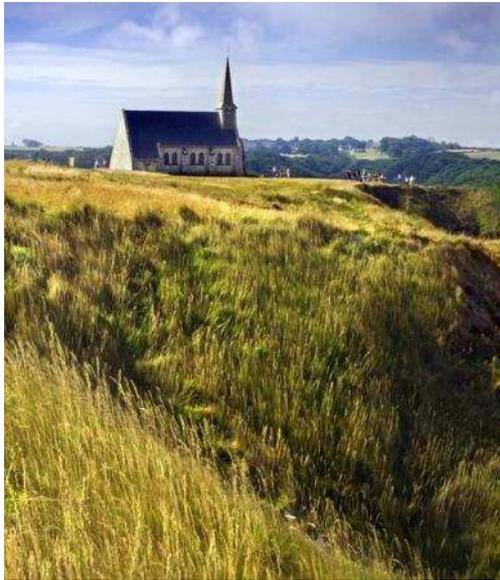


# LE JOURNAL

MARS 2021

Mensuel de la résidence



INFO...

Etoile du Matin  
LA RESIDENCE  
ETOILE DU MATIN

VOUS PROPOSE  
**une sortie**  
Itinéraire  
"La Mer  
Impressionniste"

DÉPART : LUNDI 22 MARS  
A PARTIR DE 14H

ESCAPADE D'UNE APRES-MIDI EN VOITURE  
POUR CET ITINÉRAIRE COMPOSÉ  
DE 6 TABLES DE LECTURE TOUTES SITUÉES  
EN FRONT DE MER.

**Reporté**

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

L'âge d'or  
VÊTEMENTS SENIOR

PRESENTATION DE VETEMENTS  
ET CHAUSSURES

le mardi 30 mars

DE  
15 H  
A  
17 H

DANS VOTRE  
RESIDENCE L'ETOILE DU MATIN

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

EN PARTENARIAT AVEC IMMÉDI@THEQUE  
VOTRE RESIDENCE VOUS PROPOSE UN

**ATELIER  
HISTOIRE DE L'ART**

MARDI 6 AVRIL 2021  
RÉSIDENTES ET RÉSIDENTS VENEZ DÉCOUVRIR **A 15H**

BERTHE MORISOT IMPRESSIONNISTE  
ET REVIVRE UNE PÉRIODE CAPITALE DE LA PEINTURE MODERNE !

NE POUVANT INTÉGRER L'ÉCOLE DES BEAUX-ARTS DE PARIS, DONT L'ACCÈS AURA  
ÉTÉ INTERDIT À LA GENT FÉMININE JUSQU'À L'AN 1896 ; BERTHE MORISOT (1841-  
1895), MEMBRE FONDATEUR ÉMINENT DU MOUVEMENT IMPRESSIONNISTE, A APPRIS  
LE MÉTIER DE PEINTRE EN COPIANT LES GRANDS MAÎTRES AU MUSÉE DU LOUVRE.

La résidence Etoile du matin  
vous propose un

**ATELIER ART THERAPIE**

Animé par France SCHOUVERT  
Art-thérapeute Plasticienne

LUNDI 26 AVRIL 2021  
De 15 H 30 A 16 H 45

Inscriptions auprès de Carine L'animatrice

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

## ARRIVEES...



je m'appelle **Carole LECACHEUR** , je suis **infirmière** depuis 14 ans.

J'ai le plaisir de rejoindre l'équipe soignante de l'EHPAD.

« Je souhaite mettre mon expérience au profit des personnes âgées de la résidence et ainsi leur apporter mes bons soins . »

---

Bonjour à toutes et à tous, je me présente je m'appelle **Chantal LECANU** , je suis **diplômée aide soignante** et je viens d'intégrer l'équipe en remplacement de Laurence L.

« Vous pouvez compter sur moi, pour prendre soin des résidents. Je suis très investie dans ma profession. »

« Je suis contente d'avoir obtenu un poste à l'Etoile du matin où le personnel est très accueillant et professionnel. »



INFO ...

