours) ainsi que des **petits mots** et de maintenir le contact entre les proches, la famille, les amis et le résident. Cette gazette distribuée hebdomadairement.

Faire perdurer cette liaison est fondamental. Nos résidents sont toujours heureux de découvrir les visages de leurs entourages suivis des jolis messages que leur écrivent leurs proches. Ce lien est d'autant plus important au regard des moments troublés que nous vivons. Ils ramènent sourire et gaieté pour attaquer la journée avec bonne humeur !



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

DISTRIBUTION DE LA GAZETTE FAMILÉO

En effet, les messages déposés sur le site **Famileo** sont automatiquement transmis sous la forme d'une **gazette papier personnalisée** à chacun des résidents.

Afin de garantir la **confidentialité des échanges**, les familles se connectent grâce à un code unique.



Famileo propose de nombreuses autres fonctionnalités à découvrir sur le site, avec notamment des **échanges inter-membres** mais aussi des utilisations plus modernes comme des mails pour des utilisateurs plus chevronnés.

Pour annoncer un heureux événement ou pour tout simplement **garder le lien** alors que les enfants ou petits-enfants sont aux quatre coins du monde, **les résidences SEDNA** sont fiers d'offrir ce nouveau service à chacun de ses résidents.

Les premières distributions ont laissé place à **beaucoup d'émotion**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...



ASSOCIATION SIEL BLEU



Les mercredis après-midi ,

C'est en chantant que nos résidents accompagnés par Laurence de **Siel Bleu** ont commencé leur séance **d'activité physique adaptée**.

Durant cette heure, on cherche à stimuler et à faire bouger toutes les parties du corps afin de réduire le **risque de chute**, **d'optimiser les capacités de déplacement** et de mieux appréhender les **activités de la vie quotidienne**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

ASSOCIATION SIEL BLEU



Mais l'effet est immédiat sur nos résidents : la joie est communicative et tout le monde affiche un **grand sourire radieux**. Les résidents sont tout de même contents que la séance prenne fin car « *on sent que tout a bien travaillé !* » et que le goûter est amplement mérité.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

EXPRESSION CORPORELLE



Mardi 29 septembre,

Il n'existe pas une séance « type » mais il existe toujours une trame générale. On retrouve de **nombreux objectifs** larges et transversaux à travers l'utilisation de **l'expression corporelle**.

Ces derniers sont en corrélation avec les caractéristiques des résidents participants.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

Les objectifs que l'on retrouvera pendant les séances seront par exemple :

- Construire une **image** valorisante de soi.
- Favoriser l'expérience d'un processus **créatif** : développer des capacités expressives telles que l'imagination ou encore la créativité



- Créer un objectif d'hédonisme et de recherche de **plaisir** au sens large en prenant plaisir à jouer avec son corps et sa voix dans des registres nouveaux

- Favoriser l'**engagement** corporel dans l'action et enrichir son registre d'expression corporelle

- Travailler l'intégration du **schéma corporel** à travers la prise de conscience de son corps, de sa respiration ; de sa posture, des expressions de son visage, de ses gestes ou de sa voix

- Jouer, découvrir, expérimenter des **émotions**, des sensations, des états émotionnels variés et différents



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

Les résidents s'installent sur des chaises, positionnées en cercle. Un tour de cercle est effectué afin de savoir l'humeur du jour.

Par la suite, **un éveil corporel** commence. Ce dernier consiste en la mobilisation active des différentes articulations en partant de la tête pour descendre jusqu'aux pieds.

Il est toujours précisé au résident de signaler si des douleurs sont présentes et de ne pas forcer. Le but est de **se détendre** et de **passer un bon moment**.

A la suite de l'éveil corporel, je propose des exercices divers mettant en jeu les différents objectifs indiqués ci-dessus.

En fin de séance, un tour de cercle est réalisé pour recueillir leur ressenti de la séance.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

ANIMATION : LES HISTOIRES NORMANDES



Mardi 29 septembre,

Carine, l'animatrice de la résidence raconte tous les 15 jours des histoires normandes. Car les récits légendaires y sont presque aussi nombreux que les galets de Dieppe et d'Etretat.



