



Infos, jeux, réflexions !

Du Lundi 29 janvier 2024

Au Dimanche 18 février 2024



« *Le p'tit journal de la Valette* »

Vous pouvez aussi consulter le p'tit journal de la Valette sur le site de l'établissement :
<https://lesresidencesduthouet.fr/dans> la rubrique vie sociale-activités St Loup

2023...2024



*Un deux trois,
L'année qui se termine par trois
Dans la douleur pour certains d'entre nous
Mais aussi dans la joie*

*Un deux trois quatre
C'est une année avec le chiffre quatre
Partons vers les quatre saisons
Plein d'espoir, de rire et d'échanges*

*Bonne année à tous les résidents
Et tout le personnel
Qu'elle soit bonne pour chacun d'entre nous !*

Françoise Guidault

SOMMAIRE

Vœux 2024	Page 2
La vie, c'est quoi ?	Page 3
Les évènements à l'EHPAD de la Valette	Page 5
Programmes d'activité	Page 6
Menu semaine du 29 au 4 février	Page 7
Menu semaine du 5 au 11 février	Page 8
Menu semaine du 12 au 18 février	Page 9
Les évènements à l'EHPAD de la Valette	Pages 10, 11 et 12
Moments de détente	Pages 13 et 14
Plume rêveuse	Page 15
A vos couleurs	Page 16

Santé et Bonheur pour 2024 !

Chers Résidents,

**Je vous présente, au nom de l'EHPAD et ses professionnels,
Nos vœux les meilleurs pour 2024 avec beaucoup de bons moments en
partage...**

Et si entre le réchauffement climatique et les guerres, l'inflation et les pénuries, le contexte mondial comme national apparaît peu engageant, C'est avec dynamisme, professionnalisme et bonne humeur que nous souhaitons, les professionnels et moi-même amorcer avec vous et vos proches la nouvelle année !

D'abord parce que nous sommes attendu pour mi-juin 2024 par nos autorités de financement pour réévaluer la qualité de nos prestations et services selon le dispositif de la certification et son nouveau référentiel de la Haute Autorité de Santé (HAS).

A nous de nous préparer tous ensemble sur les 197 critères attendus au travers d'une auto-évaluation qui vous concerne en premier chef ! C'est Cécile Géraud, notre qualitiennne qui va piloter cet exercice complexe !

Ensuite pour continuer d'innover et accroître vos mieux-être au quotidien aux Résidences du Thouet ! Il s'agit de développer plus avant les méthodes non médicamenteuses en complémentarité des prises en soin en place : les équipes ont intégré et évalué avec vous leur action sur les douleurs et l'anxiété : tout l'intérêt de l'Arôma bien-être ainsi que celui des programmes anti-chutes est d'ores et déjà démontré.

De plus, ces démarches nous apprennent à travailler différemment en prenant soin de la relation avec chacun d'entre vous, à faire avec vous pour vous permettre de vivre à l'EHPAD comme « chez soi », de respecter singularité et intimité. Elles invitent à des soins basés sur la participation active de tous et en partenariat (résidents, familles et personnels) et s'appuient sur des principes simples comme avoir des relations, pouvoir exercer son autonomie, ses talents et se sentir utile. Elles supposent d'être plus à l'écoute mais c'est surtout un état d'esprit et un engagement collectif fort, bénéfique pour tous !

Reposant sur un protocole de soins encadré et évalué par un professionnel qualifié, elles sont en passe de déboucher sur un référentiel national qui a été présenté au Sénat le 6 octobre dernier.

Lydie Vivien, directrice des résidences du Thouet

Chers Résidents,
**Je vous propose de partager ce beau et doux poème en chanson en ce début
d'année 2024 !**

La vie, c'est quoi?

C'est quoi la musique?
C'est du son qui se parfume
C'est quoi l'émotion?
C'est l'âme qui s'allume
C'est quoi un compliment?
Un baiser invisible
Et la nostalgie? Du passé comestible
C'est quoi l'insouciance?
C'est du temps que l'on sème
C'est quoi le bon temps?
C'est ta main dans la mienne
C'est quoi l'enthousiasme?
C'est des rêves qui militent
Et la bienveillance?
Les anges qui s'invitent
Et c'est quoi l'espoir?
Du bonheur qui attend
Et un arc-en-ciel?
Un monument vivant
C'est quoi grandir?
C'est fabriquer des premières fois
Et c'est quoi l'enfance?
De la tendresse en pyjama
Mais dis papa, la vie c'est quoi?

Petite, tu vois
La vie c'est un peu de tout ça mais surtout c'est toi
C'est toi
C'est quoi le remord?
C'est un fantôme qui flâne
Et la routine?
Les envies qui se fanent
C'est quoi l'essentiel?
C'est de toujours y croire....

