

Juillet 2016

LA GAZETTE DE LA PINEDE

EDITORIAL

Amis lecteurs: résidents, familles, personnel.

Nous vous présentons « la gazette » de la Pinède.

Tout d'abord nous tenons à souhaiter la bienvenue à :

- Madame Hardy Solange
- Madame Serrat Isabelle
- Monsieur De Germain Didier
- Madame Brunel Nouna Berthe
- Madame Mortier Marie-Antoinette

Une page sera consacrée au protocole concernant la canicule.

Une autre sur l'atelier prévention des chutes

Quelques mots sur les animations passées.

Vous trouverez également, les événements du mois de juillet et du mois d'août qui vont se dérouler dans la résidence

Bonne lecture à toutes et à tous



RUBRIQUE PRATIQUE



Quelques conseils pour affronter les grosses chaleurs de l'été

Trois points essentiels sont à respecter :

- a) L'HYDRATATION
- b) LE RAFRAICHISSEMENT
- c) LA PROTECTION DE LA CHALEUR

1° L'hydratation:

- Sous forme de boissons fraîches non alcoolisées(eau, jus de fruits, sirop...) de manière régulière
- Sous forme de desserts (yaourts, compote, glaces.....)
- Privilégiez les légumes et les fruits

- Utilisez des brumisateurs pour vous rafraichir

Il est essentiel de ne pas attendre la sensation de soif. En effet, la sensation de soif indique que votre organisme est déjà en manque d'eau.



2° Le Rafraichissement:

- Humidifiez la peau plusieurs fois par jour soit à l'aide de brumisateur, soit en se douchant.
- Fréquentez régulièrement les pièces fraîches ou climatisées
- Utilisez volontiers un ventilateur
- profitez le plus possible du salon climatisé- Profitez des conseils et des distributions de boissons effectuées par le personnel de façon régulière.

3° La Protection de la chaleur:

- Evitez les sorties aux heures les plus chaudes de la journée (entre 10h et 17h)
- Ne pas hésiter à ouvrir les volets et fenêtres la nuit

En cas de sortie pendant des heures les plus chaudes de la journée, utiliser des vêtements amples et clairs ainsi qu'un chapeau de préférence en coton

En cas de fatigue inhabituelle, de sensation de vertige, de maux de tête, de nausées ou d'insomnies, n'hésitez pas à en parler au personnel soignant

Si la canicule devait s'installer, elle peut avoir l'avantage de nous démontrer qu'en institution la solidarité est présente

En effet, c'est l'affaire de tous, résidents, personnels.

PREVENTION CHUTES

Au sein de la résidence, nous avons mis en place , un atelier prévention des chutes comprenant, un atelier posture,équilibre, motricité

Cet atelier est mis en place et encadré par nos deux animatrices.

Comment?

-1 fois par semaine, le mercredi matin de 10h30 à 11h45

Pour qui?

-En accord avec le médecin de la résidence, les résidents qui veulent y participer

Pourquoi?

- Diminuer le nombre de chutes

- Maintenir ou améliorer l'équilibre assis, debout et la marche

-Améliorer l'adaptation posturale motrice

-Favoriser l'autonomie dans les déplacements

-Reprendre confiance en soi, prendre plaisir dans le mouvements

-Permettre une dynamique de groupe favorisant les relations sociales

Petit conseil en cas de chute

Apprendre à se relever en cas de chute



Rubrique évènement

Animation offerte par la mairie de Vergèze:

Le 03 mai à 15h30, le CCAS de Vergèze, comme chaque année, a offert à nos résidents, une animation musicale

Pour la 2ème année c'est le duo Dynamic qui nous a animé cette belle après midi avec de jolies chansons.

Les résidents nombreux ont pu chanter avec eux et même danser



Le 12 mai à 15h30, la chorale "en chantant" de Millaud, nous a rendu visite avec un tout nouveau tour de chant qui rend hommage à la chanson française, très apprécié de nos résidents.

En signe de remerciement, nous avons partagés un goûter avec eux.

Encore un bel après midi pour nos résidents toujours aussi chaleureux que convivial

Le 21 juin fête de la résidence:

Pour sa 5e édition sur le thème du mexique, la fête de la résidence la Pinède a connu un grand succès.

Elle a bénéficié, cette année encore, du concours de **la Peña "Los Danielitos"**,



Comme d'habitude, ils ont su apporter l'animation indispensable pour créer une **ambiance festive et conviviale**, pour le plus grand plaisir des résidents et de leurs familles.



Le personnel et la directrice, **habillés comme il se doit**, ont su créer une formidable ambiance festive qui a ravi les résidents et leurs familles.
Ce fut **une bien belle fête** et, prenant en compte son succès, rendez-vous est, d'ores et déjà, pris pour l'année prochaine!



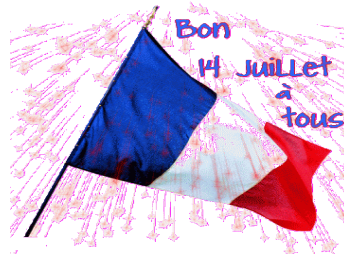
Que de belles rencontres et de souvenirs .
Merci encore à tout le monde quelle belle fête !!!!!

RUBRIQUE EVENEMENTS DES ANIMATIONS DE JUILLET et AOÛT

Le 14 juillet de 12h00 à 17h00

Repas animation

Avec le duo Papillon de nuit



Le 29 juillet

Journée à l'ancienne
déjeuner au près



l'après midi

15h00 au salon

Animation musicale avec la pena Los Sombreros et la jeunesse de Vergèze



Le 31 juillet à 16h00

Goûter d'anniversaire du mois

Le lundi 15 août de 15h30 à 17h30

Animation musicale avec Mr Riboulé Raymond

La gazette de la résidence La Pinède vous souhaite de passer un bon été 2016