Sans oublier, les contes de nos aïeux qui racontent à travers la campagne et les villages du pays de Caux, du pays de Bray, du petit Caux et du Roumois... de formidables légendes.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

ANIMATION QUIZZ CHANT'SONS

Jeudi 1 Octobre,



Le quizz musical concocté par Carine à titiller les oreilles et solliciter la mémoire : il s'agissait en effet de trouver les titres des chansons écoutées et les noms de leurs interprètes avant les autres.

Cette animation permet de réécouter les musiques qui ont rythmé nos vies tout en faisant travailler la mémoire dans une ambiance collective et joviale !



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...



FÊTONS LES GRANDS-PÈRES !



Le **dimanche 4 octobre**, résidents et membres du personnel ont fêté les **grands-pères** !

On connaissait la fête des mères en mai, celle des pères en juin, et même la fête des grands-mères au mois de mars, mais la fête des grands-pères reste encore méconnue. Pourtant, nos grands-pères méritent eux aussi un jour où nous les célébrons. Cette Fête a été initiée en 2008 par l'auteur Franck Izquierdo, soutenu par le Secrétariat d'Etat chargé des Aînés.



Julie, notre assistante de direction a remis des présents à l'occasion de cette fête.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

DECOUVERTE DE L'ERGOTHERAPIE Dans le cadre de la semaine bleue



Lundi 5 octobre,

Pour **cette semaine bleue** dédiée aux séniors, nous mettons en avant **les différents professionnels et intervenants présents** dans la résidence. Et pour débiter cette semaine, nous avons parlé d'ergothérapie. En effet, ce métier est peu connu mais tient pourtant une place importante au sein de la résidence.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

DECOUVERTE DE L'ERGOTHERAPIE Dans le cadre de la semaine bleue



Nous avons alors expliqué le rôle de l'ergothérapeute. Nous avons mis en place des petits groupes afin de montrer différents aspects de ce métier qui vise au maintien de l'autonomie, dans les gestes de la vie quotidienne.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

GRUPE DE PAROLE SUR LA COVID Dans le cadre de la semaine bleue



Le groupe de parole a eu lieu **mardi 6 octobre** en salle de restauration. Il était animé par **Mme Margot Germont, la psychologue** et avec la présence de **Carine, l'animatrice**.



Nous sommes d'abord revenus ensemble sur **l'origine de ce virus** et sa propagation dans le monde, ainsi que les conséquences sanitaires pour chacun des différents pays. Puis, nous avons abordé le cas spécifique de la France et les **différentes mesures** successives prises par le gouvernement, leurs causes, leurs effets, leurs conséquences.



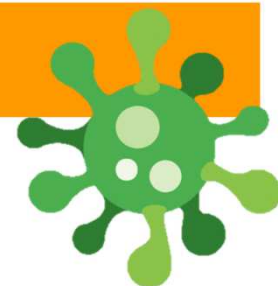
Nous sommes longuement revenus sur les **conséquences des différentes recommandations, pour les résidents.**

Pour la plupart, les mesures externes ont eu peu d'impact, vivant le confinement à distance.

Les mesures restrictives, avec notamment le confinement en chambre, ont impacté énormément la vie des résidents.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

GRUPE DE PAROLE SUR LA COVID Dans le cadre de la semaine bleue



Nous avons rappelé que le souci principal des équipes soignantes était de les préserver et qu'il fallait composer avec les recommandations sanitaires pour que cela reste le plus vivable, dans les meilleures conditions. Aussi, au vue de l'évolution de l'épidémie, les contraintes évoluent également, encore récemment le protocole s'est adapté (visite sur rendez-vous).

Nous avons fait le **parallèle avec les virus de la grippe et de la gastro-entérite** et rappeler que dans toute épidémie le **lavage des mains** reste essentiel.

La question du port du masque par le personnel et non par les résidents a été soulevée et il était important de redire aux résidents qu'il s'agit de les protéger face à l'entrée du virus au sein de l'établissement et non à nous protéger nous-même (personnel soignant et famille). Les résidents étant jusque-là non touchés par le virus.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...



GRUPE DE PAROLE SUR LA COVID Dans le cadre de la semaine bleue



Certains ne savaient pas que le virus pouvait circuler via un porteur sain, aussi cela a pu être expliqué. Beaucoup s'interrogent sur les symptômes.

Nous avons rappelé que l'on ne meurt pas forcément du coronavirus, mais que les résidents étant une population à risque, il était important de les préserver.