## REUNION DU CONSEIL DE LA VIE SOCIALE



Mardi 9 mars ,

Le Conseil de la Vie Sociale (C.V.S) est un lieu d'expression et d'échanges entre les résidents, les familles et la direction, afin d'améliorer la vie quotidienne de l'établissement.

C'est un outil qui représente les résidents, leurs familles et les représentants du personnel et qui permet de prendre la parole, d'être écouté.

Il est obligatoire dans toutes les structures d'hébergement en application de la Loi du 2 Janvier 2002.



## INFO ...

### Fonctionnement

Mandat de trois ans renouvelable, se réunissant trois fois par an environ, le Conseil de la Vie Sociale donne son avis et/ou peut faire des propositions sur toute question intéressant le fonctionnement d'un service ou de l'établissement, notamment sur :

- L'organisation intérieure et la vie quotidienne,
- Les activités et animations de la vie institutionnelle,
- Les projets de travaux et d'équipements,
- La nature et le prix des services rendus,
- L'affectation des locaux collectifs,
- L'entretien des locaux,
- Les modifications touchant aux conditions de prises en charge.



Un compte-rendu est affiché au sein de la résidence, envoyé par mail aux familles et ou donné sur simple demande.

INFO ...

## LE CONSEIL DE VIE SOCIALE

Afin de répondre à toutes vos questions concernant le Conseil de Vie Sociale, vous pouvez contacter :

Est élue titulaire , pour représenter les résidents:

- **Mme MAUGERE MONIQUE (présidente du CVS )**

Est élu titulaire , pour représenter les familles:

- **Mr LENEVEU GUY (président suppléant):**

**[leneveuguy@gmail.com](mailto:leneveuguy@gmail.com)**

Sont élues titulaires , pour représenter les salariés:

- **Mme LEROUX ELODIE ( Infirmière Coordinatrice)**

- **Mme RAS FABIENNE ( Aide médico-sociale)**

et en suppléante , **Mme GERMOND MARGOT ( Psychologue)**

**La secrétaire élue est Mme PHILLIPS Julie**

## DÉPARTS



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

**Mme LESAUVAGE Christiane et de Mme CAHARD Gisèle**



INFO...



À NOTER

À NE PAS MANQUER  
EN AVRIL

**MESSE**  
EN ATTENTE

**MEDIATION ANIMALE**



**Jeudi 1 avril**  
**GROUPE UNITE**  
**PROTEGEE**

16h AU 2<sup>ème</sup> étage

**ART THERAPIE**

**Lundi 26 avril**

Inscription  
Selon le PVI

15H30 AU 2<sup>ème</sup> étage

**APERRO DE BIENVENUE**

**Jeudi 29 avril**

11h au salon du 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

*Idec-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**



**PEDICURE**  
Mme DEBOFFLES  
1 fois par mois

**VOUS POUVEZ SUIVRE**

**L'ACTUALITÉ DE LA**  
**RÉSIDENCE**  
**SUR NOTRE SITE**  
**INTERNET :**

[www.ehpad-etretat.fr](http://www.ehpad-etretat.fr)

**COIN BIBLIOTHEQUE**

Vous avez à votre disposition des coins bibliothèques ,  
au niveau du rez-de-chaussée, en face du salon de  
coiffure et à l'entrée du 2<sup>ème</sup> 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 D'AVRIL



Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

1. Mme. CHAIGNE Raymonde, le jeudi 1 avril, Fêtera ses 92 ans
2. Mme CHRETIEN Julienne, le samedi 10 avril, Fêtera ses 97 ans
3. Mr LESAUVAGE Adrien, le dimanche 18 avril, Fêtera ses 90 ans
4. Mme GUERPIN Andrée, le lundi 19 avril, Fêtera ses 89 ans

Le jour de votre anniversaire, un petit déjeuner gourmand vous est servi. 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 MORIN Françoise  
Mme JEUFFROY Saveria  
Mr BONNEVILLE Robert



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### DISTRIBUTION DE LA GAZETTE FAMILÉO



Comme **chaque lundi**, nous débutons cette semaine 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 est distribuée hebdomadairement.

