



JOURNAL DE VOTRE RESIDENCE ETOILE DU MATIN

SEPTEMBRE 2025



Résidence Étoile du Matin
31, avenue Damilaville 76790 ETRETAT
Tél. 02 35 10 39 93 • Fax : 02 35 10 39 99
Mail : etoile-etretat@ehpad-sedna.fr



INFO ...

LE CONSEIL DE VIE SOCIALE

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

Est élu titulaire , pour représenter les familles:

- MME GENESTAL ANNIE (fille de Mme Genestal)
- MME CLEMENT (fille de Mme Baret Anna)
- MME DELAUNAY (Femme de Mr Delaunay)
- Est élu titulaire , pour représenter les résidents :
- MME THOMAS

Est élu titulaire , pour représenter les salariés :

- Mme RAS fabienne

Nous sommes heureux de vous informer d'un nouveau moyen de communication avec les représentants des familles, conformément à l'article 5 du règlement intérieur établi lors de la première réunion du CVS après les élections.

Prochaine réunion du C.V.S en octobre

Vous pouvez désormais nous contacter directement par e-mail à l'adresse suivante : etoile-etretat@ehpad-sedna.fr.

INFO ...

Programme du 1er au 31 octobre
dans votre résidence Etoile du Matin

Octobre Rose 2025

EN OCTOBRE

- **VENTE DE RUBAN**
A 1 euro au profit d'Octobre Rose
- **VENTE DE VÊTEMENT DE SECONDE MAIN**
Prix libre au profit d'Octobre Rose
- **VENTE DE GRILLE TOMBOLA**
2 euros la case au profit d'Octobre Rose
- **VENTE DE TEE-SHIRT**
5 euros au profit d'Octobre Rose
- **Marche solidaire avec l'école primaire d'Étretat**
Rendez-vous à 15h sur la place du Perrey à Étretat.
- **SENSIBILISATION**
film de sensibilisation ouverte à tous.

Dimanche 5 octobre à 9 H 30

- **COURSE SOLIDAIRE À FÉCAMP**
Inscriptions auprès de Carine ou Alban.

vendredi 24 octobre

- **REPAS ROSE ET RETRO EN VIDEO**

Etoile du Matin
L'EHPAD
RÉSIDENTIEL | sedna.
FRANCE

LES ANIMATIONS CUISINE
OCTOBRE 2025

MENU
CONCOCTES PAR VOS CUISINIERS ET L'ANIMATRICE

CHAQUE VENDREDI MATIN
EPLUCHAGE DE LEGUMES
VERS 11H

JEUDI 16 OCTOBRE
12H30 REPAS
TROPHÉES DES CHEFS

VENDREDI 24 OCTOBRE
11H30 APÉRITIF DE BIENVENUE
12H30 REPAS ROSE

Mediation Animale

AVEC L'ASSOCIATION CAPUCINE ET MIRABELLE

LE MARDI 7 OCTOBRE À 14 H 45
POUR L'UNITÉ PROTÉGÉE

LE MARDI 21 OCTOBRE À 14 H 45
POUR L'UNITÉ OUVERTE

Etoile du Matin
L'EHPAD
RÉSIDENTIEL | sedna.
FRANCE

VOTRE RESIDENCE ETOILE DU MATIN
VOUS PROPOSE UN

ATELIER POTERIE

JEUDI 9 OCTOBRE À 14H45

Venez vous initier ou vous perfectionner
durant un ATELIER POTERIE !

AVEC LUDIVINE
DE L'ATELIER KILUCRU

1 FOIS
PAR MOIS

Etoile du Matin
L'EHPAD
RÉSIDENTIEL | sedna.
FRANCE

INFO ...

VOUS SOUHAITEZ ÊTRE INFORMÉS DE NOS DERNIÈRES ACTUALITÉS ?



INSCRIVEZ-VOUS À NOTRE LETTRE D'INFORMATIONS

Et recevez par courriel
une notification à chaque nouvelle
publication «actualité» de votre
résidence.

Vous pourrez vous désinscrire à tout moment.

SUIVEZ-NOUS
SUR FACEBOOK !

Scannez ce QR code



Cliquer sur le bouton
"J'aime" 
pour ne rien manquer
et nous soutenir !

<https://www.ehpad-etretat.fr/actualites>



INFORMATIONS



PSYCHOLOGUE

MME FREVAL CAROLINE

Le jeudi et le vendredi
de 10 H à 17 H

psy-etoile-etretat@ehpad-sedna.fr



MEDECIN COORDONNATEUR

DR KADRI MUSTAPHA

Le lundi ,le jeudi et samedi (matin
ou après-midi)

medco-etoile-etretat@ehpad-sedna.fr

INFIRMIER COORDINATEUR

MR KERIOU JONATHAN

Du lundi au vendredi
de 9 H à 17 H

idec-etoile-etretat@ehpad-sedna.fr



KINESITHERAPEUTES

Les lundis,
mardis et vendredis

A partir de 13 H



PEDICURE

1 fois par mois
sur rendez vous



COIFFURE

VÉRONIQUE

vous accueillera au salon
le mardi et le jeudi
sur rendez vous



ACTUALITÉS

Vous pouvez suivre
l'actualité sur la résidence
sur notre site internet :

www.ehpadetretat.fr



COIN BIBLIOTHEQUE

Des coins bibliothèques
sont accessibles
au rez-de-chaussée
et à l'entrée du 2^e étage.

Chacun peut y
déposer ou
emprunter
des livres librement.



RESIDENTS A LA UNE

ANNIVERSAIRES DU MOIS



Nous souhaitons un joyeux anniversaire à



1. M. DUHAMEL Pierre , mercredi 15 octobre ,fêtera ses 93 ans
2. Mme. LESAGE Denise, mardi 21 octobre, fêtera ses 90 ans
3. Mme. PELLETIER ,mardi 21 octobre ,fêtera ses 80 ans
4. Mme. MORIN Françoise, mercredi 29 octobre , fêtera ses 87 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.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

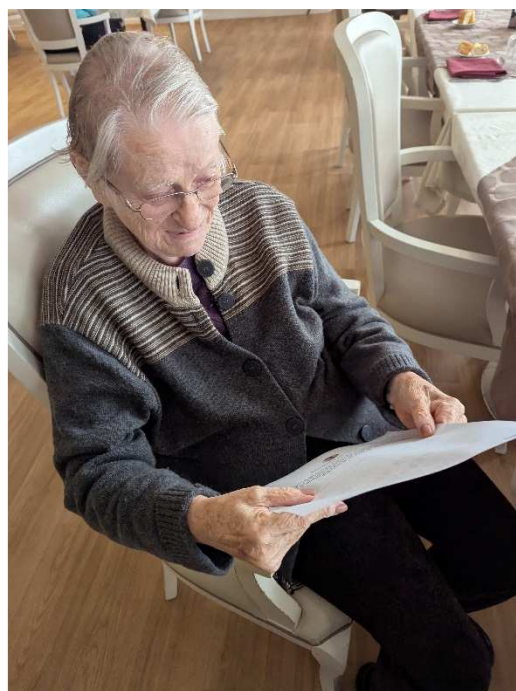
DISTRIBUTION DE LA GAZETTE FAMILÉO

Aujourd'hui, grâce aux nouvelles technologies et plus particulièrement à internet, les résidents peuvent **être en contact avec leurs proches, famille ou amis.**

Qui n'est pas attiré par la lecture d'un album de photos de sa famille ou de ses amis, d'autant plus s'il s'agit de proches ?

Et comment concilier les deux...

Famileo a réussi ce pari de proposer un site où toutes les personnes autorisées pourront déposer messages, photos et permettre d'**imprimer une gazette** une fois par semaine.



La gazette est distribuée aux résidents tous les lundis par l'animatrice notre animatrice.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

DISTRIBUTION DE LA GAZETTE FAMILÉO

Famileo est un **service innovant**, totalement privé, qui permet aux membres d'une famille, de **garder plus facilement le contact avec le résident**, conjuguant les nouvelles technologies avec un support apprécié des **aînés**.



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.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

DISTRIBUTION DE LA GAZETTE FAMILÉO



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.

DANS VOTRE RÉSIDENCE

L'ANIMATION INVISIBLE MAIS ESSENTIELLE

Dans les couloirs de notre **résidence**, une partition invisible se joue chaque jour. Elle est composée de **gestes simples**, portés par les **soignants**, les **aides hôtelières**, les **infirmiers**, les **cadres**, et même le **factotum**. Sans flash ni fanfare, ces actions tissent le tissu vivant de notre **maison commune**. Elles nourrissent le **bien-être** des **résidents**, animent leur **quotidien**, et renforcent les **liens** qui nous unissent.



DANS VOTRE RÉSIDENCE

💬 L'art de créer des instants précieux

Un **brushing** au **salon de coiffure** devient un moment de **confiance**.

Une discussion autour d'un **souvenir partagé** transforme un soin en **rencontre**.

Ces instants, souvent discrets, sont des **bulles d'humanité** où l'on prend le temps de se **parler**, de se **rassurer**, de se **reconnaître**.



Et pourquoi ne pas proposer un petit **massage des pieds**, un moment de **détente du corps**, ou simplement **plier un peu de linge** ensemble ? Ces gestes, anodins en apparence, sont autant d'occasions de se sentir **utile, apaisé, vivant**.