Cet échange a permis aux résidents d'exprimer leurs craintes et de dédramatiser cette situation qui dure et évolue. Il s'agissait de permettre le dialogue et d'apporter certaines réponses aux interrogations des résidents.



Nous les avons rassurés sur leur lieu de vie saine et préservé par les mesures appliquées, et incités à se laver les mains autant que possible !! Chacun a pu s'exprimer, la parole ayant été distribuée et chacun sollicité pour faire part de ses questions et de son avis sur le thème abordé.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

REPRESENTATION DE CHANT Dans le cadre de la semaine bleue



Jeudi 8 Octobre,

Mr Lestrelin, **Ténor** a apporté un vrai **rayon de soleil** aux résidents .Il nous a fait **voyager** à travers les années en interprétant "**la chanson française**" d'avant, jusqu'aux titres plus actuels .Il a réveillé plus d'une oreille.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

REPRESENTATION DE CHANT Dans le cadre de la semaine bleue

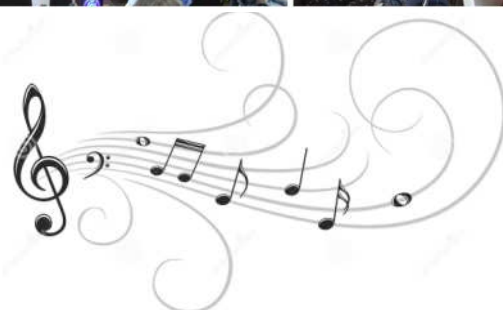


Sa **voix envoutante** a fait de ce moment une rencontre intimiste entre les résidents et des textes si aimés et vécus par tout à chacun : *Tino Rossi, Luis Mariano, Edith Piaf, Georges Brassens, Yves Montand, André Claveau, Julien Clerc*, et d'autres encore ... Ce qui a fait se lever certains résidents pour aller **danser**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

REPRESENTATION DE CHANT Dans le cadre de la semaine bleue

Puis, il a entamé un « au Champs Elysée » des plus transperçant où tous les résidents, bien surpris, ont apprécié cette **voix à couper le souffle**. L'après-midi s'est terminé dans la bonne humeur autour d'un goûter.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

ANIMATION PARCOURS DE MARCHÉ Dans le cadre de la semaine bleue



Vendredi 9 octobre,

Cet outil est en fait composé de deux tapis formant un parcours, avec de la marche, du pas de côté, de la marche arrière, du ramassage et de l'équilibre.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

ANIMATION PARCOURS DE MARCHÉ Dans le cadre de la semaine bleue



Il permet aussi de travailler la motricité des membres supérieurs, et de faire divers exercices qui sollicitent les bras, mains, poignets et épaules.

Le sport est une activité qui nous permet d'entretenir notre corps.

Avec **Inès MARIE**, l'ergothérapeute, et **Carine**, l'animatrice.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

COMMISSION D'ANIMATION Dans le cadre de la semaine bleue

Vendredi 9 octobre,

La commission d'animation participe à l'organisation de la **vie sociale**, elle est un temps d'échange qui a pour but d'organiser ensemble l'animation et d'évaluer les actions passées. Cette commission permet également l'élaboration du **projet d'animation** avec les résidents, en fonction des demandes et attentes de chacun.



La commission d'animation participe :

- **A l'évaluation des activités** proposées, en mesurant les écarts entre les attentes de la personne, les objectifs fixés et l'action réalisée.
- **A la satisfaction** ou non des résidents.
- **A l'élaboration du planning d'animation** prévisionnel (choix des thématiques pour les repas à thème, les festivités, les intervenants extérieurs, les rencontres ...)
- **Aux choix des activités** hebdomadaires proposées.
- **A l'élaboration du projet d'animation.**
- **Etablir le calendrier** des manifestations ponctuelles .
- **A présenter les nouveaux résidents** et bénévoles.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

DEBUT DE LA SEMAINE DU GOUT QUI COMMENCE SUR LES CHAPEAUX DE ROUES : Voyage gustatif direction l'Italie



Lundi 12 octobre,

Le cuisiner, Fabien, nous a concocté un repas aux saveurs de **l'Italie**. Une semaine très active vient de commencer sur le thème du goût, dans le cadre de la Semaine nationale du goût. Chaque jour de la semaine, les résidents vont participer à une activité en rapport avec le goût et les saveurs.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

ATELIER FOOD ART Dans le cadre de la semaine du goût

Le **Food art** donc, c'est un ensemble de pratiques qui consistent à utiliser la nourriture comme matériau de base pour réaliser des chefs d'œuvre.