Promouvoir le lien avec les proches 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 créent **sourires 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 fières 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



Et l'effet est immédiat pour 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 9 , 16 , 23, 30 mars

Objectifs de ces séances :

- ✓ Développer le pouvoir créateur,
- ✓ Ouverture vers l'extérieur, vers l'autre,
- ✓ Notion de contact, de socialisation,
- ✓ Eveil du corps,
- ✓ Restructuration du schéma corporel.



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### Déroulement :

- Diffusion et écoute de la musique.
- j'invite le résident à bouger sans proposer de modèle qu'il serait tenté de suivre ou d'imiter.
- j'incite à la mise au mouvement, à être s'il le faut l'accompagnatrice. Utiliser le mouvement en s'aidant d'accessoires tels que des foulards.

L'accessoire devient le prolongement du corps, il en situe la limite mais aussi le repérage et facilite le déplacement.



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### SORTIE A LA FALAISE D'ETRETAT



Lundi 1<sup>er</sup> mars , des résidents accompagnés par INES l'ergothérapeute sont sortis voir le point de vue ,tant peint par les impressionnistes.



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### BONNE FÊTE DES GRANDS-MÈRES

Dimanche 7 mars,

Notre résidence a pris les couleurs du printemps avec des jolis narcisses offerts, pour la fête des grands-mères. Le même jaune qui a coloré le ciel de notre journée de dimanche.

Et que d'émotions ! Un dimanche ensoleillé à l'extérieur comme à l'intérieur des cœurs !

Bonne fête  
à toutes les  
grands mères !

*Résidence Etoile du matin  
ETRETAT*



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### LA JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA FEMME !

Tous les 8 mars la femme est à l'honneur. C'est en effet la journée internationale de la femme !

Originaire des États-Unis (1909), cette journée a pour but de faire le bilan sur la situation des femmes dans la société à travers des manifestations qui ont lieu un peu partout dans le monde.

La journée mondiale de la femme est une très bonne occasion, pour rendre hommage à toutes les femmes de notre vie. Nous avons donc offert une rose à chaque femme ce jour-là.



Journée internationale  
des droits de la femme  
Lundi 8 mars 2021

Il n'existe aucune limite à ce que nous, en tant que femmes, pouvons accomplir. Michelle Obama



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### UN ATELIER CONSACRÉ CETTE APRÈS-MIDI AUX DESTINS EXCEPTIONNELS DE FEMMES FRANÇAISES.



Lundi 8 mars ,

12 femmes sont ici mises à l'honneur, à travers des cartes biographiques qui viennent en appui d'un diaporama.



De la première femme à avoir effectué le tour du monde à celle qui a été la première à passer son baccalauréat, toutes ont permis, à travers leur exemple, de faire avancer la condition de la femme dans la société.

Ce contenu vous permettra de rebondir sur la journée de la femme le 8 mars.



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### ANIMATION QUIZZ CHANT'SONS

Vendredi 12 mars ,



Le quizz musical concocté par Carine à titillé les oreilles et sollicité 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...

### ANIMATION LOTO

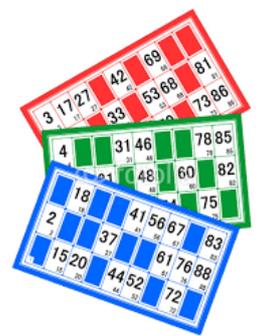


Ce jeudi 11 mars a eu lieu le traditionnel Loto!

Une animation qui réunit toujours autant de participants.

C'est avec un immense plaisir que les gagnants sont venus récupérer leurs lots !

Ils ont déjà hâte de rejouer !





## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### ZUMBA SUR CHAISE AVEC INÈS L'ERGOTHÉRAPEUTE



Vendredi 12 mars,

L'objectif de cette séance de zumba sur chaise est entre autre de se renforcer musculairement, d'améliorer son équilibre, sa souplesse et sa coordination.

