

LES P'TITS POTINS DE LA VARENNE

DE SEPTEMBRE A DECEMBRE 2018 N° 14

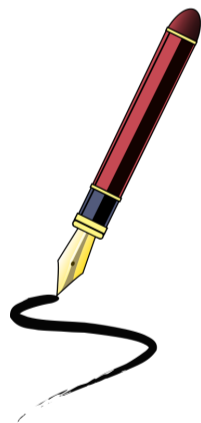
Sommaire

Le comité de rédaction
Mot de la direction
Mot du cadre de santé
Mot du secrétariat
La cueillette des champignons
Le repas des familles
Le marché de Noël
Un métier: L' animation
Recette : La petite oie
Jouons
Les temps forts
Chanson : Emmenez moi
Dates à retenir
Nous souhaitons la bienvenue
Une petite pensée pour ceux qui nous ont quittés
Quoi de neuf chez le personnel ?



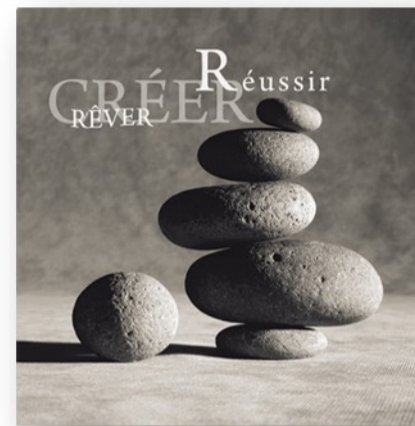
COMITE DE REDACTION:

Mesdames , FLEURY Jeanne,
LAMBERT Hélène, MALECOT Yvette,
RUAULT Lucienne,
VALLEE Henriette,
GARRY Simone,



**TOUTES LES PERSONNES QUI SOUHAITENT PARTICIPER A LA
REDACTION SONT LES BIENVENUES**

Le mot du directeur



Véronique ARTH, directrice

et l'ensemble du personnel

de l'EHPAD « La Varenne »

vous souhaitent une belle année 2019

et vous invitent à la cérémonie des vœux

le vendredi 11 janvier 2019 à 14 h 30.

Ce sera l'occasion de partager la galette des rois, mais aussi de faire un bilan de l'année écoulée et une annonce des projets pour la nouvelle année.



LE MOT DU CADRE DE SANTE

Je profite de ce numéro « Les P'tits Potins de la Varenne » pour vous présenter mes vœux les plus sincères pour cette nouvelle année.

Que cette année 2019 vous offre joie, bonheur et santé.

Ce dernier trimestre 2018 fut riche en activités et sorties diverses.

2019 commence à s'organiser et se planifier :

- Des repas à thème seront organisés tous les trimestres.
- Les échanges (intergénérationnels et avec les autres EHPAD) se poursuivront et un séjour vacances sera organisé...
- Les après-midi musicaux sont des « classiques » qui se poursuivront pour le plaisir de tous.

A noter, une nouveauté : les anniversaires seront fêtés mensuellement, chaque référent familial recevra une invitation avec un coupon réponse à nous retourner pour une meilleure organisation.

L'ensemble des équipes a la volonté d'améliorer la vie de tous. En effet, l'EHPAD est Incontestablement un lieu où la vie continue, et à ce titre, les résidents doivent pouvoir se sentir chez eux avec tout ce que cela implique : un lieu chaleureux et adapté en faveur de la communication et du vivre ensemble, au sein duquel un équilibre reste à trouver entre respect des règles communes associées à la vie en collectivité et respect des libertés individuelles.

Ceci sous-entend d'abord d'organiser la vie quotidienne du résident, rythmée du lever au coucher, par la toilette, les repas, les animations et les sorties, selon ses besoins et ses attentes. L'accompagnement ne se caractérise pas par un assistanat, en revanche, il se concrétise par des échanges entre l'aidé et l'aidant. Le changement et l'adaptation dans une organisation sont des processus permanents.

Nous avons donc entamé une réflexion sur un changement d'organisation des équipes qui œuvrent au quotidien afin de répondre au mieux à ces besoins et attentes.