Les essences **des épices** , fruits proposés ont eu un fort pouvoir d'**évo**cation et suscitent de nombreux échanges. Très bon exercice cognitif pour stimuler **le sens de l'odorat** et travailler la **réminiscence**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

ATELIER FOOD ART Dans le cadre de la semaine du goût

Mardi 13 Octobre,

Pour l'occasion, nous avons réuni résidents autour d'une table, nous leur avons demandé de créer quelque chose, de l'art à partir des fruits et des épices.



A l'écoute des instructions, chacun se mit à paniquer mais l'instinct créatif a pris le dessus. Et **voici le résultat.**



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

LA FINGER FOOD S'INVITE Lors de notre semaine du goût

Mardi 13 octobre,

La **Finger food**, une expression anglo-saxonne qui signifie : « *la nourriture qui se mange avec les doigts* ». Ou en bon français dans le texte, l'art et la manière de retrouver un « **contact primaire** » avec la nourriture.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

LA FINGER FOOD S'INVITE Lors de notre semaine du goût

Les résidents ont retrouvé le plaisir de manger avec les doigts grâce aux aliments colorés, fondants, aux textures différentes et bien présentés. Au-delà de susciter ce plaisir, le deuxième objectif recherché était de favoriser l'autonomie.



Au quotidien, l'assiette à peine vidée, certains sortent de table, lors de ce repas les résidents sont restés plus facilement à grignoter. Ravie du succès rencontré, l'équipe réfléchit, d'ors et déjà, à renouveler cette opération.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

LE KIM « GOUT » POUR REVEILLER VOS PAPILLES

Dans le cadre de la semaine du goût

Mardi 13 octobre,



Aujourd'hui, un groupe de résidents a planché sur un **jeu de mémoire** avec *Carine l'animatrice* et *Margot la psychologue*. Il fallait reconnaître les différents saveurs (salé, sucré, amer et acide) ce qui a monopolisé leur **attention**. Tous ont essayé de détecter à quel endroit de la bouche ils percevaient chaque **saveur** ; le salé et le sucré par l'extrémité de la langue, l'amer à l'arrière de la langue et l'acide sur les côtés. Forts de ces acquis, nous avons pu commencer le Kim goût.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

LE KIM « GOUT » POUR REVEILLER VOS PAPILLES Dans le cadre de la semaine du goût

Le **Kim goût**, consiste à **reconnaître différents goûts** les yeux bandés. Une étape où on **goûtait à l'aveugle** pour deviner l'aliment, la seconde étape où on devait le classer selon son **goût dominant** : sucré, salé, amer ou acide.

Cette dégustation à l'aveugle serait intéressante à refaire, avec peut-être une part d'ingrédients moins connus. Cela a permis de passer un bon moment de complicité autour de l'alimentation tous ensemble.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

REPAS ALSACIEN Dans le cadre de la semaine du goût



Mercredi 14 octobre,

Plusieurs activités et animations rythment la Semaine du goût du 12 au 16 octobre. Chaque jour, une **région** française ou un **pays** était mis à l'honneur avec ses spécificités, ses particularités et surtout ses produits proposés lors des repas. Cet événement, permettait d'apprécier la *diversité, le plaisir du goût et des saveurs.*



The menu is presented on a blue background with a central white panel. The central panel features the 'Etoile du Matin' logo at the top, followed by a photo of a saucisson, the text 'Repas Alsacien' in a white script font, and 'MERCREDI 14 OCTOBRE' in a white sans-serif font. Below this is another photo of a saucisson and a decorative border of colorful kitchen utensils. The left and right panels are blue and feature a circular logo for 'LA SEMAINE DU GOÛT 2020' with a stork illustration. The word 'MENU' is written in red. The menu items are listed in white, separated by decorative flourishes: FLAMMEKUECHE, CHOUCROUTE D'ALSACE, FROMAGE, MIRABELLES AU SIROP, and CAFÉ.