La séance dure environ 30 minutes et invite les résidents à effectuer des mouvements en rythme sur de la musique.

Le but est donc de travailler les capacités citées au-dessus, tout en dansant. Chacun fait en fonction de ses capacités, le principal est de passer un bon moment.



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### ANIMATION BIEN ÊTRE



Lundi 15 mars,

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

Dissolvant, coupe ongles, limage, vernis, crème... Tels sont les outils que nous avons convoité pour pouvoir se refaire une beauté des mains et des ongles.



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...



### PREMIÈRE SORTIE DEPUIS LE CONFINEMENT : EN ROUTE POUR LA JARDINERIE !!!



Jeudi 18 mars, en route pour la jardinerie locale pour l'une de nos résidentes !

Malgré quelques jours pluvieux, il est temps de penser à nos extérieurs. Et nous avons trouvé notre bonheur, au milieu des fleurs.

Notre résidente a pu se laisser aller à flâner entre les rayonnages des plants du potager, tout juste arrivés sur les étales, et les fleurs aux multiples couleurs.



L'EHPAD RÉSIDENTIEL ETOILE DU MATIN ETRETAT SEDNA FRANCE

## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### MÉDIATION ANIMALE

Jeudi 18 mars,



Dès l'arrivée des animaux dans le salon, une vague de sourires sur le visage des résidents envahit la pièce.

Ils sont heureux d'avoir la possibilité de chouchouter, caresser, nourrir les animaux . Rosalie, Nuage, Tournesol, Cotton ou encore Surprise apportent un moment de douceur et d'émerveillement à nos résidents.



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### MÉDIATION ANIMALE



De plus, grâce à cette animation, nos résidents mettent leurs capacités en éveil avec, par exemple, de la découpe de légumes. Ils doivent aussi se servir de différents objets comme des cerceaux, les cuillères, des brosses... Ces activités permettent de former des liens, de stimuler les résidents et de les pousser à se dépasser.



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### LE PRINTEMPS ARRIVE : L'ATELIER JARDINAGE EST UN MOMENT CONVIVIAL

Vendredi 19 mars,

Certaines plantes à la résidence avaient besoin d'un nouveau pot pour continuer de grandir. L'atelier jardinage a permis d'animer l'après-midi et de joindre l'utile à l'agréable.

Avec Anthony, certains résidents se sont alors affairés, mains dans le terreau, à déterrer doucement les plantes et à leur offrir une nouvelle maison, plus grande.

Un moment privilégié.

Outre le fait que cela permet de sortir et de profiter de l'air extérieur, la pratique de cette activité offre des bienfaits auprès des résidents. Cela permet de reprendre contact avec l'extérieur, grâce à la stimulation des sens.



Les participantes ont pris beaucoup de plaisir à jardiner; ce qui est essentiel pour nous.



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### SUR UN AIR DE GUITARE



Vendredi 19 mars,

C'est sur le son de la guitare de Stéphane aide-soignant, que tous les résidents ont repris en cœur les chansons françaises. Que de jolis morceaux qui ont rendus ce moment collectif, particulièrement beau et agréable.

Ces instants musicaux permettent l'union du groupe, l'expression musicale, l'amélioration de l'humeur mais aussi de se remémorer des souvenirs liés à ces musiques, si connues qui nous rendent davantage heureux.



L'EHPAD RÉSIDENTIEL ETOILE DU MATIN ETRETAT S.E.D.N.A FRANCE

## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### JEUX DE MEMOIRE

Lundi 22 mars ,



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...

### JEU DE SOCIÉTÉ DU PRINTEMPS



**Mardi 23 mars,**

Le printemps est arrivé à la résidence, l'occasion de se rassembler autour d'un jeu de l'oie revisité !

Cette activité avait pour but de faire travailler sa mémoire de façon ludique, sur le thème du printemps. Les règles sont les mêmes que le jeu de l'oie traditionnel : être le premier sur la case d'arrivée !