DANS VOTRE RÉSIDENCE

Des attentions qui font toute la différence

Chaque jour, mille petites choses contribuent à faire de la résidence un **lieu de vie chaleureux** :

-  Installer la **date du jour**, distribuer les **programmes**, pour que chacun garde ses **repères**.
-  Aider à **choisir une tenue** dans un **catalogue**, pour se sentir bien dans ses **choix**.
-  Sortir au **jardin**, respirer l'**air frais**, admirer les **fleurs**, savourer le **soleil** sur la **terrasse**.
-  Apporter un **café** au **salon**, échanger quelques **mots chaleureux** autour d'une **tasse**.
-  Aller chercher un **plaid**, veiller au **confort**, prendre soin des **ongles** ou proposer un moment **cocooning**.
-  Déposer des **fleurs fraîches** dans une **chambre**, pour illuminer l'**espace** et le **cœur**.

Ces **gestes**, ces **attentions**, ces **présences discrètes** mais **sincères**, transforment la résidence en **foyer**. Un lieu où l'on se sent **bien**. Un lieu où l'on se sent **chez soi**.

CHAQUE LUNDI

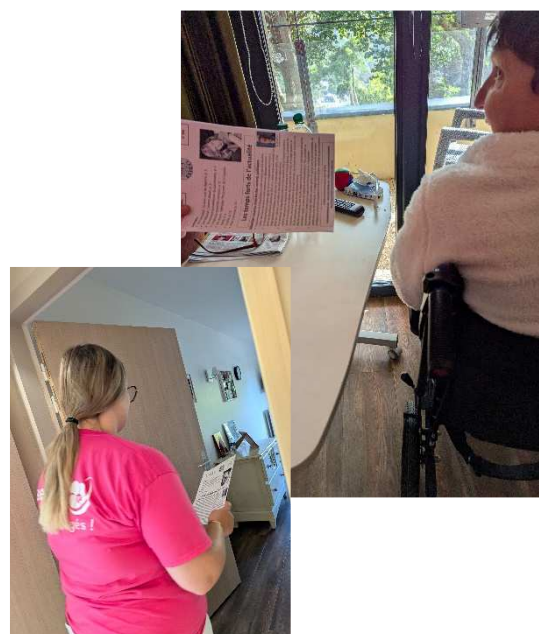
ANIMATION VISITE EN CHAMBRE un lien social précieux à la résidence

Chaque **lundi**, **nous** parcourons les couloirs, visitant les résidents qui se trouvent en chambre afin de **discuter**, proposer des **moments de détente** ou de **jeux**. l'animatrice distribue également le **journal Senior Hebdo**, apportant une touche de **joie** et d'**actualité** dans chaque chambre.

Les visites sont attendues par les résidents. C'est une **occasion précieuse** de partager des **projets individuels**.

Chaque rencontre est un moment où **l'animatrice** écoute avec attention et **participe activement** à l'amélioration du **bien-être** des résidents.

En plus des conversations, **nous** proposons des **activités variées** pour stimuler l'esprit et le corps des résidents. Que ce soit des jeux de société, des **exercices de relaxation** ou des **projets créatifs**, chaque activité est soigneusement choisie pour correspondre aux intérêts et aux besoins de chacun. Ces moments privilégiés permettent de renforcer le lien social au sein de la résidence.



TOUS LES MERCREDIS

BOUGER EN DOUCEUR : la gym du mercredi à Étoile du Matin

Chaque **mercredi après-midi**, les **résidents** de la **Résidence Étoile du Matin** se retrouvent avec enthousiasme pour une séance de **gym douce sur chaise** animée par **Laurence**, intervenante de l'association **Siel Bleu**. Dans une ambiance chaleureuse et bienveillante, cette activité vise à entretenir la **mobilité**, favoriser le **bien-être**, et créer du **lien social**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

La **gym douce**, adaptée aux capacités de chacun, permet de travailler en douceur la **souplesse**, la **coordination**, et la **respiration** tout en respectant les limites individuelles. Grâce à des exercices ludiques et progressifs, les résidents restent **actifs** tout en prenant **plaisir** à bouger.



Au-delà des bienfaits physiques, ces rendez-vous hebdomadaires sont aussi un moment d'**échange**, de **sourires** et de **convivialité**. La présence régulière de Laurence, son écoute et son dynamisme, contribuent à faire de cette animation un **temps fort** de la semaine.

TOUS LES JOURS

Dominos et sourires : un rendez-vous quotidien qui fait du bien

Chaque **fin d'après-midi**, un doux **rituel** s'installe dans la résidence : les **tables** se rapprochent, les **dominos** s'alignent, et les **rires** fusent. Un petit groupe de **résidents**, fidèles au poste, se retrouve pour des **parties animées** où la **stratégie** côtoie la **bonne humeur**..



Ce moment de **jeu**, devenu **incontournable**, dépasse largement le simple **loisir**. Il tisse des **liens**, crée des **complicités** et offre à chacun l'occasion de se sentir pleinement **acteur** de la **vie collective**. Le **cliquetis** des pièces, les **échanges malicieux** et les **encouragements spontanés** composent une véritable **symphonie de convivialité**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

RENTRÉE SCOLAIRE : les sages vs les canailles !

Cette année encore , les résidents et le personnel ont pris la pose façon "photo de classe"... mais en double version !

👉 D'un côté, les élèves modèles : ardoise bien tenue, regard sérieux, posture impeccable.

👉 De l'autre, les petites canailles : grimaces, prénoms en freestyle, et un air de "j'ai déjà perdu mon cahier de texte".

Un grand bravo à tous pour avoir joué le jeu avec humour et tendresse.

La rentrée n'a jamais été aussi drôle ! 😄 ✏️ 📅



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

TABLE DÉCORÉE, PLAYLIST RAFFINÉE : LE BIEN-ÊTRE FAÇON BRIDGERTON

Ce **lundi 1er septembre**, l'espace s'est transformé en un véritable cocon de **douceur** et de **raffinement**. Sous la bienveillance de **l'animatrice** et d'**Inès**, les **dames** et les **messieurs** ont été invités à vivre un **atelier bien-être** hors du commun.

Dès l'entrée, une **table décorée** avec soin évoquait l'univers élégant de la série **Bridgerton**, dont la **playlist** en fond sonore ajoutait une touche de **romantisme** et de **sérénité**. Les convives ont pu se laisser aller à un moment de **chouchoutage**, loin du tumulte quotidien.

Au programme :

- Une **manucure** délicate pour sublimer les mains
- Un **massage du visage** ou des **mains** pour relâcher les tensions
- Une **petite épilation du visage** pour se sentir frais et léger



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

MARDI MATIN, L'INFO EN PARTAGE

Ce **mardi 2 septembre**, la matinée a débuté par une **revue de presse** interactive autour de **l'actualité du moment** et des **faits marquants de la semaine passée**. Les participants ont pu découvrir une sélection d'**articles**, de **titres forts**, et de **dossiers thématiques** issus de la presse nationale et internationale.



📌 Les temps forts :

- Analyse des **grands événements politiques, sociaux et économiques**
- Discussions sur les **faits divers** et les **initiatives locales**
- Échanges libres autour des **opinions, réactions** et **interprétations**

Cette animation a permis de mieux comprendre les **enjeux actuels**, de prendre du recul sur les **informations médiatiques**, et de partager des **points de vue variés** dans une ambiance conviviale. Un moment enrichissant pour rester **connecté au monde**, tout en développant son **esprit critique**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

STIMULER LES SENS AVEC CAPUCINE, MIRABELLE ET LEURS AMIS À POILS ET À PLUMES

Ce **mardi 2 septembre**, l'animatrice **Astrid** a enchanté petits et grands lors d'une animation exceptionnelle de **médiation animale**, organisée en partenariat avec l'association **Capucine et Mirabelle**.

Parmi les stars du jour, **Padilton**, le **golden retriever** encore jeune et débordant de **vitalité**, a conquis tous les cœurs.



Il était accompagné d'une joyeuse troupe : des **lapins poilus**, des **cochons d'Inde** en tous genres, la sage **tortue Caroline**, et les inséparables **Tic et Toc**, qui ont littéralement **volé la vedette** en s'envolant dans la pièce pour atterrir sur les têtes des participants, un moment **magique** immortalisé par une pluie de **flashes**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Mais l'animation ne s'est pas arrêtée là. Les participants ont pu **fabriquer des brochettes, nourrir les animaux**, et même les **poules** étaient de la partie ! Entre **caresses, rires** et **émerveillement**, chacun a pu vivre une expérience **sensorielle** et **émotionnelle** unique.



Astrid a également proposé des activités pour **stimuler la mémoire**, en parlant des **fruits et légumes de saison**, et en animant un **jeu de cartes** pour reproduire les **sons des animaux**. Une manière ludique et pédagogique de **faire travailler les sens** tout en s'amusant.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

🐹 CHOUPINOU, LE RETOUR DU ROI DU CÂLIN

Comme en **juillet** (voir article sur **Étoile du Matin**), l'**animatrice** est revenue avec **Choupinou**, la petite boule de poils adorée. Direction le **salon** et les **chambres**, où les **résidents** ont pu le **câliner** à volonté. Doux, calme et curieux, il a reçu une pluie de **caresses** et de **sourires**. Un moment simple, mais rempli de **tendresse** et de **joie partagée**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

REPRISE DYNAMIQUE AVEC LE GANG DE CASTORS !

Ce jeudi 4 septembre, les Jeudi Jeux ont fait leur grand retour, et c'est *Le Gang de Castors* qui a ouvert la saison avec panache ! Comme toujours, l'événement s'est déroulé **sur la base du volontariat**, pendant **la pause déjeuner**, dans une ambiance détendue et complice.

Les collègues volontaires se sont retrouvés autour de ce jeu coopératif et plein de rebondissements. Entre bluff, stratégie et rire, chacun a pu se reconnecter en douceur après la coupure estivale. Les castors n'ont pas chômé, et les neurones non plus !