LA SEMAINE DU GOÛT 2020

MENU

FLAMMEKUECHE

CHOUCROUTE D'ALSACE

FROMAGE

MIRABELLES AU SIROP

CAFÉ

Etoile du Matin
L'EHPAD RÉSIDENTIEL | sedna. FRANCE

Repas Alsacien

MERCREDI 14 OCTOBRE

LA SEMAINE DU GOÛT 2020

MENU

FLAMMEKUECHE

CHOUCROUTE D'ALSACE

FROMAGE

MIRABELLES AU SIROP

CAFÉ

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

**DEGUSTATION ET CONFERENCE
AVEC HARMONIE MEDICAL SERVICE ET DELICAL**
Dans le cadre de la semaine du goût



À l'occasion de la semaine du goût, **HARMONIE MEDICAL SERVICE** et **DELICAL** sont venus nous présenter leur gamme de produits alimentaires et épaississants en début d'après-midi. *L'animatrice Carine et la psychologue Margot GERMONT* ont mis en place des tables de «dégustation».



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

DEGUSTATION ET CONFERENCE AVEC HARMONIE MEDICAL SERVICE ET DELICAL Dans le cadre de la semaine du goût

Les résidents se sont prêtés au jeu. On goûte ou non à l'aveugle pour deviner les différents saveurs. On teste des idées de recette minutes. L'ambiance fut **chaleureuse et conviviale**. La marque **DELICAL** propose un large choix de **compléments nutritionnels** riches en protéines et/ou calories destinés à traiter ou à prévenir les **troubles alimentaires** et la **dénutrition**. les produits **DELICAL** conjuguent à merveille alimentation et plaisir !



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

VOYAGE GUSTATIF DIRECTION L'ESPAGNE

Vendredi 16 octobre,



Plusieurs activités et animations rythment la Semaine du goût du 12 au 16 octobre. Chaque jour, une région française ou un pays était mis à l'honneur avec ses spécificités, ses particularités et surtout ses produits proposés lors des repas. Cet événement, permettait d'apprécier la diversité, le plaisir du goût et des saveurs.

 MENU 	  Repas Espagnol VENDREDI 16 OCTOBRE 	 MENU 
TARTINE ESPAGNOLE		TARTINE ESPAGNOLE
CABILLAUD AU CORIZO AVEC SON RIZ JAUNE ET SA BRUNOISE DE LEGUMES		CABILLAUD AU CORIZO AVEC SON RIZ JAUNE ET SA BRUNOISE DE LEGUMES
FROMAGE		FROMAGE
FLAN YAOURT COCO		FLAN YAOURT COCO
CAFÉ 		CAFÉ 

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

CLOTURE DE LA SEMAINE DU GOUT AVEC LA COMMISSION RESTAURATION



Vendredi 16 octobre,

La **commission de restauration** est basée sur le même principe que la commission d'animation. Elle a pour but de donner la parole aux résidents autour d'un thème très important : **Les repas**.

Elles sont au nombre de 2 ou 3 dans l'année et réunissent les résidents, le personnel de cuisine et tout corps de métier. Elle institue une communication transversale autour de la restauration. Cette commission s'inscrit dans une démarche qualité autour du repas et du service. Chaque période écoulée est analysée, examinée de façon à ce que la période suivante soit améliorée. Nous souhaitons que la période à venir soit porteuse de plats toujours plus savoureux mais surtout en adéquation avec les goûts et les besoins des résidents.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

ANIMATION REVUE DE PRESSE

vitelu



Lundi 26 octobre,

Il est important pour nos résidents de connaître les actualités et les événements qui rythment notre pays et notre monde. Pour cela, nous lisons régulièrement le **Vitelu** qui synthétise les nouveautés et transmet de manière simple les informations à savoir.

Il contient une première page d'informations générales avec des articles sur l'actualité nationale, internationale, sportive et culturelle. Puis la deuxième page "expression des lecteurs" est LA page réservés aux lecteurs... Elle se construit avec leurs témoignages, leurs poèmes, leurs réactions aux articles.