« Le secret du changement consiste à ne pas concentrer toute ton énergie pour lutter contre le passé, mais pour construire le futur » Socrate

Bonne et heureuse année à tous

Sylvaine Meslay

Cadre de santé



Tarifs repas visiteurs 2019

Comme vous le savez, votre famille et vos amis peuvent venir déjeuner avec vous le midi.

L'invitation à déjeuner de parents ou d'amis doit être signalée

72 heures à l'avance au secrétariat,

l'heure du service étant semblable au vôtre, soit **12h**.

Le prix du repas est fixé en Conseil d'administration.

Le règlement se fait auprès du Trésor public de Gorron après réception de la facture.



Pour 2019, voici les nouveaux tarifs :

La semaine (du lundi au samedi) : 7,10 €

Le dimanche : 12,20 €

Jours de fête (Noël, Jour de l'an, dimanche de Pentecôte, dimanche de Pâques) : 19,75 €

Carte Mutuelle Complémentaire

Une carte complémentaire est demandée à l'entrée de chacun d'entre vous.

Cependant, cette carte se renouvelle tous les ans.

N'oubliez pas de déposer au secrétariat le renouvellement de votre mutuelle dès que vous la recevez afin de faciliter vos remboursements. Merci.



Repas des familles

En 2019, le repas des familles aura lieu

le **samedi 5 octobre**.

Votre référent famille recevra un courrier mi-juillet 2019 afin de pouvoir s'inscrire.



Mise à jour site internet



Notre site internet a été mis à jour. N'hésitez pas à y jeter un coup d'œil !

Nous essayons de le mettre à jour régulièrement afin que vous puissiez suivre les actualités de l'établissement. Vous pouvez également y retrouver le menu de la semaine, les activités... Mais aussi des documents administratifs comme le livret d'accueil, le contrat de séjour...

Bonne navigation sur notre site : www.ehpadlavarenne.fr



TIPI

Grâce à la mise en place du TIPI (Titre Payable Par Internet), il sera désormais possible de payer les factures de repas pris à l'EHPAD par internet, à partir du 1^{er} décembre 2018. Le dispositif étant accessible 24 h/ 24 et 7 jours/7, les modalités de règlement par TIPI sont simples à utiliser. Le recours à la norme de cryptage TLS garantit la sécurité des transactions. Une fois que sont saisies les coordonnées de la carte bancaire dans une page sécurisée et validé le paiement, l'utilisateur reçoit un ticket de paiement dans sa messagerie électronique.

Les informations permettant de se connecter sur Internet seront indiquées sur l'avis des sommes à payer.



LA CUEILLETTE DES CHAMPIGNONS

On ramassait les champignons dans la forêt en octobre, novembre, il pouvait faire très froid !

Les petits roses, on les reconnaissaient par leurs lamelles en dessous.

On ramassait que les champignons que l'on connaissait, si nous avions des doutes, nous les emmenions chez le pharmacien.

Par exemple pour les têtes de loup, le pharmacien conseillait de les manger jeunes.

Nous les cuisinions ensuite, soit en omelette, en tarte ou simplement en poêler avec de l'ail, des oignons et du persil.

En même temps que les champignons nous ramassions les châtaignes que nous grillions et pour les conserver nous les congelions.

En même temps que les champignons nous ramassons les châtaignes que nous grillions et pour les conserver nous les congelions.



Les petits roses



Les girolles



Les chanterelles



Les bolets

Le repas des familles

Le repas des familles a eu lieu le samedi 6 octobre. Nous étions environ 220 à manger. Au menu:

- *Apéritif*
- *Saumon à la parisienne*
- *Jambon à l'os et sa garniture*
 - *Fromage*
 - *Pêché mignon*
 - *café*

Le thème de cette année était la campagne, des résidents ont fait la décoration des tables, les hérissons avec des livres de poches récupérés, des petits pots décorés avec des épis de blés et des coquelicot fait en carton, il a aussi été ajouté des poupines de maïs.

Dans l'entrée nous avons fait une grande banderole de bienvenue, il a été mis de la paille, une vieille brouette en bois avec des citrouilles et des vieux bidons de lait.

