

Juillet 2019

# 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 :

- Monsieur Georges PHILIBERT
- Monsieur Bernard BARRIEUX
- Madame Gilette EXBRAYAT

Une page sera consacrée au protocole concernant la canicule.

Quelques mots sur les animations passées.

Vous trouverez également, les événements du mois de juillet 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....

## Rubrique évènement

**Animation offerte par la mairie de Vergèze:**

**Le 09 mai à 15h30 .**

Le CCAS de Vergèze, comme chaque année ,  
a offert à nos résidents, une animation musicale.

C'est Monsieur Chabot du groupe Mosaic  
qui nous a animé cette belle après midi avec de jolies chansons .  
Les résidents nombreux ont pu chanter avec lui et même danser



**Le 06 juin 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 partagé un goûter avec eux.



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



## Le 12 juin fête de la résidence:

Pour sa 8e édition sur le thème " Western" la fête de la résidence la Pinède a connu comme chaque année, un grand succès.



Résidents, personnels, familles et amis, s'étaient donné rendez-vous dans " le saloon" installé à l'extérieur pour l'occasion. Tous ont goûté aux spécialités locales au son de la musique country ,animé par le duo Papillon de nuit.

Compensant la fraîcheur du temps, le personnel, en tenue de circonstance, a su réchauffer l'ambiance en réalisant quelques chorégraphies et autres exercices à cheval. Un moment convivial fort apprécié, d'autant plus que le shérif et ses adjoints ont fait en sorte que toutes les personnes présentes profitent d'une ambiance agréable



Ce fut un réel plaisir .

Rendez-vous est, d'ores et déjà, pris pour l'année prochaine!

Que de belles rencontres et de souvenirs .

Merci encore à tous pour cette soirée, qui fut un moment fort pour nos résidents et leurs familles.

Quelle magnifique fête, que du bonheur !!!!

## **A vos fourneaux !**

Les résidents régaler vos papilles... Palmiers, tarte chocolat-banane, tiramisu, cookies et autres... Réalisé, avec l'aide de l'ergothérapeute et de la psychologue, deux lundis par mois, l'atelier cuisine se déroule toute l'année. Tous les ingrédients sont réunis afin de partager un moment de plaisir et de convivialité mais qui est aussi l'occasion de stimuler et maintenir les capacités. Quoi de mieux que l'odeur du chocolat pour se rappeler de bons souvenirs ?



## **Tu tires ou tu pointes ?**

La saison des pétanques est officiellement ouverte depuis le mardi 14 mai !

A cette occasion, le terrain situé au Mazet a été inauguré ! Plaisir, rires, ratés et mauvaise foi étaient de la partie ! Quoi de mieux pour ne pas perdre la boule ? Amis de la boule et du cochonnet, n'hésitez pas à vous faire connaître auprès de Freddy (agent de maintenance) ou Sandie (psychologue) afin de participer à cette activité qui a lieu tous les mardis.



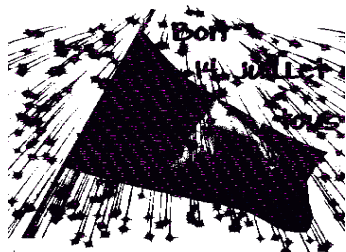


## RUBRIQUE EVENEMENTS DES ANIMATIONS DE JUILLET

**Le 14 juillet** de 12h00 à 17h00

Repas animation

Avec le duo Papillon de nuit



**Le 19 juillet :**

100ans de Mme Granier

**Le 22 juillet :**

100 ans de Mme Chevalier

**Le 26 juillet**

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

La gazette de la résidence La Pinède vous souhaite de passer un bon été 2019