On peut ainsi débattre ensuite du thème abordé. Aujourd'hui, nous avons discuté de *l'assassinat du professeur Samuel Paty, pour ou contre le changement d'heure, la pollution de Lactalis et enfin, la disparition de Jean Giono.*

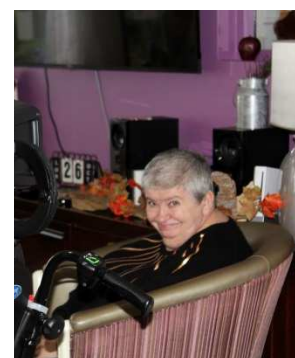
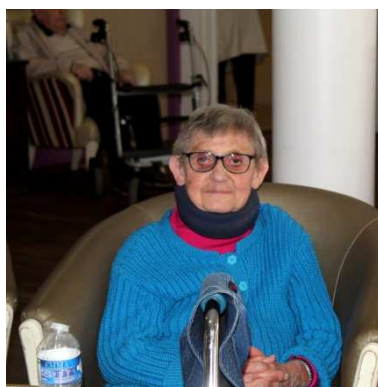
LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

JEUX DE MEMOIRE



Lundi 26 octobre,

L'**objectif** de ces jeux de mémoire consiste à apprendre de nouvelles choses sur différents thèmes pouvant intéresser les résidents (animaux, sport, culture, art, monde, etc...) et de se **remémorer des connaissances** en répondant à des questions.



Le but des jeux est de répondre à des quiz en citant la bonne réponse parmi trois propositions ou bien de donner un mot commençant par telle ou telle lettre. Ces activités permettent aussi la **réflexion collective** et de **tisser des liens** avec les autres résidents.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

INSTANT BIEN-ÊTRE

Mardi 27 octobre,



Les couleurs d'automne ont donné envie à nos résidents d'une petite manucure.



On chouchoute nos mains en les vernissant d'une belle couleur. Aujourd'hui, tout le monde a craqué pour un joli rouge ! Et pour ceux qui ne veulent pas de vernis, une simple manucure a suffi à les enchanter.

Cette activité permet de retrouver et préserver **l'estime de soi**, prendre soin de soi, **apaiser les angoisses** à travers des massages de mains et de manucures.

Cela permet de **revaloriser l'image corporelle** et de pouvoir se détendre.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

GYM DOUCE

Mardi 27 octobre,

Le mauvais temps automnal n'arrête pas notre **détermination à bouger !** Tous en cercle, nous commençons cette séance de gym douce par des **échauffements** en réalisant des mouvements pour **chaque articulation**. Puis nous passons à des exercices de **mobilisations** et de **renforcement** afin de faire travailler les membres supérieurs et inférieurs. Nous n'oublions pas de **stimuler nos abdominaux** grâce à des exercices de respiration, ainsi que notre dos tout en souplesse.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

GYM DOUCE



L'objectif est de faire prendre conscience aux résidents que leur **corps** est encore capable de pleins de choses et que l'on peut faire ces **gestes** sans avoir mal ! Chacun fait comme il peut et comme il le souhaite en adoptant les mouvements et les postures en fonction de ses capacités. Ces exercices plaisent toujours et laisse un sentiment de **satisfaction personnelle**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

SUR UN AIR DE GUITARE



Jeudi 29 octobre,

Ces feuilles mortes dansant sous le vent dehors nous ont donné envie de chanter la célèbre chanson d'Yves Montand. C'est ainsi que nous avons sorti la guitare et que nous nous sommes réunis tous ensemble au salon pour chanter quelques mélodies tels que les refrains d'Edith Piaf, Johnny Halliday, Barbara, Renaud et bien d'autres.



Il ne manquait plus qu'à petit feu de cheminée pour que l'ambiance soit parfaite. Les effets de la **Musicothérapie** se ressentent aussitôt sur nos résidents : ils sont **détendus**, de bonne humeur et **heureux** de chanter leurs musiques d'autrefois.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

ATELIER MANUEL SUR L'AUTOMNE

Vendredi 30 octobre,

A l'approche d'Halloween, l'automne nous a inspiré pour cet **atelier manuel** ! Libre choix aux Résidents de partir pour un **collage** avec les feuilles tout juste ramassées dans le jardin de la résidence, du **coloriage**, de la **peinture** ou bien pour les moins manuels : une partie de **domino** !