A l'animation il y avait Mr Luka, qui jouait pour une association pour les enfants malades. Il a chanté et joué de la guitare.

Une très belle ambiance, les membres du personnel ont chanté, dansé et tous les agents étaient habillés en lien avec le thème: chapeaux de paille, chemise à carreaux, jean...
Des résidents aussi ont poussé la chansonnette.

Une journée appréciée de tous !





Un métier : AMP

Le service animation

Nous avons rencontré Mauricette et Marion qui nous ont présenté leur fonctions d'aide médico psychologique et de coordinatrice de la vie sociale.

L'objectif est de maintenir au maximum l'autonomie , physique et psychologique ,dans les actes de la vie quotidienne et éviter l'anhédonie.

Le matin l'AMP prend en soins des résidents souffrants de troubles cognitifs. Lors de la prise en soins elle doit être à l'écoute, mais surtout entendre et observer les difficultés. Elle utilise des repères et instaure des rituels afin d'apaiser le plus possible leurs angoisses, leurs troubles dans les actes quotidiens.

Le midi l'AMP annonce au micro le jour, le saint, le menu afin d'apporter des repères temporaux spatiaux et proposer les activités.

Elle aide aussi à la prise des repas le midi pour les personnes qui nécessitent un accompagnement encadrant et apaisant afin de ne pas accentuer les troubles.

L'après midi elle rejoint l'AMP coordinatrice de la vie sociale pour un travail de recherche, d'organisation, mettre en place et animer les différents ateliers.

Les ateliers sont animés du lundi au samedi après-midi par les AMP, une aide soignante et un agent en service civique ainsi que certaines matinées.

L'AMP coordinatrice de vie sociale a des fonctions d'animatrice: -

- elle coordonne le service animation,
- établit les plannings animation au mois,
- met en place des réunions d'animation avec l'équipe,
- alimente le site internet de l'EHPAD pour la rubrique animation,

- réalise les affiches des animations proposées ,
- commande les cadeaux pour toutes les fêtes ,
- réserve les sorties, le séjour vacances,
- recherche des spectacles musicaux, le spectacle de Noël, les différents chanteurs pour les repas de saison,
- répond aux propositions de projets(comme avec le collège de Céaucé , le centre de loisirs d'Ambrières, avec d'autres EHPAD),
- rencontre les nouveaux résidents et remplit avec eux les feuilles d'animations proposées au sein de l'EHPAD, les enquêtes accueil et séjour,
- travaille en lien avec le secrétariat pour les différents courriers ,
- avec les cuisines pour les différents repas ,
- avec les tutelles pour acheter les produits d'hygiène, faire des demandes d'achats de vêtements,

Les différentes animations sont proposées avec des objectifs précis:

- ludiques : par différents jeux , spectacles , fêtes des jeux,
- kinesthésiques : par de la gymnastique douce ,
- de bien être : par des prises en soins esthétiques, corporelles, de l'écoute musical ,
- de motricité : par des activités manuelles et créatives,
- cérébrales : par des ateliers de mémoire, d'écriture, de lecture , la rédaction du journal,
- sociale : par toutes sorties extérieures (expo, cinéma, restaurant, séjour vacances, courses dans les magasins),
- est en lien avec l'église d'Ambrières afin de planifier les messes pour les résidents qui le souhaitent.

Toute l'équipe animation vous présente leurs
meilleurs vœux pour l'année 2019

RECETTE

LA PETITE OIE



Ingrédients:

- * Une oie
- * Un pied de cochon
- * Un bouquet garnis
- * Carottes
- * Oignons
- * pruneaux
- * Beurre
- * Une bouteille de vin rouge



Préparation:

- * La veille, couper en petit morceaux les ailes, les pattes d'une oie ainsi qu'un pied de cochon
- * Laisser le tout mariner dans du vin rouge
- * Le lendemain, faire revenir les morceaux dans du beurre, dans une cocotte pour qu'ils dorent.
- * Rajouter la sauce au vin avec un bouquet de thym, persil, laurier, des carottes, des oignons, des pruneaux, laisser mijoter au moins 2 heures (le temps de cuisson dépend de l'âge de l'oie, plus elle sera vieille plus la cuisson sera longue)
- * Nous rajoutions le sang de l'oie mis de côté avec une goutte de vinaigre pour ne pas que le sang coagule.
- * Nous mangions le tout accompagné de haricots, pommes de terre.