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

🌿 **Un moment QVT à ne pas manquer** Ce rendez-vous ludique, simple mais puissant, coche toutes les cases du bien-être au travail :

- **Pause régénérante** : un vrai break mental pour souffler et relâcher la pression.
- **Lien social renforcé** : les échanges spontanés créent une dynamique positive entre collègues.
- **Valorisation individuelle** : chacun peut s'exprimer, proposer, coopérer... et briller autrement.
- **Énergie collective** : le jeu stimule l'enthousiasme et l'envie de faire ensemble.

Une belle reprise, pleine de bonne humeur et de complicité, qui donne le ton pour les prochains Jeudi Jeux. On repart du bon pied, avec le sourire... et peut-être un peu de sciure dans les poches !

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

"RENTRÉE COGNITIVE : apprendre avec plaisir et douceur"

Ce **jeudi 4 septembre**, une **animation mémoire** a été proposée aux **résidents**, orchestrée par notre **animatrice**. L'objectif était de **réactiver les fonctions cognitives** tout en favorisant le **plaisir** et le **partage collectif**, dans une ambiance chaleureuse et ludique.

Mémoire et concentration : un défi bienveillant

La séance a débuté par un **jeu de mémoire** sur le thème de la **rentrée des classes**. Les participants devaient **retenir trois mots clés** tout au long de la séance. Ce type d'exercice sollicite la **mémoire de travail**, essentielle pour le **maintien de l'attention** et la **structuration de la pensée**.

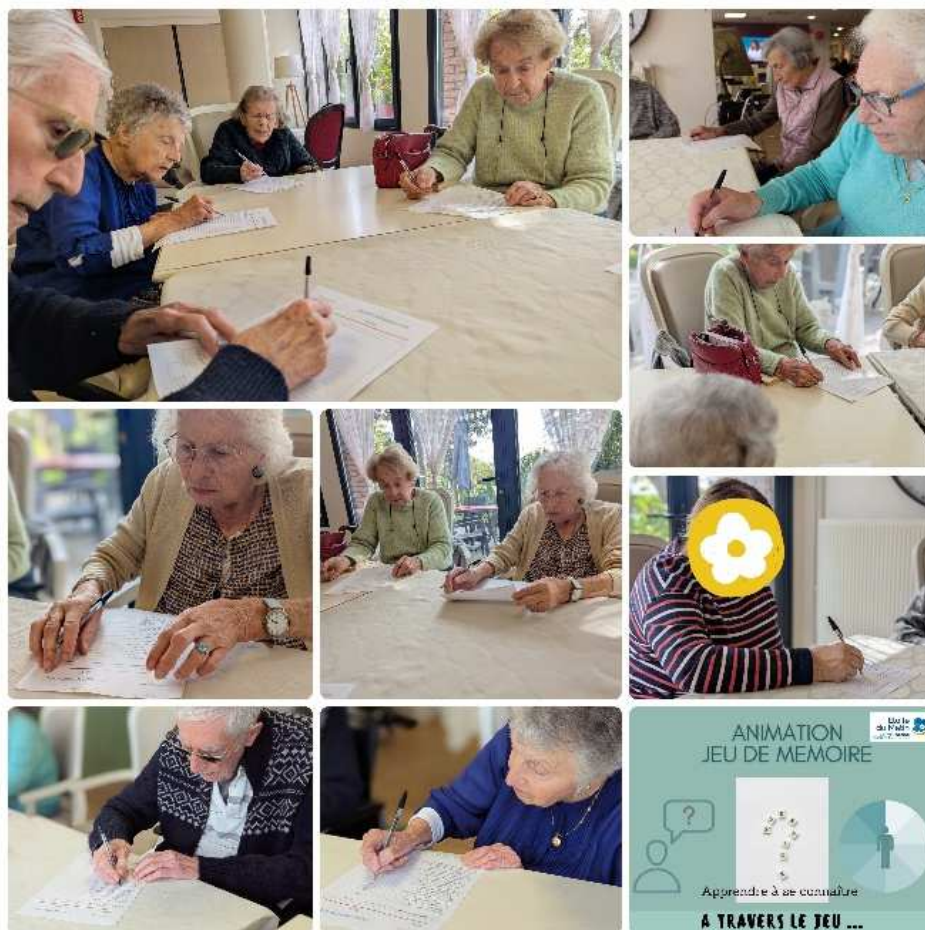
Activité écrite : La cigale et la tortue

Ensuite, un **exercice écrit** a été proposé autour de la fable revisitée de **La cigale et la tortue**. Les résidents ont été invités à **compter les lettres "A" par ligne**, une tâche qui mobilise à la fois la **perception visuelle**, la **motricité fine** et la **capacité de concentration**. Ce type d'activité favorise également la **structuration spatiale** et le **repérage dans le texte**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Jeux oraux : Vrai/Faux et géographie

Pour stimuler la **mémoire sémantique** et encourager les **interactions sociales**, des **jeux oraux** ont été proposés : un quiz **Vrai/Faux** suivi de questions sur la **géographie**. Ces jeux permettent de **renforcer les connaissances générales**, de **valoriser les savoirs** des résidents et de **favoriser l'estime de soi**.



Une approche psychologique centrée sur la personne

Cette animation s'inscrit dans une **démarche** visant à **préserver les capacités cognitives** tout en respectant le **rythme individuel** de chacun.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

BONNES HABITUDES ET BONNES SOUPES :

Le Rituel du Vendredi



Ce vendredi 5 septembre, pendant que les enfants reprennent le chemin de l'école, les résidents ont eux aussi renoué avec leurs bonnes habitudes. À leur demande, un atelier cuisine a été organisé, et il sera désormais programmé chaque vendredi matin.

Dans une ambiance conviviale, les légumes frais ont été épluchés, coupés et préparés avec soin. Le résultat ? Une délicieuse soupe sera servie le soir même, elle va réchauffé les cœurs autant que les papilles. Mais ce n'est pas tout : les épluchures ont été soigneusement mises au compost, dans une démarche à la fois écologique et responsable. Un petit geste pour la planète, mais un grand pas vers une vie collective durable.

Ce moment partagé a permis aux résidents de échanger, de rire, et surtout de créer du lien autour d'une activité simple mais pleine de sens.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

VENDREDI BBQ : Un Festin Signé l'Équipe Cuisine

Ce **vendredi 5 septembre**, l'**équipe cuisine** nous a préparé un **repas barbecue** qui a ravi tout le monde.

En **entrée**, nous avons dégusté du **concombre frais**, léger et croquant. Le plat principal était composé de **frites croustillantes** accompagnées de **saucés variées**, dont une **mayonnaise maison** absolument délicieuse.

Pour finir en beauté, le **dessert** était une **mousse au chocolat** onctueuse et gourmande, parfaite pour clôturer ce moment convivial.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

LOTO Mémoire

Ce **vendredi 5 septembre**,

une animation loto a eu lieu dans la salle de restauration . Les **numéros** tirés n'étaient pas seulement des chiffres : ils ont réveillé des **expressions populaires**, des **formules mathématiques**, des **dates historiques** et même des **numéros de départements** qui ont fait voyager les esprits.

🎲 Chaque boule tirée était l'occasion de faire **travailler la mémoire** :

- Le **13**, porte-bonheur ou superstition ?
- Le **1789**, année de la **Révolution française**.
- Le **75**, clin d'œil à notre cher **Paris**.
- Le **0**, parfait pour parler de **zéro faute** ou de **point de départ**.

Les participants ont rivalisé de **vivacité** et de **culture**, et c'est dans une ambiance chaleureuse que trois **gagnants** ont été célébrés :

Monsieur D, Madame L, et Madame D.

👏 **BRAVO** à eux pour leur esprit affûté et leur chance bien placée !



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

DEVINEZ LE TITRE, CHANTEZ L'ÉMOTION

Ce lundi 8 septembre après-midi, la résidence Étoile du Matin a résonné de **mélodies** familières et de **rires complices**. Avec notre **animatrice**, le célèbre **Micro d'Or** était de retour pour une animation musicale pleine de **joie**, de **partage** et de **bonne humeur**.



🎵 Les chansons étaient diffusées sur l'**enceinte**, et les résidents avaient pour mission de deviner le **titre** et l'**interprète**. Une véritable plongée dans les **souvenirs musicaux**, où chacun a pu tester sa mémoire tout en fredonnant les refrains connus.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

De **Jean Ferrat** à **Johnny Hallyday**, en passant par **Brigitte Bardot** et **Barbra Streisand**, les grands noms de la chanson ont fait vibrer les cœurs. Les **résidents** ont joué le jeu avec enthousiasme, ponctuant chaque bonne réponse de **rires**, de **bravos** et parfois même... de **quelques pas de danse** !



L'ambiance était à la **fête**, et la résidence a vécu un moment suspendu, où la **musique** a rassemblé toutes les générations autour de **souvenirs communs** et d'une belle dose de **bonne humeur**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

DES LETTRES, DU LIEN, ET UNE DOSE DE PSYCHOMOTRICITÉ

Lundi 8 septembre, c'était le top départ du groupe **Scrabble** version boostée : avec **Inès**, notre **psychomotricienne**, qui rejoint l'équipe chaque **lundi** depuis la **rentrée**.



Ce premier atelier a mis tout le monde dans le bain : des **mots**, des **rires**, des **petits défis**, et surtout une vraie **énergie de groupe**. Inès ne vient pas juste pour observer — elle **propose**, **stimule**, **accompagne**. Le Scrabble devient un terrain de jeu pour la **mémoire**, la **motricité fine**, et le **plaisir de réfléchir ensemble**.