La vie, c'est quoi?

Et un souvenir?
Un dessin sur la mémoire
C'est quoi un sourire?
C'est du vent dans les voiles
Et la poésie?
Une épuisette à étoiles

C'est quoi l'indifférence?
C'est la vie sans les couleurs
Et c'est quoi le racisme?
Une infirmité du cœur
C'est quoi l'amitié?
C'est une île aux trésors
Et l'école buissonnière?
Un croche-patte à Pythagore
C'est quoi la sagesse?
C'est Tin-Tin au Tibet
C'est quoi le bonheur?
C'est maintenant ou jamais

Mais dis papa, la vie c'est quoi?

Petite, tu vois
La vie c'est un peu de tout ça mais surtout c'est toi
C'est toi

Dans tes histoires,
Dans tes délires,
Dans la fanfare de tes fous-rires
La vie est là, la vie est là
Dans notre armoire à souvenirs
Dans l'espoir de te voir vieillir
La vie est là, la vie est là....

Chanson d'Aldebert

Les évènements à l'EHPAD de la Valette

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à

Marie Prud'homme le 1^{er} février

Michelle Neveu le 4 février

Albert Roucher le 5 février

Michel Boileau le 9 février

France Cau le 14 février

Jacqueline Girard le 17 février



Nous présentons nos sincères condoléances aux familles de :

Mme Monique Dubois
décédée le 6 janvier à l'âge
de 96 ans

Mme Danièle Le Peillet
décédée le 16 janvier à l'âge
de 84 ans



Je suis diététicienne nutritionniste sur la Valette depuis fin août 2023.

Mon rôle est de vous accompagner sur les questions d'alimentation pour prendre soin de votre santé :

- Equilibre et variété des menus (en lien avec le service cuisine)
- Adaptation des textures en fonction de vos possibilités
- Adaptation de votre alimentation au regard de votre santé
- Prévention de la dénutrition en lien avec votre médecin traitant et l'équipe soignante
- Participation aux commissions des menus

Pour cela, je peux vous rencontrer dans votre chambre avec votre accord. N'hésitez pas à me solliciter directement si vous en ressentez le besoin : je suis disponible sur la Résidence de la Valette le jeudi de 8h30 à 16h.

Au plaisir de vous rencontrer

Mélanie Boursereau

La réunion vie de la maison du 4 janvier a suscité un questionnement sur les nouveaux appels malade qui a été transmis à la direction :

"Concernant l'appel malade, au regard des difficultés de localisation constatées dès le déploiement nous avons décidé de ne pas insister sur la communication ni l'utilisation tant que le système n'était pas opérationnel (c'est pour ça que les 2 systèmes cohabitent actuellement). Nous avons récupéré les médaillons à mettre autour du cou et une commande de bornes supplémentaires est en cours pour couvrir correctement l'établissement et ne plus avoir d'erreur de localisation. Une fois la dimension technique assurée, nous reviendrons vers les professionnels et les résidents pour une mise en œuvre complète (fin du mois de janvier / début février)."

Programmes d'activités

Lundi 29 janvier 2024 à 15h : Notes de musique avec Betty

Mardi 30 janvier 2024 :

A 11h : Mouvement détente

À 15h : **LOTO** pour les résidents à la salle à manger

Mercredi 31 janvier 2024 à 15h : Loisirs créatifs avec Betty et Coline

Jeudi 1er février à 10h30 : Atelier cuisine « Le couscous de Roxane »

Vendredi 2 février à 15h30 : Goûter de la chandeleur

Lundi 5 février à 14h30 : visite de la ponette Noisette

Mardi 6 février :

A 11h : Mouvement détente

À 15h : Réunion vie de la maison

Mercredi 7 février à 15h : séance cinéma

Jeudi 8 février à 14h30 : **Assemblée Générale de l'association Club Loisirs et Détente (Salle de réunion)**

Vendredi 9 février à 15h30 : Atelier lecture avec Carine

Mardi 13 février :

A 11h : Mouvement détente

A 12h : déjeuner « **MARDI GRAS** »

