



Centre hospitalier
Intercommunal Caux Vallée de Seine

Journal à l'attention des résidents et des familles des résidences Fauquet et Rosenberg

LE P'TIT JOURNAL

N°06 - JUIN 2024

Chers Résidentes et Résidents,

Je m'appelle Karine Motton, et je travaille au Centre Hospitalier Intercommunal Caux Vallée de Seine depuis 2001.

Après avoir été infirmière jusqu'en 2016 sur l'EHPAD Rosenberg, j'ai pris des fonctions d'encadrement sur le service des Topazes sur le site Fauquet de Bolbec

Depuis le 15 mars dernier, j'exerce ces fonctions sur l'EHPAD Rosenberg, c'est donc pour moi un retour aux sources .

Je suis ravie de faire connaissance avec cette nouvelle équipe pluridisciplinaire, ainsi qu'avec les résidents de cet EHPAD.

Ayant à cœur la prise en soin avec bientraitance de nos aînés, c'est avec cette valeur que je compte, au quotidien poursuivre leur accompagnement.

Au plaisir de vous rencontrer.



Karine MOTTON,
Cadre de santé en EHPAD

Directeur de Publication : Nicolas VILAIN

Rédacteur en chef : Jonathan GLOAGUEN

Comité de rédaction : Angélique BLONDEL - Charlotte ROLLAND - Aurélie Dudouit - Céline SUEUR - Christelle BARBIER - Murielle CHICOT - Sandrine DOLO - Delphine MABIRE

Graphisme : Karine TROUVE

Illustrations : Freepik - Pixabay - CHICVS

Impression : Imprimerie Addigraphic

Centre Hospitalier Intercommunal Caux Vallée de Seine
19 avenue René Coty - 76170 LILLEBONNE



Comment prendre soin de ses cheveux

Il suffit souvent de quelques minutes pour fabriquer un shampoing sain et un shampoing sec maison. Nouvelle tendance de la cosmétique faite maison.

Un shampoing maison au bicarbonate de soude et au vinaigre

Pour sublimer vos cheveux sans les agresser, cette recette est parfaite.

- Commencez par mélanger une **cuillère à soupe de bicarbonate de soude** avec une tasse ou un grand verre d'eau tiède pour que le **bicarbonate soit totalement dissous** et placez ce mélange dans votre contenant.
- D'un autre côté, associez une **tasse de vinaigre de cidre** avec la même contenance d'eau et remplissez un second récipient.
- Sous la douche, utilisez le **mélange d'eau et de bicarbonate** comme un shampoing, rincez bien puis utilisez le vinaigre comme un après-shampoing avant de le rincer lui aussi.

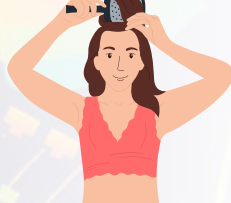
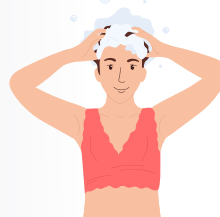


Fabriquer son shampoing sec maison pour espacer les lavages

Très simple à faire et très efficace pour donner un coup de frais à des racines un peu grasses, sans passer sous la douche, la **recette du shampoing sec maison** est à connaître absolument.

Pour le réaliser, vous devez mélanger dans un récipient :

- Une dose de **Maïzena**. 1/3 de cette même dose, de **cacao** (uniquement pour les cheveux bruns, pour donner une couleur similaire à la poudre et éviter que les résidus ne soient trop visibles).
- Et 10 gouttes d'une **huile essentielle** de votre choix pour bénéficier de ses vertus et donner une odeur agréable à votre préparation





Journée bien-être au cœur des EHPAD Fauquet et Rosenberg

Dans un élan de douceur et de détente, Delphine notre coiffeuse et animatrice a récemment organisé avec l'aide de l'équipe d'animation de Fauquet et Rosenberg une journée détente au bien-être de nos résidents des deux EHPAD. Au programme, plusieurs ateliers allant de la coiffure (shampooing, massage du cuir chevelu avec soin et coiffage), un soin complet du visage, massage du dos, de la manucure avec soins des mains et pose de vernis.