Pas besoin d'être champion du dictionnaire : ici, on joue pour le **fun**, pour se **challenge**r, et pour se **sentir bien**. Et avec Inès dans la boucle, chaque séance prend une autre dimension : plus **rythmée**, plus **engagée**, plus **riche**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

UN AIR DE PIANO, UN RAYON DE SOLEIL, ET BEAUCOUP DE CHALEUR HUMAINE

En **juillet dernier**, nous avons eu le plaisir de **recevoir les résidents de La Pommeraie** pour une belle rencontre. Ce jour-là, nous nous étions dit **au revoir**, mais surtout **à bientôt...** Et ce **bientôt** est arrivé !

Ce **mardi 9 septembre**, nous avons été **invités à déjeuner** à l'EHPAD **La Pommeraie de Criquetot-l'Esneval**. Plus de **dix résidents** de notre établissement ont pu **participer à cet échange interétablissement**, accompagnés par Carine (animatrice) et Nadège (F.A.S.).

Une **belle table** nous attendait, avec des **apéritifs** pour ouvrir les festivités. Très vite, ce fut un **déluge de discussions** : — « *Connais-tu M. Dupuis ?* » — « *Ah oui, moi aussi j'allais traire les vaches dans le même village !* » — « *Et tu te souviens du **corso fleuri du 15 août à Criquetot** ? Quelle ambiance !* »

Les souvenirs et les rires ont fusé, et au moment du **café**, tout le monde s'est mis à **chanter à l'unisson**. **M. G**, résident de La Pommeraie, a même proposé de **jouer du piano**, pour le plus grand plaisir de tous.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

.Certains ont choisi de **se dégourdir les jambes**, d'autres ont préféré **une pause au soleil** sous la **terrasse**. Un moment de **liberté**, de **partage**, et de **joie simple**.

Et puis, il était temps de **repartir**... mais pas sans se dire **à bientôt**, cette fois-ci **à Étretat** !



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

BIEN-ÊTRE ET AMBIANCE CHILL

Cet **après-midi**, jeudi 11 septembre , **animation bien-être** menée par l'**animatrice** et **Flora**, **stagiaire en bac pro animation** à la **MFR de Criquetot**.

Objectif : offrir aux résidentes un moment simple, agréable, et axé sur le **soin de soi**. La table a été installée avec goût pour une ambiance cocooning. En fond, une playlist de variété française posait une atmosphère détendue, sans chichis.

Au programme :

- **Soins du visage et des mains**
- **Manucure**
- **Petite épilation**
- **Massage** ciblé (mains ou visage)
- Et une touche de **parfum** pour finir sur une note fraîche



Les résidentes ont choisi ce qui leur faisait plaisir, dans une ambiance **calme** et **bienveillante**. Flora a assuré avec sérieux et naturel, en mettant en pratique ses compétences tout en créant du lien.

un peu de **temps pour soi**, ça fait du bien.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

UN APRÈS-MIDI DE RÊVE AU LÉON D'OR CABARET près de Fécamp !

Ce **jeudi 11 septembre**, nos **résidents**, accompagnés de **Guida, bénévole**, et de **Nadège**, en fonction d'**aide-soignante**, ont vécu une **après-midi de folie** au **cabaret Le Léon d'Or**, situé tout près de **Fécamp**.

Dès leur arrivée, ils ont été accueillis avec une **délicieuse collation** : une **multitude de gâteaux** et **petits fours sucrés**, du **thé**, du **chocolat chaud**, du **café** et du **jus d'orange**.

Un moment de **gourmandise** et de **convivialité** qui a mis tout le monde en appétit pour la suite.

Puis place au **spectacle** ! Pendant **plus de deux heures**, nos résidents ont été émerveillés par des **danseuses talentueuses**, des **chanteurs à la voix incroyable**, et des **chorégraphies majestueuses** parfaitement **exécutées**.

L'**accueil chaleureux** du **patron du cabaret** a ajouté une touche humaine très appréciée.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

L'**endroit**, décoré avec **goût**, reflète à merveille l'**esprit cabaret** : **paillettes**, **plumes**, **lumières** et **ambiance festive** étaient au rendez-vous. Les **photos** prises lors de cette sortie témoignent de la **joie** et de l'**enthousiasme** de nos résidents, qui n'ont qu'une seule envie : **y retourner** !



Ils ont été **adorés**, **choyés**, et cette journée restera gravée dans les **souvenirs** de chacun.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

"POTAGE DU VENDREDI : L'Envie Ne Faiblit Pas ! »

Ce **vendredi matin**, l'atelier potage a une nouvelle fois réuni les **résidents** autour d'une activité pleine de **sens** et de **convivialité**. Il y avait **toujours autant d'envie** pour l'**épluchage des légumes**, et même plus encore !

Face à l'**enthousiasme grandissant**, l'équipe a prévu **davantage de légumes** : en plus des classiques, les **poireaux** et les **choux-fleurs** ont fait leur entrée dans les paniers. Un vrai **festival de couleurs et de parfums** dans la salle d'activité !



Les **résidents en redemandent**, et cela se voit : les gestes sont précis, les échanges nombreux, et les sourires bien présents. L'atelier devient un **rituel attendu**, un moment de **partage** où chacun trouve sa place. Et comme toujours, les **épluchures** sont **mises au compost**, dans une démarche **écologique** qui fait du bien à tous.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

LA VALISE À SOUVENIRS OUVRE LE CAHIER DE LA MÉMOIRE

Ce **vendredi 12 septembre**, les **résidents** ont été invités à participer à une **animation** pleine de tendresse et de mémoire : **l'atelier réminiscence** sur le thème de **l'école**.

Guidés par **l'animatrice**, ils ont découvert une **table** soigneusement préparée, garnie d'**objets anciens** : **disques 33 tours**, **photos en noir et blanc**, **livres d'époque**, et bien sûr, la fameuse **valise à souvenirs**.

Cette **valise magique** contenait une multitude de **photos** et **images du passé**, soigneusement sélectionnées pour raviver les **souvenirs d'enfance**.

Après un **tour de table** convivial pour mieux se connaître, chaque résident a pu **choisir une image** et partager un **souvenir lié à l'école** :

- une **institutrice marquante**,
- un **cahier d'écriture**, une **rentrée scolaire**,
- ou encore le **goût du pain au chocolat** à la récréation.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...



Les échanges ont été riches, parfois drôles, parfois émouvants.

Chacun avait **quelque chose à dire**, une anecdote, une émotion, un fragment de vie.

Ce moment suspendu a permis de **tisser des liens**, de **raviver la mémoire**, et de **faire vivre le passé** dans le présent.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

➤ REVUE DE PRESSE DU LUNDI 15 SEPTEMBRE

Ce **lundi 15 septembre**, les résidents de l'EHPAD ont partagé un moment agréable et enrichissant autour de leur animatrice, Carine, lors de la traditionnelle **revue de presse**. L'occasion de découvrir ensemble les **actualités marquantes**, de **discuter**, de **s'étonner**, et de **sourire**.

◆ Côté politique, **Sébastien Lecornu**, âgé de **39 ans** et **implanté dans l'Eure**, a été nommé **Premier ministre**. Son arrivée est marquée par une volonté de **dialogue** et de **coopération** entre les différents acteurs politiques.

◆ Un **rapport parlementaire** a été présenté sur l'usage du **réseau social TikTok** chez les **mineurs**. Ce réseau, lancé en **2016**, suscite de nombreuses réflexions sur les **habitudes numériques** des jeunes. Pendant **six mois**, des **familles**, des **influenceurs** et des **professionnels du numérique** ont été entendus pour mieux comprendre les enjeux et accompagner les jeunes dans leur usage.

◆ Une **étude menée en 2024** par l'**Observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT)** révèle une évolution encourageante : les **adolescents de moins de 16 ans** consomment **moins de tabac, d'alcool et de cannabis** qu'il y a **dix ans**. Une tendance qui témoigne d'une **prise de conscience collective** et d'un **meilleur accompagnement**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

- ◆ Les **syndicats** ont annoncé une **journée de mobilisation** prévue le **jeudi 18 septembre**, dans un esprit de **concertation** et de **revendication constructive** autour des **conditions de travail**.
- ◆ Le monde de la musique rend hommage à **Charly Oleg, pianiste** apprécié pour ses **mélodies populaires** et son **charme musical**. Son souvenir reste bien présent dans les cœurs.
- ◆ Pour clore cette revue en beauté, les résidents ont savouré une sélection d'**articles insolites**, de **charades**, de **devinettes** et de **blagues**. Rires et sourires étaient au rendez-vous, comme toujours !



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

DES NOUVEAUX JOUEURS ET TOUJOURS PLUS D'ÉNERGIE

Lundi 15 septembre, le **groupe Scrabble** a accueilli de **nouvelles recrues** prêtes à en découdre avec les lettres !

Sourires, curiosité et envie de jouer étaient au rendez-vous pour cette deuxième séance animée par **Inès**, notre **psychomotricienne**, fidèle au poste chaque **lundi** depuis la **rentrée**.



Les nouveaux venus se sont vite intégrés au groupe, encouragés par les habitués et portés par l'ambiance **conviviale**. Inès a su créer un cadre **accueillant**, où chacun a pu prendre ses marques, découvrir le rythme du jeu et se lancer dans les premières parties avec enthousiasme.

Entre les **mots croisés**, les **blagues**, et les petits coups de pouce pour les débutants, le Scrabble du lundi devient un vrai moment de **cohésion**, de **stimulation**, et de **plaisir partagé**. Et avec des profils variés, les parties promettent d'être **surprenantes** et **animées** !