A 15h30 : **Goûter tourteaux animé par Christelle Cochard**

Mercredi 14 février à 15h : En chansons pour la St Valentin avec Betty et Coline

Vendredi 16 février à 15h : Messe

Menu de la semaine 5

Lundi 29 janvier

Déjeuner

Taboulé
Rognons sauce diable
Jardinière de légumes
Fromage
Fruit

Dîner

Potage Dubarry
Pâtes carbonara
Fromage
Compote

Mardi 30 janvier

Déjeuner

Rosette
Saumonette à l'oseille
Purée
Fromage
Pêches au sirop

Dîner

Potage à la tomate
Omelette aux fines
herbes
Fromage/Fruit

Mercredi 31 janvier

Déjeuner

Segments de pamplemousse
Bœuf braisé
Carottes vichy
Fromage
Pâtisserie

Dîner

Velouté aux champignons
Croissant au jambon/ Salade
Fromage
Fruit

Jeudi 1^{er} février

Déjeuner

Salade parisienne
Steak de veau
Choux de Bruxelles
Fromage
Fruit

Dîner

Potage Crécy
Hachis Parmentier maison
Salade
Fromage
Yaourt bio

Vendredi 2 février

Déjeuner

Œufs durs mimosa
Poisson du marché
Purée de céleri
Fromage
Crème au grand Marnier
maison

Dîner

Potage de légumes
Julienne de légumes à la
crème
Fromage
Cocktail de Fruits

Samedi 3 février

Déjeuner

Salade composée
Blanquette de veau à
l'ancienne/ Riz
Fromage
Fruit

Dîner

Velouté de poireaux
Tarte au poisson maison
Salade
Fromage
Entremet praliné bio

Dimanche 4 février 2024

Déjeuner

Saumon mayonnaise
Cuisse de pintade
Beignets de salsifis
Fromage
Pâtisserie

Dîner

Potage aux légumes
Poêlée campagnarde

Fromage
Abricots au sirop

Menu de la semaine 6

Lundi 5 février

Déjeuner

Salade landaise
Sauté de bœuf andalouse
Navets braisés
Fromage
Fruit

Dîner

Potage de légumes
Tarte reblochone
Salade
Fromage/Liégeois

Mardi 6 février

Déjeuner

Macédoine mayonnaise
Fressure
Purée
Fromage
Compote

Dîner

Potage Tapioca
Médailon de merlu
Ratatouille
Fromage
Yaourt aux Fruits

Mercredi 7 février

Déjeuner

Saucisson à l'ail
Escalope de volaille à la crème
Petits pois à la française
Fromage
Pâtisserie

Dîner

Velouté de poireaux
Roulé au fromage/ Salade
Fromage
Fruit

Jeudi 8 février

Déjeuner

Salade d'endives à la
mimolette
Pot au feu et ses légumes
Fromage
Fruit

Dîner

Potage aux asperges
Œufs à la tripe
Salade
Fromage
Pruneaux au sirop

Vendredi 9 février

Déjeuner

Salade Alice
Poisson du marché
Poireaux à la crème
Fromage
Semoule au lait bio

Dîner

Soupe à l'oignon
Pâtes au jambon et
pestos
Fromage
Fruit

Samedi 10 février

Déjeuner

Betteraves rouges bio à la
crème
Tripes à la mode de Caen
Pommes de terre vapeur
Fromage
Fruit

Dîner

Velouté de légumes
Haricots verts et lardons
Fromage
Paires au sirop

Dimanche 11 février 2024

Déjeuner

Pâté de campagne
Navarrin d'agneau
Mogettes
Fromage
Pâtisserie

Dîner

Velouté de courgettes
Coquille de poisson
Salade
Fromage
Entremet vanille bio

Menu de la semaine 7

Lundi 12 février

Déjeuner

Céleri rémoulade
Hachis Parmentier
Salade
Fromage
Fruit

Dîner

Potage aux asperges
Cardes aux lardons
Fromage
Crème au café

Mardi 13 février

Déjeuner

Repas à thème
MARDI GRAS

Dîner

Potage au poireau
Pâtes tartinées à la
crème
Fromage
Pomme cuite

Mercredi 14 février

Déjeuner

Salade niçoise
Colombo de volaille
Salsifis
Fromage
Pâtisserie

Dîner

Potage aux légumes
Gratin dauphinois/ Salade
Fromage
Cocktail de Fruits

Jeudi 15 février

Déjeuner

Haricots beurre vinaigrette
Palette à la diable
Pâtes
Fromage
Fruit

Dîner

Velouté de courgettes
Flan de légumes
Fromage
Entremet

Vendredi 16 février

Déjeuner

Brocolis vinaigrette
Poisson du marché
Semoule aux légumes
Fromage
Fruit

Dîner

Potage vermicelles
Choux farcis
Salade
Fromage
Pêche au sirop

Samedi 17 février

Déjeuner

Œufs mimosas
Sauté de porc à la
moutarde/ Röstis de
légumes
Fromage
Yaourt nature sucré