Il y en avait pour tous les goûts cet après-midi. Tout cela dans une bonne ambiance conviviale. C'était surtout l'occasion de se réunir ensemble par petits groupes, pour pouvoir discuter tout en travaillant la **dextérité**, la **précision** et la **concentration**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

ATELER EVEIL A L'UNITE PROTEGEE

Les ateliers d'éveil permettent de stimuler l'attention et la motricité, de limiter la perte d'autonomie, de favoriser les liens inter-résidents et soignants, d'offrir du bien-être d'assurer un mode de vie qui a du sens.



En ce mois d'octobre, on favorise les activités manuelles afin de décorer la pièce de vie. Ainsi, les résidents peuvent retrouver leurs créations et participer au quotidien de tous.

Lorsque le temps le permet, les résidents accompagnés se baladent autour de la Résidence afin de cueillir des fleurs pour mener les activités tout du long.



INFO

LE CONSEIL DE VIE SOCIALE

Le conseil de vie sociale est une instance élue par les résidents et les familles d'un établissement médico-social, comme les résidences autonomie et les EHPAD (établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes).

Composé de représentants des résidents, des familles et du personnel de l'établissement, le conseil de la vie sociale donne son avis et fait des propositions sur toutes les questions liées au fonctionnement de l'établissement : qualité des prestations, amélioration du cadre de vie ...

Le rôle du conseil de la vie sociale est uniquement consultatif.

La direction de l'établissement doit tenir compte des avis du conseil de la vie sociale mais elle reste responsable des décisions relatives à la gestion de la structure.

Les élections des représentants des résidents , familles et salariés à lieu le jeudi 5 novembre .

DÉPARTS



Nous adressons toutes nos condoléances aux familles et aux proches de :

Mme SUPLICE Marie-Louise, Mme TERNON Yvonne, Mme VIMONT Odile,

Mr REBY André et Mr MAGNAN Jean.



INFO



POINT INFO



Campagne de vaccination
contre la grippe saisonnière 2020-2021

A ce jour lundi 2 novembre 2020,

Sur 51 résidents présents sur la résidence 34 ont déjà été vaccinés . Les autres résidents sont en attente pour cause de rupture de stock .

La Livraison des prochains vaccins aura lieu vers le 7 novembre 2020.

Ces derniers résidents pourront donc être vaccinés dès réception .



NOUVELLE TÉLÉ



De véritables séances cinéma pourront désormais avoir lieu grâce à l'acquisition d'un téléviseur connecté et de grande taille avec bras télescopique orientable .

INFO

POUR LA PRISE DE VOTRE RENDEZ VOUS

VOUS POUVEZ JOINDRE CARINE L'ANIMATRICE

- SOIT PAR TÉLÉPHONE :
DU LUNDI AU VENDREDI SAUF LE MERCREDI
DE 10H À 13H ET DE 16H À 17H
- SOIT PAR MAIL :
QUALIVIE-ETOILE-ETRETAT@EHPAD-SEDNA.FR



L'équipe est à votre disposition
pour toute question
02.35.10.39.93

Protocole des visites à partir du 30 octobre 2020

Respect strict des mesures barrières

- **Entrée Unique** sur le rez de chaussée
- **Désinfection** des mains, **prise** de température
 - Port du masque **chirurgical** (non fourni)
 - **Pas d'échange direct d'objets**
- **Distance sociale** de 2 mètres avec le résident
- **Inscription sur le registre**, et **signature engagement** sur l'honneur **à chaque visite**
 - Une signature de la Charte



LORS DE VOS VISITES

ENTREE UNIQUE SUR LE REZ DE CHAUSSÉE

MAXIMUM 2 PERSONNES
MINEUR DE PLUS DE 11 ANS

DU LUNDI AU VENDREDI DE 14H A 18H
SUR RENDEZ VOUS

VISITE LE SAMEDI ET LE DIMANCHE
UNIQUEMENT CAS PARTICULIER
SUR RENDEZ VOUS DE 14H A 18H

ACCES ET AUX SALONS
AU JARDIN ET A LA TERRASSE
UNIQUEMENT SUR RENDEZ VOUS

LES SORTIES ET VISITES DU RESIDENT
EN DEHORS DE LA RESIDENCE SONT INTERDITES

VISITE EN CHAMBRE
UNIQUEMENT CAS PARTICULIER

TEMPS DE VISITE MAXIMUM 1 H