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

LE TEMPS DES ROSES À ÉTRETAT : un déjeuner sous le signe de l'amitié

Mardi 16 septembre, les **résidents de l'Étoile du Matin d'Étretat** ont eu le plaisir d'**accueillir** leurs homologues du **Temps des Roses**, établissement situé à **Maison-Alfort**, près de **Paris**, et membre du **groupe Sedna**.

Les **9 résidents** venus en visite, accompagnés de **6 professionnels**, ont partagé une **pause déjeuner** bien méritée dans une ambiance **chaleureuse et détendue**. Ce moment fut l'occasion de **discuter**, de **créer du lien**, et de **renforcer les échanges** entre établissements.

Un grand **merci** à notre **équipe cuisine et hôtelière**, dont le professionnalisme et la générosité ont permis de faire de ce repas un **instant de plaisir partagé**.

Un grand **merci** à notre **équipe cuisine et hôtelière**, dont le professionnalisme et la générosité ont permis de faire de ce repas un **instant de plaisir partagé**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

SORTIE INTER-ÉTABLISSEMENTS : Étretat comme décor d'un bel échange

Mardi 16 septembre, après un déjeuner partagé, les **résidents du Temps des Roses** ont prolongé leur journée à **Étretat** avec une petite **escapade au Casino**, accueillis par l'équipe de **l'Étoile du Matin**.

Pas de machines à sous ni de tapis vert cette fois-ci, mais un moment simple et agréable pour **boire un verre**, profiter de l'air marin, et admirer **la vue** sur les célèbres falaises.

Les échanges ont été spontanés, les sourires nombreux, et l'ambiance détendue. Cette **pause gourmande** en bord de mer a permis de **renforcer les liens**, de **partager des anecdotes**, et de savourer ensemble un **instant hors du temps**, tout en douceur.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

CLUB DE LECTURE : deux rendez-vous autour d'un conte qui fait voyager

Ce mois de **septembre**, notre **Club de Lecture** a repris avec deux belles séances animées par **Annie**, la **filles d'une de nos résidentes**, que nous remercions chaleureusement pour sa **présence généreuse** et son **engagement**.

● **Mercredi 6 septembre** : découverte du conte Pour cette première rencontre, Annie nous a lu *L'arbre qui voulait voyager*, un **conte poétique** de **Jacques Bienvenu**, auteur du **Cantal**.

L'histoire de cet arbre en quête de **liberté**, de **rencontres** et de **découverte** a touché les cœurs et éveillé les **imaginaires**. Les résidents ont été captivés par la **voix douce** d'Annie et la **profondeur du récit**, qui a suscité de belles **réactions** et quelques **souvenirs** partagés.



AVEC MME GENESTAL ANNIE

qui vous propose une lecture de nouvelle, poème, roman ...



Pour partager des plaisirs de lecture,
favoriser les échanges entre nous ...



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

● **Mercredi 17 septembre** : deuxième temps de lecture Lors de cette deuxième séance, nous avons poursuivi la lecture du même **conte**, pour en savourer chaque **étape du voyage**.

Ce deuxième temps a permis de **revenir sur les émotions**, de **approfondir les échanges**, et de **réfléchir ensemble** aux thèmes abordés : le **désir de changement**, la **rencontre avec l'autre**, et la **force des rêves**. Les résidents ont partagé leurs **ressentis**, parfois très personnels, dans une ambiance **chaleureuse** et **bienveillante**.

Ces deux moments ont été marqués par une **écoute attentive**, des **échanges sincères**, et une belle **énergie collective**. Le **Club de Lecture** confirme son rôle de **lieu vivant**, où les **mots** rapprochent, éveillent et font du bien.

Un grand merci à Annie pour sa **présence lumineuse**, et à tous les participants pour leur **enthousiasme** et leur **curiosité** !

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Lorelei anime l'atelier Motomed avec énergie

Jeudi 18 septembre au matin, les résidents de **l'Étoile du Matin à Étretat** ont participé à un atelier **Motomed interactif**, animé par **Lorelei**, stagiaire en animation en **Bac Pro SAPAT** à la **MFR de Criquetot-l'Esneval**, sous la houlette de l'**animatrice** .

L'activité combinait **pédalage assisté** et **immersion visuelle** grâce à un **écran connecté**. Les résidents pouvaient **choisir leur parcours** parmi plusieurs **balades virtuelles** : dans les **rues de Rouen**, à la **campagne**, ou dans d'autres **villes françaises**.

En pédalant, ils faisaient **avancer le décor** à l'écran, et selon leur **vitesse**, le paysage défilait plus ou moins vite.

Encore mieux : certains parcours permettaient de **changer de direction**, à **droite ou à gauche**, selon le **tracé prévu**. Une façon ludique et motivante de **stimuler le corps et l'esprit**, tout en laissant aux résidents une **part active dans le déroulement** de l'activité.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Lorelei a su :

- **Accompagner chaque résident** dans l'installation et le choix du parcours,
- **Encourager les efforts**, même minimes,
- Et **valoriser les initiatives**, les souvenirs et les échanges.

Les résidents ont apprécié :

- Le **sentiment de liberté** et de **maîtrise du trajet**,
- Le **plaisir de bouger** tout en **voyageant virtuellement**,
- Et la **présence bienveillante** de Lorelei tout au long de l'atelier.



Cette animation a permis à Lorelei de mettre en pratique ses **compétences en stimulation motrice et cognitive**, en lien direct avec sa **formation professionnelle** : **adapter**, **encourager**, et **valoriser** les personnes âgées dans une démarche **active et positive**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Une animation qui sent bon la France

Jeudi 18 septembre, Cette animation a été proposée par **Lucie, stagiaire en animation** à la **MFR de Criqueotot-l'Esneval**, dans le cadre de son **Bac Pro SAPAT**.

L'activité, ludique et participative, invitait chaque résident à **piocher une carte** représentant une **ville ou une région française**. Sur cette carte figurait une **spécialité locale** à deviner.

L'objectif ? Associer la bonne spécialité à la bonne région... tout en partageant des souvenirs, des anecdotes et des éclats de rire.

Parmi les exemples proposés :

- Le **nougat de Montélimar**, qui a fait saliver plus d'un gourmand.
- La **pipe de Saint-Claude**, qui a réveillé des souvenirs chez certains anciens fumeurs.
- La **tarte flambée d'Alsace**, la **bêtise de Cambrai**, ou encore le **camembert de Normandie** ont également suscité de vives discussions.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...



Cette animation a permis de :

- **Stimuler la mémoire** des résidents,
- **Favoriser les échanges** entre générations,
- Et surtout, de **mettre en valeur la richesse du patrimoine français**.

Lucie, avec son **enthousiasme** et son **écoute**, a su adapter l'activité aux envies et capacités de chacun. Une belle réussite pour cette jeune professionnelle **en devenir**, qui a su **rassembler** autour de la **culture régionale** et du **plaisir de partager**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Des nœuds roses et des cœurs engagés à l'Etoile du Matin

Dans le cadre de leur **formation SAPAT**, trois **jeunes stagiaires** en classe de **Terminale** à la **MFR de Criquetot-l'Esneval** ont décidé de s'engager pour une cause qui leur tient à cœur : **Octobre Rose**, le mois de **sensibilisation au dépistage du cancer du sein**.

Sous la houlette de **l'animatrice**, elles ont imaginé et mis en place des **actions solidaires** au sein de la **maison de retraite l'Etoile du Matin à Étretat**.

L'objectif ? **Créer du lien, mobiliser les résidents, et soutenir la lutte contre le cancer** avec des gestes simples mais porteurs de sens.

En cette fin d'après-midi, jeudi 18 septembre, **Lucie**, l'une des stagiaires, a animé un **atelier créatif** où les **résidents** ont commencé à **fabriquer des nœuds roses**.

Ces petits symboles, réalisés avec soin et bonne humeur, seront **vendus** tout au long du mois d'octobre pour **collecter des fonds** et **sensibiliser le public**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

L'ambiance était à la fois **joyeuse** et **émouvante** : entre les éclats de rire, les souvenirs partagés et les gestes appliqués, chacun a trouvé sa manière de **contribuer** à cette belle initiative. Les **résidents**, fiers de leur travail, ont exprimé leur **enthousiasme** à l'idée de participer à une cause nationale tout en **valorisant leur savoir-faire**.



Cet atelier marque le **lancement d'une série d'actions** qui rythmeront le mois d'octobre à l'Etoile du Matin : **expositions, stands de sensibilisation**, et **moments festifs** sont déjà en préparation, toujours dans un esprit de **solidarité intergénérationnelle**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Avec Flora, Ça Épluche et Ça Papote !

Ce **vendredi matin**, l'atelier potage a pris une saveur toute particulière grâce à la présence de **Flora, stagiaire en animation en Bac Pro SAPAT** à la **MFR de Criquetot-l'Esneval**. Souriante et à l'écoute, elle a su **accompagner les résidents** avec **douceur** et **enthousiasme** dans la préparation des légumes.

Il y avait **toujours autant d'envie** pour l'**épluchage**, et face à l'**engouement**, nous avons ajouté de nouveaux légumes sont venus enrichir la palette de saveurs. Les résidents ont **redoublé d'énergie**, ravis de voir l'atelier évoluer selon leurs **envies**.



Flora a su créer du **lien**, encourager les échanges, et même recueillir quelques **astuces de cuisine** transmises avec fierté par les anciens. Un vrai moment de **transmission intergénérationnelle**, où chacun a trouvé sa place.