Dîner

Potage crécy
Tarte au fromage
Salade
Fromage
Fruit

Dimanche 18 février 2024

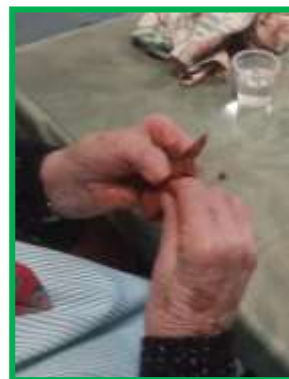
Déjeuner

Terrine de saumon fumé
Rôti de veau chasseur
Poêlée sarladaise
Fromage
Pâtisserie

Dîner

Potage à la tomate
Jambon de volaille
Purée de potiron
Fromage
Fromage blanc

Les évènements de la Valette



En 2024, la vie quotidienne a repris son cours :
Atelier pâtisserie, modelage,
jeux de société, chansons,
cuisine...
L'équipe d'animation s'est enrichie de la présence de Coline (jusqu'au 16 février) qui fait la fierté de Reine, son arrière-grand-mère !



Les évènements de la Valette



Afin de bien commencer l'année,
Le 2 janvier Betty a fait chanter l'assemblée...
Le 18 janvier, la galette des rois était partagée à la salle
des fêtes de Thénezay .Les EHPAD de Thénezay, Airvault,
St Loup, La Peyratte, Parthenay, Le Tallud ont pu se
retrouver autour de jeux de société...
Le 25 janvier, Martine (La plume rêveuse) a « Conter »
la nouvelle année



Moments de détente



La cérémonie des vœux s'est déroulée le vendredi 19 janvier. A cette occasion la directrice (Mme Lydie Vivien) et Mr Le Maire (Pascal Bironneau) ont présenté leurs vœux. La galette des rois confectionnée par les cuisiniers a été très appréciée tandis que Laurent a enchanté l'assistance avec ses notes de musique.



Moments de détente

MOTS MELES

N	I	X	E	S	A	G	E	P	D	J	I	N	N	C
I	G	E	L	L	I	U	O	G	R	A	G	R	G	M
L	O	R	R	H	E	R	T	S	N	O	M	O	E	C
E	E	U	I	U	Y	R	E	N	I	S	U	L	E	M
B	F	A	R	F	A	D	E	T	A	L	O	R	K	Q
O	L	T	E	L	F	T	R	I	E	G	B	O	G	Z
G	E	N	R	N	O	O	O	E	C	E	R	G	O	O
U	E	E	M	O	R	U	N	N	R	R	I	A	R	M
P	T	C	Y	C	L	O	P	E	I	E	O	A	G	B
S	P	H	I	N	X	L	C	G	R	M	I	S	O	I
Y	D	R	A	C	U	L	A	I	S	I	R	E	N	E
C	N	E	M	O	T	N	A	F	L	H	P	I	E	Y
H	O	B	B	I	T	N	A	E	G	C	A	M	E	E
E	N	I	D	N	O	G	A	R	D	N	A	T	A	S
A	G	A	N	Y	M	P	H	E	R	V	I	U	O	V

CENTAURE	CERBERE	CHIMERE	CYCLOPE
DJINN	DRACULA	DRAGON	ELFE
FANTOME	FARFADET	GARGANTUA	
GARGOUILLE	GEANT	GOBELIN	GOLEM
GORGONE	GOULE	GRIFFON	HOBBIT
HYDRE	KORRIGAN	LICORNE	LOUP
MELUSINE	MINOTAURE	MONSTRE	NAGA
NAIN	NIXE	NYMPHE	OGRE
ONDINE	PEGASE	PSYCHE	SATAN
SIRENE	SORCIERE	SPHINX	TROLL
VAMPIRE	VOUVRE	YETI	ZOMBIE

Moments de détente

Sudoku

Chaque carré contient les chiffres de 1 à 9. Complétez les 9 carrés de manière à ne jamais avoir 2 fois le même chiffre, ni sur chaque ligne, ni dans chaque colonne.

	8	4	3					
			2	8			7	4
			9			8	5	
						2		9
7		2				4		5
8		5						
	2	6			8			
5	1			7	2			
					3	1	4	

**Agathe a des tics, Monique n'a pas de tact.
Agathe a du tact, Monique n'a pas de tic.**

(Retenir et répéter)

La plume rêveuse



*Il est minuit,
Une année qui s'enfuit,
Un rideau d'étoiles s'ouvre,
Sur une nouvelle année,
Que les rêves soient,
Les réalisations de demain,
Chaque moment de vie,
Représente un nombre infini,
De bonheur et de douleur,
Ce n'est pas dire adieu à une année,
Mais, saluer la suivante,
Pour découvrir de merveilleuses étoiles,
Belle et douce année !
Martine Balluais*



A vos couleurs