Dès le matin, nos résidents ont été accueillis autour d'un café accompagné de viennoiserie.

Delphine et Sandrine B ont pris nos résidents au salon de coiffure pour un moment détente et relaxation suivi d'une remise en beauté.

Pendant ce temps d'autres résidents avec Christelle et Sandrine D ont pu profiter de séances de manucure avec massage des mains et pose de vernis.

Cet instant de coquetterie a apporté une touche de gaieté et de couleur à leur quotidien, les faisant rayonner de joie.

Valérie et Muriel ont proposé des séances de massage du visage et du dos, accompagnés d'une musique relaxante, parenthèses de bien-être pour le corps et l'esprit.

Grâce à ce moment, les tensions se sont évaporées, laissant place à une sensation de légèreté et sérénité.

Cette journée de bien-être a été un véritable moment de partage, de complicité et de bonheur pour nos résidents.

Les résidents de l'Ehpad Rosenberg ont été conviés à déjeuner au restaurant de l'Ehpad Fauquet pour leur plus grand plaisir.

Nous sommes fiers d'avoir pu offrir à nos résidents cette bulle de douceur et détente, et nous nous engageons à renouveler cette journée bien-être sur les deux EHPAD.

(dates programmées)



A NOTER



Le programme des animations à la Résidence Fauquet

Lundi 3 juin

Sortie au ZOO de Cerza

Mardi 4 juin

Sortie à l'école maternelle de Gruchet le Valasse, pour une lecture faite par les résidents

Mercredi 5 juin

Repas de la Ville de Bolbec

Lundi 10 juin

Concours de Manille

Mardi 11 juin

Olympiades à Forges les Eaux

Jeudi 13 juin

Chorale inclusive,
au conservatoire de Port Jérôme sur Seine

Lundi 17 juin

Sortie Plage du débarquement (à confirmer)

Mardi 18 juin

Spectacle de Chansons avec Xavier Martin

Mercredi 19 juin

Sortie Plage du débarquement (à confirmer)

Jeudi 20 juin

Rétrospective sur le site Rosenberg de la
Chorale inclusive

Lundi 24 juin

Journée création pour le Marché de Noël

Mardi 25 juin

Animaux de la Ferme des Droops, place du
village

Mercredi 26 juin

Journée du Bien-être

Jeudi 27 juin

Rétrospective sur le site Fauquet de la
Chorale inclusive

Vendredi 28 juin

Goûter des anniversaires

Le programme des animations à la Résidence Rosenberg

Lundi 3 juin

Sortie au ZOO de Cerza

Mardi 4 juin

Séance d'initiation à l'escrime avec
maître d'armes, point rencontre

Jeudi 6 juin

Chorale inclusive,
au conservatoire de Port Jérôme sur Seine

Vendredi 7 juin

Visite des jardins suspendus du avec le
PASA

Lundi 10 juin

Soins des mains et pose de vernis, salon de
coiffure

Mardi 11 juin

Journée "Olympiades" avec l'association
CREER

Jeudi 13 juin

Chorale inclusive,
au conservatoire de Port Jérôme sur Seine

Vendredi 14 juin

Soins des mains et pose de vernis, salon de
coiffure

Mardi 18 juin

Séance d'initiation à l'escrime avec
maître d'armes, point rencontre

Jeudi 20 juin

Spectacle rétrospective Chorale inclusive,
Résidence Rosenberg, point rencontre

Lundi 24 juin

Projet "EHPAD'ANSE", à l'école Jules
Guesde du Havre

Mardi 25 juin

Séance d'initiation à l'escrime avec
maître d'armes, point rencontre

Mercredi 26 juin

Séance d'initiation à l'escrime avec
maître d'armes, point rencontre

Jeudi 27 juin

Chorale inclusive,
au conservatoire de Port Jérôme sur Seine
Soirée Méxicaine "Fajitas", point rencontre