Et comme toujours, les **épluchures** ont été **mises au compost**, dans une démarche **écoresponsable** qui fait du bien à tous.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

CÉRAMIQUE ET SOUVENIRS D'ÉTÉ : un atelier tout en douceur

Vendredi **19 septembre**, à la résidence **Étoile du Matin**, les résidents ont retrouvé avec joie **Ludivine**, de l'atelier **Kilucru**, notre fidèle **céramiste**. Après les **vacances d'été**, c'était un vrai bonheur de se revoir, de **papoter** et de se remettre les mains dans la **terre**... ou plutôt dans les **couleurs** !

Ludivine avait ramené dans ses valises les **pièces modelées en mai**, restées en attente de cuisson à cause de son **four en réparation**. Cette séance était donc dédiée à la **mise en couleur** des créations réalisées lors de la dernière rencontre.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Pinceaux en main, les résidents ont laissé libre cours à leur **imagination** : des **teintes vives**, des **motifs délicats**, des **éclats de rire**... et bien sûr, quelques confidences sur les **souvenirs de vacances**. L'ambiance était à la fois **créative** et **conviviale**, comme on les aime.



À la fin de l'atelier, Ludivine a soigneusement emballé les œuvres pour les **cuire dans son four** et ainsi **révéler les couleurs**. Nous avons hâte de découvrir le résultat le **jeudi 25 septembre**, lorsqu'elle reviendra avec les **pièces terminées** et que nous entamerons de **nouvelles créations**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

 **Atelier céramique du 19 septembre** à Étoile du Matin :

retrouvailles, couleurs et sourires avec Ludivine de Kilucru 

Un moment créatif et chaleureux à découvrir en vidéo 

 <https://www.facebook.com/share/v/19ossqgTLf/>



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

LE MUR ROSE, SYMBOLE D'UN ENGAGEMENT COLLECTIF

Dans le cadre du mois **Octobre Rose**, les trois **stagiaires en Terminale SAPAT** de la **MFR de Criqueotot-l'Esneval** ont déployé une nouvelle action à la **résidence l'Etoile du Matin** : la création d'un **Mur Rose**, véritable fresque vivante dédiée à la **solidarité** et à la **sensibilisation au dépistage du cancer du sein**.

Ce mur, installé dans un espace central de la résidence, rassemble des **photos des résidents**, du **personnel**, des **intervenants extérieurs** et bien sûr des **stagiaires** elles-mêmes. Chacun a accepté de **poser avec un nœud rose**, un sourire, ou un mot d'encouragement, pour témoigner de son **soutien à la cause**.

L'objectif de cette installation est double : **valoriser l'engagement collectif** et **rendre visible la mobilisation** de toute une communauté autour d'un enjeu de santé publique.

Le Mur Rose est aussi un **outil pédagogique**, permettant aux stagiaires de développer leurs compétences en **animation**, **communication**, et **coordination d'équipe**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Les **résidents**, très investis, ont pris plaisir à participer aux séances photo, à choisir leur mise en scène, et à découvrir le résultat final. Le mur est devenu un **lieu de passage**, de **rencontre**, et de **discussion**, où chacun peut s'arrêter, se reconnaître, et échanger.



Cette action s'inscrit dans une série d'initiatives portées par les stagiaires tout au long du mois d'octobre, avec le soutien de l'**animatrice** et de l'équipe. Elle illustre parfaitement la **force du lien intergénérationnel** et la capacité de chacun à **agir à son niveau** pour une cause qui nous concerne tous.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

🎀 MUR OCTOBRE ROSE À L'ETOILE DU MATIN 🎀

Un grand bravo à **Lucie, Flora et Lorelei**, nos trois **stagiaires SAPAT** de la **MFR de Criqueotot-l'Esneval**, qui ont mis en place un magnifique **Mur Rose** au sein de la résidence 💖

📷 Ce mur rassemble les **visages engagés** des **résidents**, du **personnel**, des **intervenants** et des **stagiaires**, tous unis pour soutenir la **lutte contre le cancer du sein**.

💬 Sourires, nœuds roses, messages d'espoir... Chaque photo est un petit mot doux pour dire : **"On est là, ensemble, solidaires."**

🎬 Découvrez la vidéo du Mur Rose ici 🖱️
<https://www.facebook.com/share/v/1G6t2cjbjx/>



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

PALETTE DE BONHEUR : une animation haute en couleurs

Ce lundi 22 septembre, la Résidence Étoile du Matin s'est transformée en atelier d'aquarelle chaleureux et inspirant. Chaque poste d'aquareliste était soigneusement préparé pour accueillir nos résidents artistes : pinceaux fins ou épais, petits gobelets d'eau, palettes, essuie-tout... tout était prêt pour laisser libre cours à la créativité.

Certains résidents, déjà engagés dans des œuvres en cours, ont pu les poursuivre avec concentration.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Les autres ont choisi parmi **divers modèles**, selon leurs **préférences** et leur **inspiration du moment**.



Une douce **musique d'ambiance piano-bar** enveloppait la salle, créant un **moment suspendu**. Même les **soignantes**, attirées par cette atmosphère de **relaxation**, se sont laissées tenter par l'**exercice artistique**.

Les **tableaux réalisés** ont ensuite été **accrochés** avec fierté au **mur de la salle de restauration**, transformant l'espace en **galerie éphémère** et joyeuse.

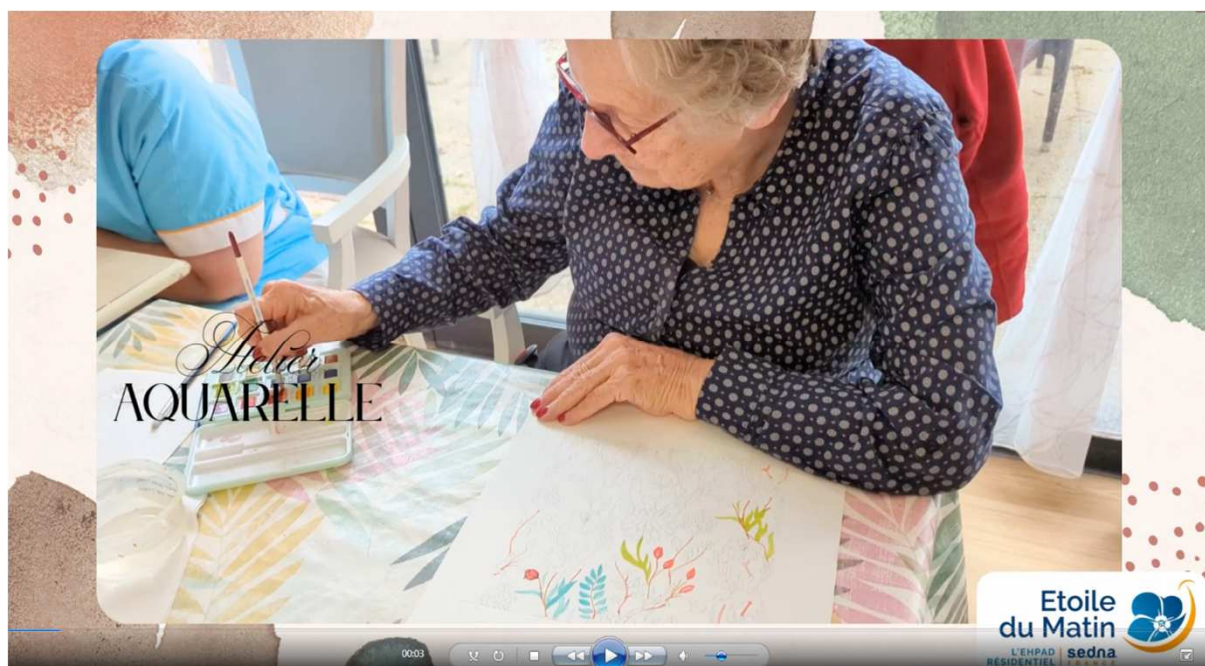
LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

UN LUNDI TOUT EN COULEURS

Un moment de calme et de création partagé entre résidents et soignants, dans une ambiance musicale apaisante.

 Découvrez la vidéo de cette belle parenthèse artistique 

<https://www.facebook.com/share/v/1ZkHE7LSSB/>



The collage consists of 11 individual photographs arranged in a grid-like fashion. The top row shows three people: a man in a blue jacket, a woman with a 'CHOCOLAT' box, and another woman. The middle row features three more individuals, including a woman in a red jacket. The bottom row shows a group of people at a long table, a woman in a pink sweater, and a woman in a patterned sweater. A final image in the bottom right corner is a graphic with the text 'ANIMATION JEU DE MEMOIRE', 'Apprendre à se connaître', and 'A TRAVERS LE JEU'.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

✏️ Étape 3 : Analyse individuelle et coopération de groupe

Chaque résident a ensuite reçu une feuille comportant **quatre phrases**, dont une **intruse** ne correspondait pas à l'automne. L'exercice s'est déroulé en deux temps : d'abord en **autonomie**, puis en **groupe**, favorisant la **prise de décision**, le **raisonnement logique**, et les **interactions sociales**. Cette alternance entre travail individuel et collectif permet de renforcer la **confiance en soi** et le **sentiment d'appartenance**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

🔍 Étape 4 : Reconnaissance visuelle et lexicale

Le dernier jeu proposait une grille de **mots cachés** contenant du **vocabulaire automnal** (ex. : **potiron**, **champignon**, **pluie**, **écureuil**). Ce type d'exercice stimule la **mémoire lexicale**, la **perception visuelle**, et la **coordination œil-main**, tout en offrant une activité **structurante et valorisante**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

CLUB DE LECTURE: Une histoire de solidarité et de courage

Ce **mercredi 24 septembre**, notre **Club de Lecture** a vécu un moment fort et émouvant grâce à **Annie, bénévole et fille d'une de nos résidentes**, qui nous accompagne avec fidélité tous les **mercredis jusqu'au 8 octobre inclus**.



