



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°11 - DECEMBRE 2021

Chères Résidentes, Chers Résidents,

Deux jeunes filles exerçant un service civique pour une durée de 12 mois sont arrivées depuis quelques jours sur le site Fauquet.

Leurs missions sont multiples : Elles interviendront au SSR dans l'accompagnement des patients se rendant en rééducation.

Charlotte
LE BRUN,
20 ans. J'ai
un diplôme
d'Assistante
de Vie aux
Familles.



J'aime faire
la beauté des ongles, aller
jouer au bowling.

Petite, j'ai fait partie du
club des majorettes. Je suis
patiente et j'aime beaucoup
écouter les gens.

Elles vous accueilleront les lundis, jeudis et vendredis autour d'un café, Place du Village à partir de 10h30.

Puis en toute convivialité, elles vous proposeront des jeux de société, mises en valeur des mains...

N'hésitez pas à les solliciter, elles sont très agréables, dynamiques et enjouées.

Julie LEROY, 18 ans, je lis énormément, toute sorte de livres (Fiction, fantastique...), actuellement je lis Twilight.



J'ai étudié le métier de l'accueil. Je suis allée dans la filière ARCU (Accueil, Relation, Client, Usager).

Directeur de Publication : Jérôme RIFFLET

Rédacteur en chef : Jonathan GLOAGUEN

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

Graphisme : Karine TROUVE

Illustrations : Freepik - Pixabay

Impression : Imprimerie Addigraphic

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



Les équipes d'animations

A partir du 17 janvier 2022, les équipes d'animations des deux EHPAD auront une activité multi-sites afin d'harmoniser les pratiques et surtout pour vous proposer une prestation de qualité.

Vous serez donc invités à faire connaissance avec les animatrices que vous ne connaissez pas encore et qui viendront se présenter à vous.



L'accompagnement par la Validation

Qu'est ce que la Validation :

Il s'agit d'une technique de communication et de soins créée par Naomi Feil, psychologue américaine. Selon elle, les propos du passé permettent peut-être à la personne de régler certains conflits psychologiques anciens.

Cela consiste à croire ce que la personne exprime, ne pas la juger, se mettre en empathie (c'est-à-dire être à l'écoute de ses émotions) et la reconnaître comme un individu ayant de la valeur et étant unique.

Les objectifs de la Validation :

- Maintenir la communication des personnes mal orientées où désorientées
- Restaurer le sens de leur propre valeur
- Réduire leur stress
- Donner sens à la vie
- Aider à résoudre des conflits non réglés du passé
- Réduire le recours à une contention physique où chimique
- Améliorer la communication verbale et non verbale
- Prévenir le repli sur soi et le glissement vers l'état végétatif
- Améliorer l'allure et le bien être physique
- Apporter au personnel soignant plus de motivation et de plaisir à travailler
- Aider les familles à communiquer avec leurs proches désorientés



Mme BOULANT Sandrine, Aide Médico-Psychologique sur l'Accueil de Jour Alzheimer de Bolbec et Mme DEVAUX BARAY Céline, Aide-soignante sur le PASA de Lillebonne, ont été formées à cette méthode.



Spectacle de danses et chants « années 60 »

Le mercredi 1er décembre, la compagnie « Freyj'Art » de la région du Havre s'est donnée en spectacle à l'EHPAD Rosenberg en présence des résidents et quelques familles.

Cela a été un ravissement pour les personnes présentes. Les souvenirs de leur jeunesse ont refait surface grâce aux différentes chansons et danses.



Les conseils beauté

**Vous avez passé de bonnes fêtes ?
Les lendemains de soirée sont rarement glorieux, non ?
Peau terne, rougeurs, yeux fatigués, bouffis...**

- **Anticiper la veille** : Avant d'aller se coucher, faire **un léger gommage du visage** après le démaquillage et poser une bonne crème hydratante mais légère (pas trop grasse pour ne pas être trop bouffie le matin) et **boire de l'eau**.
- Au réveil, **boire de l'eau à température tiède** ou des tisanes (plus elle est à température proche de celle du corps, plus elle est absorbée rapidement par l'organisme) avec quelques gouttes de citron, c'est encore mieux pour l'effet detox.
- Prendre une **bonne douche** et se **laver les cheveux** pour qu'ils soient légers. Cela agira aussi sur le moral, vous vous sentirez plus fraîche et légère.
- **Dégonfler les yeux**, pour cela différentes méthodes connues existent : pose de sachets de thé froids infusés, pose de petites cuillères froides, rondelles de concombre, compresses d'eau de bleuet...
- Laver le visage et appliquer une **crème hydratante avec un petit massage** pour faire circuler le sang et réveiller la peau.
- Puis **se faire maquillage bonne mine** : Léger et lumineux.
- **Sourire**, ça détend les traits et illumine le visage



A NOTER



Le programme des animations à la Résidence Fauquet

Lundi 3 janvier
Les animatrices vous souhaitent
la Bonne Année

Mercredi 5 janvier
Rencontre canine avec Joogle

Jeudi 6 janvier
Souvenirs en musique

Dimanche 9 janvier
Voeux de la Municipalité

Mardi 11 janvier
Galette des Rois

Jeudi 13 janvier
Bal de la nouvelle année

Vendredi 14 janvier
Spectacle

Lundi 17 janvier
Loto

Mardi 18 janvier
Raclette, quartier Calanques / Tamise



Mardi 25 janvier
Raclette, quartier Chalets

Jeudi 27 janvier
Goûter anniversaires

Vendredi 28 janvier
Concours de dominos

Lundi 31 janvier
Spectacle accordéon, place du village

Activités hebdomadaires :
Danse, Yoga du rire, Souvenir en musique,
écoute musicale, quiz, jeux de mimes...