Toutefois, des questions de culture générale se sont glissées sur le plateau et les participants ont dû effectuer du calcul mental pour faire avancer leur pion. C'était l'occasion de travailler sa matière grise, tout en s'amusant. De plus, il n'y a pas de mauvais perdants à l'Etoile du matin, les participants se sontentraîdés, tout au long de la partie, pour que chacun atteigne l'arrivée !



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### L'APERO DU PRINTEMPS

**Jeudi 25 mars**, plaisir, joie, convivialité, danse, bonne humeur, ont été les maîtres mots de cette animation. Un apéritif avec des petits fours aux saveurs normandes à été préparé par notre cuisinier. Quelques notes de musique et l'ambiance était au rendez-vous !



APÉRO



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### ATELIER 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.



## LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN...

### ATELIER EVEIL A L'UNITE PROTEGEE



En ce mois de mars, 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.



INFO

ANIMATION LOTO

Jeudi 25 mars,

Tous les 15 jours les résidents se donnent rendez-vous pour le traditionnel jeu de loto !



Cet atelier permet de faire travailler la mémoire à court terme, d'utiliser le raisonnement logique (déduction) et de solliciter l'observation et la concentration.

## INFO

### POUR LA PRISE DE VOTRE RENDEZ-VOUS VISITE OU SORTIE

VOUS POUVEZ JOINDRE CARINE L'ANIMATRICE

- SOIT PAR TÉLÉPHONE AU 02.35.10.39.93 :  
DU LUNDI AU VENDREDI  
DE 10H À 13H ET DE 14H À 17H30
- SOIT PAR MAIL :  
QUALIVIE-ETOILE-ETRETAT@EHPAD-SEDNA.FR

### LORS DE VOTRE VISITE

**ATTENDRE QU'UN MEMBRE DU PERSONNEL  
VOUS ACCUEILLE POUR ENTRER**

MAXIMUM 2 PERSONNES  
MINEUR POUVANT PORTER LE MASQUE

DU LUNDI AU SAMEDI DE 14H A 17H30  
SUR RENDEZ VOUS

PAS DE CIRCULATION  
DANS LES COULOIRS, SALONS, JARDIN  
OU ACCES INFIRMERIE

LES SORTIES EXTERIEURES  
SONT POSSIBLES SUR RENDEZ VOUS  
VOIR LES MODALITES AVEC CARINE

EN CE QUI CONCERNE  
LES RÉSIDENTS NON VACCINES  
LES MODALITES DE VISITE NE CHANGENT PAS  
ET LES SORTIES EXTERIEURES SONT POSSIBLES  
MAIS ISOLEMENT DE 7 JOURS AU RETOUR  
ET TEST RT PCR AU 7 EME JOUR .



## Protocole des visites

Dès le mercredi 10 mars 2021

L'équipe est à votre disposition  
pour toutes questions  
02.35.10.39.93



- **SI VOUS AVEZ SEJOURNÉ À L'ÉTRANGER  
ET/OU EU UN CONTACT A RISQUE  
AVEC UNE PERSONNE AYANT SÉJOURNÉE A L'ÉTRANGER  
LES VISITES SONT SUSPENDUES POUR 14 JOURS.**
- **IL EST RECOMMANDÉ AUX VISITEURS UN DÉPISTAGE  
AVANT LA VISITE PAR TEST RT-PCR OU TEST ANTIGÉNIQUE  
EN PHARMACIE DANS LA JOURNÉE**

### Respect strict des mesures barrières

- Visite sur rendez-vous uniquement
  - Entrée Unique sur le **1<sup>er</sup> étage**
- Désinfection des mains, **prise** de température
- Port du masque **chirurgical tout au long de la visite**  
et port d'une surblouse
  - **Pas d'échange direct d'objets**
- **Distance sociale** de 1 mètre 50 avec le résident
- **Inscription sur le registre**, signature de la Charte  
et **auto-questionnaire à remplir sur place**