Pour cette séance, Annie a lu un extrait du livre *À propos d'un village oublié* de **Véronique Mougin**, une **histoire vraie** qui raconte la **solidarité** d'un **petit village** face à l'**horreur de la guerre**. Les habitants ont choisi de **cacher une jeune femme juive**, au péril de leur vie, dans un geste de **courage collectif** et de **résistance silencieuse**.

Ce moment a permis de **réfléchir ensemble** à la **valeur de l'entraide**, à la **mémoire des anonymes**, et à l'importance de **transmettre ces récits** aux générations futures.

Encore merci à **Annie** pour sa capacité à faire vivre les **histoires humaines** avec **respect** et **dignité**. Le **Club de Lecture** continue d'être un espace de **partage**, de **mémoire**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

📌 Renforcer la sécurité pour le bien-être de tous

Jeudi 25 septembre, dès le **petit matin**, les **professionnels** de la résidence **Étoile du Matin** ont participé à une **formation spécialisée** sur la **manipulation des moyens de secours**, animée par l'organisme **IFI Secourisme**.

Cette session s'inscrit dans une démarche continue de **prévention** et de **sécurisation** de l'environnement de vie des **résidents**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

À travers des apports théoriques et des mises en situation concrètes, les équipes ont pu renforcer leurs **réflexes d'intervention** et leur **maîtrise des équipements de secours**.



Ce **parcours supplémentaire** témoigne de l'**engagement quotidien** du personnel à garantir un cadre de vie **sûr, bienveillant** et **adapté aux besoins de chacun**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Revue de presse du jeudi 25 septembre

Ce **jeudi 25 septembre**, les résidents se sont retrouvés avec plaisir autour de l'animatrice pour une nouvelle **revue de presse** animée, riche en **actualités**, en **surprises** et en **sourires**.

◆ Sur le plan international, **la France et neuf autres pays européens** ont annoncé leur **reconnaissance officielle d'un État palestinien**. Une décision qui marque une volonté de **paix** et de **dialogue diplomatique**.

◆ En France, les **syndicats** poursuivent leur mobilisation et **mettent la pression sur Sébastien Lecornu**, récemment nommé **Premier ministre**, afin d'ouvrir des **discussions constructives** sur les **conditions de travail**.

◆ Bonne nouvelle pour les amoureux du patrimoine : les **tours de Notre-Dame de Paris** sont désormais **rouvertes au public**. Une étape symbolique dans la **renaissance** de ce monument emblématique.

◆ Autre fierté nationale : le **château de Chantilly** a été élu **monument préféré des Français**. Son **architecture majestueuse**, ses **jardins raffinés** et son **histoire** continuent de séduire petits et grands

◆ Le monde du cinéma rend hommage à **Robert Redford**, acteur et réalisateur au **charisme légendaire**, dont les films ont marqué plusieurs générations.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

◆ Côté qualité de vie, **Grenoble** se distingue comme **la meilleure ville pour la pratique du cyclisme**. Ses **pistes aménagées**, son **cadre naturel** et son **engagement écologique** en font un exemple à suivre.



🐱 Articles insolites qui ont fait sourire

- Un **chaton aventurier** a surpris un automobiliste en se cachant derrière un **phare de voiture**... avant de parcourir **500 kilomètres** entre **Baslieux-lès-Fismes (Marne)** et **Pirou (Manche)**.
- Sur l'**autoroute A13**, en **Normandie**, un camion de la **Française des jeux** a accidentellement **répandu des milliers de tickets à gratter** sur la chaussée. Non, ce n'étaient pas des **billets de banque**, mais presque... De quoi faire rêver les passants !

🎨 Pour finir en légèreté...

- **Devinette** et **Blague de la semaine**

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

🐮 **Jeudi Jeu des 18 et 25 Septembre :**

Découverte Tactique avec 6 qui prend !

Les deux derniers Jeudi Jeux, les 18 et 25 septembre, ont été placés sous le signe de la découverte... et des vaches malicieuses ! Sur la base du volontariat, pendant la pause déjeuner, les collègues se sont initiés à *6 qui prend*, un jeu de cartes aussi simple en apparence que redoutable en pratique.

Rapidement, les règles ont été assimilées, les stratégies peaufinées... et les coups de théâtre n'ont pas manqué ! Entre les rires nerveux, les "oh non !" collectifs et les retournements de situation, chacun a pu goûter au plaisir de ce jeu où l'anticipation et le bluff font bon ménage.



🌸 **Un moment QVT tout en légèreté** Ces pauses ludiques offrent bien plus qu'un simple divertissement : le jeu permet de faire une vraie coupure, bénéfique pour la concentration. Les échanges spontanés renforcent la complicité entre collègues.

Une belle entrée en matière pour cette nouvelle saison de Jeudi Jeux, qui promet encore de belles découvertes et de bons moments partagés. Et comme on dit dans *6 qui prend*... attention aux têtes de bœuf !

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Céramique solidaire et citrouilles d'automne

Jeudi 25 septembre, **Ludivine**, céramiste passionnée de l'atelier **Kilukru**, est venu sur la résidence pour une **animation créative** en deux temps, mêlant **solidarité** et **décoration de saison**.

Lors de cette **après-midi artistique**, les **résidents** et le **personnel** ont d'abord participé à la **fabrication de petits objets en céramique** : des **supports** et des **formes délicates**, qui seront **peints en rose** et **émaillés** avec soin. Ces créations seront proposées à la **vente** dans le cadre du mois **Octobre Rose**, afin de **soutenir la lutte contre le cancer du sein**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Dans un second temps, place à la **fantaisie automnale** : chacun a pu **modeler des citrouilles** en argile, dans une ambiance **joyeuse et collaborative**. Ces **citrouilles en céramique** viendront bientôt **ornier les espaces communs**, apportant une touche de **chaleur** et de **couleurs de saison** à la résidence.



Un grand merci à **Ludivine** pour sa **générosité**, et à tous les **participants** pour leur **enthousiasme** et leur **créativité**. Une animation qui allie **engagement solidaire**, **expression artistique** et **plaisir partagé** !

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

L'Atelier Qui Donne Soif... de Partage !

Ce **vendredi matin**, l'atelier potage a repris du service avec la même **énergie** et le même **plaisir partagé**.

Mais cette fois-ci, une **nouvelle motivation** s'est glissée dans les esprits : l'**apéritif** prévu dans la matinée ! De quoi donner un petit coup de fouet aux gestes, aux sourires et aux papotages autour des **poireaux**, **carottes**, et autres **choux**.



L'ambiance était à la fois **studieuse** et **festive**, avec des échanges gourmands sur les recettes, les souvenirs de cuisine, et les préférences de chacun. L'atelier devient un vrai **rituel du vendredi**, attendu et apprécié, où l'on prépare ensemble ce qui sera dégusté le soir... et parfois même un peu plus tôt !

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Un apéritif plein de chaleur et de rires

Ce **vendredi 26 septembre**, à **midi**, la **Résidence Étoile du Matin** a vibré au rythme du **Nord** ! Pour marquer le début du **repas à thème du mois**, les **résidents** ont été conviés à un **apéritif de bienvenue** aux accents **ch'tis**.



L'ambiance était **joyeuse, conviviale**, et surtout **dansante** : la **playlist ch'tis** a déclenché de nombreux **éclats de rire**, et même le **personnel** s'est laissé emporter par le rythme, esquissant quelques **pas de danse** entre deux services. Un **petit verre** à la main, les conversations ont pris un accent du **Nord**... parfois même sans s'en rendre compte !

L'**équipe cuisine** avait préparé une **mise en bouche savoureuse**, qui a parfaitement lancé les festivités. Ce moment de **partage** et de **bonne humeur** a permis à chacun de se sentir **accueilli, valorisé**, et prêt à savourer le **repas régional** qui allait suivre.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

UN MENU CH'TI QUI A RÉGALÉ TOUT LE MONDE

Comme chaque mois, notre **équipe cuisine** a mis les petits plats dans les grands pour prolonger l'**ambiance festive** et **gourmande** de l'**animation d'accueil**.

Ce mois-ci, cap sur le **Nord** : nous avons eu le plaisir de nous retrouver **chez les ch'tis**, sans quitter notre **salle à manger** !

Le **chef** et son **équipe** nous ont véritablement **gâtés**, avec un **menu régional** qui a fait l'unanimité.

Au programme :

- **Tarte fine pomme-maroilles** accompagnée d'une **salade d'endive croquante**
- **Carbonnade flamande** mijotée avec amour, servie avec de **vraies frites**
- Un **plateau de fromages** bien garni
- Et pour finir en douceur : une **crème spéculoos** qui a fait fondre les plus gourmands

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Un moment de **partage**, de **saveurs**, et de **convivialité**, où les **résidents**, le **personnel** et même les **visiteurs** ont pu savourer ensemble ce **repas à thème aux accents du Nord**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Textures modifiées : une dégustation pour mieux comprendre

Tout le personnel était convié à une **dégustation** pas comme les autres : une immersion sensorielle dans l'univers des **textures modifiées**, où chaque bouchée devient un **outil de compréhension**, chaque plat une **invitation à mieux communiquer**.



👤 *Du côté de l'IDEC* Cette rencontre avait pour objectif de **sensibiliser** les équipes aux **besoins spécifiques** des personnes présentant des troubles de la **déglutition** ou de la **mastication**. Il ne s'agissait pas seulement de goûter, mais de **comprendre** :

- pourquoi il est **essentiel de nommer** les aliments, même lorsqu'ils ont perdu leur **forme initiale**,
- pourquoi il ne faut **jamais mélanger les textures**,
- et comment une **bonne présentation** peut redonner **dignité** et **appétit**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Du côté du chef

Chaque détail a été **pensé avec soin** :

- L'**entrée**, a été travaillée pour éveiller la curiosité et ouvrir l'appétit, avec une texture adaptée mais une **savoir reconnaissable**.
- Le **choix des contenants** n'était pas anodin : bols, assiettes creuses, verrines... chaque support a été sélectionné pour **valoriser la texture**, faciliter la **prise en main**, et **stimuler l'envie de goûter**.