Vendredi 28 juin

Spectacle avec M. Delabrière et ses amis,
point rencontre

RETROSPECTIVE ANIMATIONS RESIDENCE FAUQUET



Fête des malades à Notre-Dame de Gravenchon



Animaux des Droops, Calanques



Goûter anniversaires



Atelier Crêpes et Concours de Dominos



Rencontre avec une école du Havre



Restaurant au Lac de Caniel et Bowling



Sortie au magasin Desjardins



RETROSPECTIVE ANIMATIONS RESIDENCE ROSENBERG



Repas de Pâques, secteur 2 au point rencontre, le 1^{er} avril



Projet EHPAD'ANSE à l'école Jules Guesdes au Havre, le 8 avril



Repas à thème "La Pomme", unité 2, le 10 avril



Chorale inclusive au Conservatoire de Port Jérôme sur Seine, le 11 avril



Fête des malades à la salle l'Escale de Port Jérôme s/Seine, le 14 avril



Crêpes party du printemps, le 19 avril



Journée Bien-être à l'EHPAD Fauquet, le 24 avril



Goûter des anniversaires d'Avril, le 29 avril



Nouveaux arrivants

Résidence Fauquet

M. Serge MANIER de Caudebec en caux, M. Robert LAQUEUVRE de Bolbec, M. Jean JOUETTE de Saint Eustache la forêt, Mme Odette REMAURY de la Frenaye, Mme Thérèse BARON de Gruchet le Valasse, M. Albert JOUEN de Bolbec, Mme Micheline MOREL de Bolbec, M. Marcel LAVICE de Gruchet le Valasse, M. Gérard LE MEUR de Gruchet le Valasse, Mme Rolande BUREL de Montivilliers, Mme Augustine DEHAIS de Bolbec, Mme Monique VANLERBERGHE de Beuzeville la grenier

Résidence Rosenberg

Mme Catherine HUE de Goderville, Mme Georgette BLONDEL de La Frénaye, M. Gérard COTTARD de Le Trait

Une pensée pour...

Résidence Fauquet

Mme Danielle LANGRENE, Mme Pascale HANDISYDE, Mme Germaine DEMEILLERS, M. Robert LAQUEUVRE, Mme Jeanne BAGARD, Mme Madeleine GARABY

Résidence Rosenberg

Mme Colette LEGRAND, Mme Yvette LECLERC

JEUX DE MEMOIRE



QUIZ TRANSPORT

1. Comment appelle-t-on un train qui s'arrête à chaque gare ?

2. Quel est le pilote d'avion qui a donné son nom à un grand tournoi de tennis ?

3. Quel est le célèbre pilote d'avion qui a écrit « Le petit prince » ?

4. Quel est le célèbre constructeur automobile qui a inventé la traction avant ?

5. Quel est la marque automobile qui est l'homonyme d'un prénom masculin ?

6. Quel marin a disparu dans une course en mer à bord du Manureva ?

7. Quel cycliste Belge a remporté cinq fois le tour de France ?

8. Quel est le constructeur américain qui a fabriqué le premier ses voitures à la chaine ?

9. Quel est la voiture dont la traduction littérale veut dire voiture du peuple ?

10. De quelle marque d'automobile est le modèle 404 ?

Réponses : 1. Un omnibus, 2. Rolland Garros, 3. Antoine de Saint-Exupéry, 4. André Citroën, 5. Renault, 6. Alain Colas, 7. Eddy Merckx, 8. Henry Ford, 9. Volkswagen, 10. Peugeot



AGENDA

JUIN

2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					01	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15	16 Fête des Pères
17	18	19	20 Été	21 Fête de la Musique	22	23 Fête de la Saint-Jean
24	25	26	27	28	29	30