Le programme des animations à la Résidence Rosenberg

Lundi 3 janvier
Rendez-vous pour projet avec le Lycée
Pierre et Marie Curie

Jeudi 6 janvier
Loto, point rencontre

Jeudi 13 janvier
Galette des Rois et voeux, dans les unités

Lundi 17 janvier
Visite au Droops, ferme pédagogique à
Touffreville la Câble
Médiation animale, point rencontre

Jeudi 20 janvier
Concours de dominos, point rencontre

Vendredi 21 janvier
Raclette, point rencontre

Samedi 22 janvier
Visites individuelles, unités

Mardi 25 janvier
Les Droops à l'EHPAD, point rencontre

Mercredi 26 janvier
Atelier crêpes, unité 5

Vendredi 28 janvier
Goûter anniversaires, point rencontre

Lundi 31 janvier
Médiation animale, point rencontre

Activités habituelles :
atelier mémoire, jeux de lettres, jeux musicaux,
jeux de société, soin des ongles...

RETROSPECTIVE ANIMATIONS RESIDENCE ROSENBERG



Cinéma pour tous, le 2 novembre



Médiation animale, unité 2, le 3 novembre



Repas de la Municipalité de Lillebonne à la salle des Aulnes, le 4 novembre



Spectacle avec M. Mickaël BUREY, le 5 novembre



Repas à thème "Chasse et Beaujolais", unité 3, le 18 novembre



Médiation animale, le 22 novembre



Dessinez, c'est gagné, le 25 novembre



Goûter des anniversaires, le 26 novembre



RETROSPECTIVE ANIMATIONS RESIDENCE FAUQUET



Jeux de mimes, le 3 novembre



Sortie à la jardinerie Desjardins, le 22 novembre



Repas à thème "Chasse et Beaujolais", le 18 novembre



Goûter des anniversaires, le 25 novembre



Loto Gourmand, le 29 novembre



Nouveaux arrivants

Résidence Fauquet

Mme Marie-Thérèse DUVAL
du Parc D'Anxtot, M. Joseph
DUVAL du Parc d'Anxtot,
M. Raymond NOEL de Bolbec,
Mme Paulette DUPUIS de
Bolbec

Résidence Rosenberg

M. Claude LECLERC de
Bréauté, Mme Yvette
LECLERC de Bréauté,
M Daniel VARIN de
Lillebonne, M. Robert
FAGET de Lillebonne, Mme
Georgette RIBET de Bolbec

Une pensée pour...

Résidence Fauquet

Mme Ginette MARTIN,
M. Roland LEPRETRE,
Mme Nelly BUREL,
Mme Denise AUDIEVRE,
Mme Colette RENIOU,
M. Robert GEORGES,
Mme Georgette RENAULT

Résidence Rosenberg

Mme Marie-Edith PIEDFORT,
Mme Madeleine DAM,
Mme Adrienne BESSART

Réponses :
(1) Un bétail - (2) Une cascade - (3) Un castor
(4) Un cerf-volant - (5) Le chaume -
(6) Un courtisan - (7) Un dard - (8) L'enclume
(9) Une forge - (10) Un gouvernail
(11) Un hublot - (12) Une lucarne
(13) Un pantin

JEUX DE MEMOIRE



Mots croisés fêtes de fin d'année

1. Comment appelle-t-on un gros mouton aux cornes recourbées qui marche en tête du troupeau de moutons ?
2. Comment appelle-t-on une petite ou une grosse chute d'eau dans un ruisseau ou une rivière ?
3. Comment appelle-t-on ce petit rongeur à la queue plate et écailleuse qui construit son habitat au bord des rivières avec de la boue et des branches ?
4. Comment appelle-t-on ce jouet composé de baguettes légères recouvertes de papier et que l'on fait voler en le tenant avec des ficelles ?
5. Comment appelle-t-on la partie de la tige de blé qui reste dans la terre après la moisson ?
6. Comment s'appelle l'homme qui vit à la cour du roi et qui ne cesse de flatter ?
7. Comment appelle-t-on l'aiguillon des guêpes, des abeilles et de certains insectes avec lequel ils piquent pour se défendre ?
8. Comment s'appelle le bloc de fer sur lequel on forge des métaux ?
9. Comment s'appelle l'atelier où l'artisan confectionne des objets en fer en la faisant rougir dans les flammes ?
10. Comment appelle-t-on la pièce de bois ou de métal à l'arrière d'un bateau qui permet de le diriger vers la droite ou la gauche ?
11. Comment appelle-t-on l'ouverture percée dans la coque d'un bateau pour donner du jour à l'intérieur ?
12. Comment appelle-t-on une petite fenêtre sur le toit pour éclairer le grenier ?
13. Comment appelle-t-on ce personnage de bois ou de carton découpé et articulé, on le fait bouger en manœuvrant ses bras et ses jambes en tirant sur des fils ?



JANVIER



2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					01 Nouvel an 	02 Epiphanie 
03	04	05	06	07	08	09 
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25 	26	27	28	29	30
31 						