Nous avons proposé un **menu complet**, revisité en textures modifiées :

- une **eau gélifiée**, surprenante et rafraîchissante,
- du **poisson** fondant,
- du **poulet** savoureux,
- et un **dessert** tout en douceur. Chaque plat était soigneusement **identifié**, et pensé pour éveiller les **papilles** tout en respectant les **contraintes médicales**.

 Ce moment a permis de **créer du lien** entre les équipes, de **partager des ressentis**, et surtout de **renforcer l'attention portée à la personne**. Car derrière chaque texture, il y a une histoire, un besoin, une **possibilité de plaisir**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

UN LOTO POUR RÉVEILLER LES ESPRITS APRÈS LE FESTIN CH'TI

Après un **apéritif gourmand** et un **bon repas ch'ti** apprécié de tous, les résidents se sont retrouvés pour un **loto** bienvenu en ce **début d'après-midi**.

L'activité a permis de
réveiller les esprits
tout en douceur, dans
une ambiance
détendue et joyeuse.



Chaque numéro tiré était l'occasion de **stimuler la mémoire** : certains évoquaient des **dates historiques**, d'autres des **départements**, des **expressions populaires** ou même des **calculs simples**. Les échanges ont été riches, les sourires nombreux, et trois **gagnants** ont été félicités : **Monsieur J, Madame T et Monsieur D.**

👏 **Bravo à eux !**

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

ANIMATION À L'UNITÉ PROTÉGÉE

Rentrée scolaire de l'unité protégée: les sages vs les canailles !

Cette année encore , les résidents et le personnel ont pris la pose façon "photo de classe"... mais en double version !

👉 D'un côté, les élèves modèles : ardoise bien tenue, regard sérieux, posture impeccable.

👉 De l'autre, les petites canailles : grimaces, prénoms en freestyle, et un air de "j'ai déjà perdu mon cahier de texte".



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

ANIMATION À L'UNITÉ PROTÉGÉE



Un grand bravo à tous pour avoir joué le jeu avec humour et tendresse.
La rentrée n'a jamais été aussi drôle ! 😄 🖍️ 📅

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

ANIMATION À L'UNITÉ PROTÉGÉE

À l'**unité protégée** de la résidence **Étoile du Matin**, les **animations** ne sont pas de simples divertissements. Elles sont pensées comme des **leviers thérapeutiques**, des instants de **stimulation**, de **valorisation**, et de **lien**. Proposées par les **aides-soignantes** de l'unité, ces **ateliers flash** (courts, ciblés, **individuels** ou en **mini-groupes**) répondent aux **besoins fluctuants** des résidents : besoin de **repères**, de **mouvement**, de **reconnaissance**, de **calme** ou de **partage**.

Chaque activité est une **porte ouverte vers la personne**, vers son **histoire**, ses **capacités préservées**, ses **émotions**. Le **pliage de linge**, par exemple, n'est pas qu'un geste domestique : il **réactive des automatismes**, **valorise l'utilité**, **apaise** par la répétition. Les **jeux de mots**, eux, sollicitent la **mémoire sémantique**, la **logique**, et surtout l'**humour partagé**.

L'approche est **souple**, **intuitive**, portée par les **soignantes** qui connaissent les résidents dans leur **quotidien**. Elles **adaptent**, **improvisent**, et créent des **moments de vie** qui font sens. L'unité devient alors un **espace vivant**, où chacun peut encore **contribuer**, **rire**, **apprendre**, ou simplement être **reconnu**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Ateliers de vie quotidienne : gestes qui rassemblent

En septembre, les **ateliers de vie quotidienne** ont fleuri à l'unité protégée : **pliage de linge, mise de table, vaisselle, rangement des lieux communs, lecture des journaux...**

Ces gestes simples, familiers, sont autant d'occasions de **mobiliser les capacités motrices**, de **retrouver des repères**, et surtout de se sentir **utile**. Les **discussions spontanées** autour d'un torchon ou d'un article de presse deviennent des **moments de lien**.

Les résidents **échangent**,
se **racontent**,
commentent l'actualité
ou les souvenirs.

Ces ateliers sont aussi
l'occasion de **réaffirmer**
l'autonomie, même
partielle, et de **valoriser**
les contributions de
chacun.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Ateliers cognitifs : motricité, logique et créativité

Les **ateliers cognitifs** ont pris des formes variées ce mois-ci. Pour les **messieurs**, des séances de **visée** et de **devises** ont permis de travailler la **coordination** et la **motricité fine**, dans une ambiance **ludique** et **stimulante**. Les **puzzles** et **dessins** ont également été proposés, favorisant la **concentration** et la **créativité**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Pour les **dames**, place à la **délicatesse** : **créations florales en papier**, **compositions avec des feuilles d'automne**... Ces ateliers sollicitent la **mémoire sensorielle**, la **motricité fine**, et offrent une belle occasion d'**expression artistique**. Les réalisations décorent désormais les **espaces communs**, apportant **couleur** et **fierté**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Atelier langage : décrire pour exister

Décrire des images de la vie quotidienne, nommer les objets, raconter ce qu'on voit... L'atelier langage est un moment précieux pour stimuler les capacités verbales, mais aussi pour favoriser l'écoute et le respect de la parole de chacun.

Les aides-soignantes proposent des supports visuels variés : scènes de marché, cuisine, jardinage... Chaque image devient prétexte à raconter, à échanger, à rire parfois. Ces ateliers renforcent la confiance en soi et permettent de maintenir le lien entre pensée et expression.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Atelier mémoire : jeux et tableau blanc

Autour du **grand tableau blanc**, les résidents se retrouvent pour des **jeux de mots** : **pendu**, **petit bac**, **devinettes**... Ces **ateliers mémoire** sont des **temps forts**, où l'on **cherche ensemble**, où l'on **rit** des trouvailles et des oublis.



La **dynamique de groupe** stimule les **échanges**, les **associations d'idées**, et la **mémoire sémantique**. L'ambiance est **joyeuse**, parfois **compétitive**, toujours **bienveillante**. Ces moments renforcent les **liens entre résidents** et **valorisent les capacités préservées**.

LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Médiation animale

Une fois par mois, **Astrid** de l'association **Capucine et Mirabelle** vient avec ses **animaux** pour une séance de **médiation animale**. Les **regards s'illuminent**, les **maines se tendent**, les **souvenirs remontent**. Ces visites sont **attendues avec impatience** et offrent un moment de **tendresse** et de **connexion**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Association siel bleu

Chaque **mercredi**, l'association **Siel Bleu** propose une séance de **gym sur chaise**. **Adaptée, douce**, mais **tonique**, elle permet de **mobiliser le corps en sécurité**, de retrouver le **plaisir du mouvement**, et de renforcer l'**estime de soi**.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Atelier pâtisserie : douceurs et transmission

Chaque **mercredi**, **Inès** anime un **atelier pâtisserie**. Les résidents **mettent la main à la pâte**, **sentent**, **goûtent**, **mélangent**... Ces ateliers sont **sensoriels**, **joyeux**, et souvent **gourmands**. Ils permettent aussi de **transmettre des recettes**, de **partager des souvenirs culinaires**, et de **déguster ensemble** les créations.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Ils permettent aussi de
transmettre des recettes,
de **partager des souvenirs**
culinaires, et de **déguster**
ensemble les créations.



LA RÉSIDENCE AU QUOTIDIEN ...

Mur rose : octobre rose en préparation

En septembre, les **stagiaires en animation** ont accompagné les résidents dans la réalisation de **photos** pour le **mur rose** de l'unité protégée, en vue d'**Octobre Rose. Fleurs, sourires, gestes tendres...** Les clichés célèbrent la **vie**, la **solidarité**, et la **beauté de chacun**.

Ce projet **artistique** et **engagé** permet de **sensibiliser** tout en **valorisant les résidents** comme **acteurs d'une cause collective**



LES ANNIVERSAIRES

L'anniversaire fait partie de notre **sphère privée**, intime et engage chacun de nous **à réfléchir sur le bienfondé** et la manière d'aborder cette problématique. Doit-on fêter les anniversaires des résidents ?

Comment fêter les anniversaires des résidents ?



L'anniversaire est à la fois un **repère temporel**, un rite social, la représentation de notre propre vieillissement. L'anniversaire est un **moment unique**, intime, personnel. C'est un moment festif où le résident est au centre des discussions.

C'est à la personne **qui va fêter - ou non** - son anniversaire de s'exprimer, à sa famille de donner des indications sur **les traditions familiales**. Cette **marque de respect** sous-tend toute les suggestions et propositions d'actions pratiques que nous pouvons proposer.

L'anniversaire c'est aussi le **moment où l'on peut partager** avec la personne des moments agréables, de plaisir.

C'est par ailleurs **le bon sens** qui guidera nos propositions, suggestions, et ce à partir d'une connaissance la plus fine possible des attentes et besoins de la personne fêtée.

Nous avons choisis de le **fêter le jour même**, avec dès le début de journée **un petit déjeuner** et une **petite carte personnalisée**.

Puis de manière plus formelle, avec un **gâteau servi au moment du déjeuner** afin de partager ce moment avec l'ensemble des résidents, du personnel et des proches présents.