SOLUTION DU NUMERO PRECEDENT

Charade: Mon premier est un animal voleur

Mon second est un outil qui coupe le bois

Mon troisième est une négation

Mon tout est aimé par les enfants l'été

Pie-scie-ne (piscine)

Devinettes:

Qu'est ce qui peut passer à travers une fenêtre sans jamais la casser? *Un rayon de soleil*

Je suis un fruit que les poissons déteste, qui suis-je ? **La pêche**

JOUONS

Charade:

Mon premier ajoute.

Mon deuxième est couvert de peinture.

Mon tout surmonte le sapin de Noël.

Devinettes:

Comment nomme-t-on un chat tombé dans un pot de peinture le jour de Noël ?

Comment faire entrer deux Pères Noël dans un réfrigérateur ?

LES REPONSE DANS LE PROCHAIN NUMERO

LES TEMPS FORTS

EN SEPTEMBRE:

Achats à Ambrières

Sortie au cinéma de Gorrion

Sorties sur la ligne

Célébration de la messe

Pique nique sur la ligne

Visite de la ferme chez Véronique

Après midi pêche



EN OCTOBRE:

Achats à Ambrières

Sortie au cinéma de Gorrion

Repas des familles avec Mr Luka au chant

Sortie sur la ligne

Sortie au musée de Bernard Chardon à St Fraimbault de Lassay

Sortie au restaurant à l'ESAT de Gorrion

Sortie au musée des déportés à Mayenne pour l'exposition « les prisonniers de Guerre »

Sortie au Grand Nord à Mayenne

Sortie à Hyper U à Mayenne

Après midi châtaignes



EN NOVEMBRE:

Sortie achats à Ambrières,

sortie au cinéma de Gorrion,

célébration de la messe,

Spectacle cabaret

Médiation animale

Loto inter EHPAD à l'EHPAD de Chantrigné

Sortie au jardins des Renaudies

Sortie à l'ESAT de Gorrion

Sortie au Grand Nord à Mayenne



EN DECEMBRE:

Sortie achats à Ambrières

Sortie au cinéma de Gorrion

Repas de l'hiver

Marché de Noël à Ambrières les Vallées

Arbre de Noël avec les enfants du personnel



CHARLES AZNAVOUR

Emmenez moi

Vers les docks où le poids et l'ennui
Me courbent le dos
Ils arrivent le ventre alourdi
De fruits les bateaux

Ils viennent du bout du monde
Apportant avec eux
Des idées vagabondes
Aux reflets de ciel bleu
De mirage
Traînant un parfum poivré
De pays inconnus
Et d'éternels étés
Où l'on vit presque nu
Sur les plages

Moi qui n'ai connu toute ma vie
Que le ciel du Nord
J'aimerais débarbouiller ce gris
En virant de bord

REFRAIN
Emmenez-moi
Au bout de la terre
Emmenez-moi
Au pays des merveilles
Il me semble que la misère
Serait moins pénible au soleil.

Dans les bars à la tombée du jour
Avec les marins
Quand on parle de filles et d'amour
Un verre à la main

Je perds la notion des choses
Et soudain ma pensée

M'enlève et me dépose
Un merveilleux été
Sur la grève

Où je vois tendant les bras
L'amour qui comme un fou
Court au-devant de moi
Et je me pends au cou
De mon rêve

Quand les bars ferment, que les marins
Rejoignent leur bord
Moi je rêve encore jusqu'au matin
Debout sur le port

REFRAIN

Un beau jour sur un rafiote craquant
De la coque au pont
Pour partir je travaillerai dans
La soute à charbon

Prenant la route qui mène
A mes rêves d'enfants
Sur des îles lointaines
Où rien n'est important
Que de vivre
Où les filles alanguies
Vous ravissent le coeur
En tressant m'a-t-on dit
De ces colliers de fleurs
Qui enivrent

Je fuirai laissant là mon passé
Sans aucun remords
Sans bagage et le coeur libéré
En chantant très fort

REFRAIN



Charles Aznavour

Dates à retenir

En janvier

Mardi 8: Sortie au cinéma de Gorron « Rémi sans famille »

Vendredi 11: Cérémonie des vœux de Mr Arth et Mr Ménard

Jeudi 17: Célébration de la messe à 14h30

Mercredi 16 : Passage médiathèque d' Ambrières

Vendredi 18: Goûter de l'association des résidents de la Varenne

Mardi 29: Goûter d'anniversaire du mois de janvier

Sortie achats à Ambrières

Passage de Madeleine de l'Aumônerie

En février

Mardi 5:Sortie au cinéma de Gorron

Jeudi 7: Célébration de la messe à 14h30

Mardi 12: Denis Lefrançois et Stéphane Dumont viendront chanter et jouer de l'accordéon et du piano.

Mercredi 13 Février : Passage de la médiathèque d'Ambrières

Vendredi 22: sortie au restaurant de ESAT de Gorron

Mardi 26: Goûter d'anniversaire du mois de février

Après midi beignets

Sortie achats à Ambrières et Mayenne

Passage de Madeleine de l'Aumônerie

En mars

Mardi 5: Sortie au cinéma à Gorron

Mardi 12: Sébastien un violoncelliste viendra faire un spectacle musicale à partir de 14h30

Mercredi 13 Mars: Passage de la médiathèque d'Ambrières

Vendredi 22: Repas de printemps avec Me Poirier au chant et Mr Foret à l'accordéon

Mardi 26: Goûter d'anniversaire du mois de mars

Sortie achats à Ambrières et à Mayenne

Passage de Madeleine de l'Aumônerie

En avril

Mardi 2: Sortie au cinéma de Gorron

Mercredi 10: Passage de la médiathèque d'Ambrières

Mardi 16: Vente de vêtements à l'EHPAD avec Amibis

Mardi 30: Goûter d'anniversaire du mois d'avril

Sortie achats à Ambrières et à Mayenne

Passage de Madeleine de l'Aumônerie

Sortie à l'ESAT de Gorron

D'autres manifestations s'ajouteront à ce programme

Nous souhaitons la bienvenue à

Madame GUEDON Claudine de Mayenne est entrée en temporaire du 25 septembre au 09 octobre

Monsieur THUAULT Fernand de St Loup du Gast est entré le 08 octobre

Madame LEGENTIL Odette de Chantrigné est entrée en temporaire le 18 octobre

Madame SIMON Bernadette de Mayenne est entrée le 24 octobre

Madame FORET Marie Thérèse d'Ambrières les Vallées est entrée le 8 novembre

Madame LEPERT Emilienne de St Baudelle est entrée le 15 novembre

Madame DARCEL Marie Josèphe de Gorrion est entrée le 20 décembre

Madame LENEVEU Jeannine de St Fraimbault (orne) est entrée le 26 décembre

.....

Madame LEVEILLE Maryvonne est retournée à son domicile le 17 septembre

Monsieur LACROIX Albert est retourné à son domicile le 18 septembre

Madame ADOLPHE Vitaline a changé d'EHPAD le 2 novembre

Madame LEGENTIL est retournée à son domicile le 15 novembre

Une petite pensée pour ceux qui nous ont quittés

Madame Barbé Solange le 29 octobre

Monsieur Crier Henri le 3 novembre

Monsieur LEGROS Louis le 26 novembre

Monsieur FOURNIER Marcel le 3 décembre

Madame GIRAULT Noëlla le 10 décembre

Monsieur ARNOULT Georges le 21 décembre

QUOI DE NEUF CHEZ LE PERSONNEL ?



Virginie Quentin animatrice remplacera Marion Bergue pendant son congé maternité nous lui souhaitons la bienvenue

Toute l'équipe du comité de rédaction vous souhaite ses meilleurs vœux de bonheur et de bonne santé pour cette nouvelle année 2019

