

Gazette de la Résidence Les Hautes Futaies

Janvier/Février
2025



Véronique LE LAY
*Directrice
de la Résidence
Les Hautes Futaies*

Chères familles,
Dans cette nouvelle édition de notre gazette élaborée par nos résidents et notre animatrice Cécile, nous vous invitons à revivre les moments forts de ce début d'année.

Nous vous invitons également à suivre notre actualité sur FamilyVi et d'envoyer des messages, et cartes postales virtuelles à vos proches.

Bonne lecture !
Véronique LE LAY



*« Chers résidents, chères familles,
Nous sommes ravis de vous retrouver pour
cette première édition de 2025
Nous vous invitons à partager des moments de
notre quotidien dans notre résidence
Très bonne lecture à tous des événements
passés comme la nouvelle année soli-lunaire, la
chandeleur, le Qi Gong et bien d'autres...
À très bientôt pour un nouvel épisode ! »*

Les résidents de la résidence Les Hautes Futaies

Le Qi Gong aux Hautes Futaies

Le Qi Gong, est une gymnastique traditionnelle chinoise enseignée par Thierry chaque mois. C'est une pratique de la respiration fondée sur la connaissance et la maîtrise du souffle qui permet de soulager le corps.

Nous sommes très nombreux à y participer 😊



Après-midi avec la classe de CM1/CM2 de l'école des Donjons



Comme chaque mois, les enfants de l'école sont venus nous rendre visite avec une surprise spéciale « Epiphanie ». Chaque enfant a fabriqué une couronne et a choisi son roi ou sa reine parmi nous. Ensuite, en binôme avec un ou deux enfants, nous avons interprété des mimes dans le but de les faire deviner. Comme chaque travail mérite récompense, nous avons partagé un bon goûter. Nous étions tous très heureux de ce moment passé ensemble.



Après-midi avec la classe de CM1/CM2 de l'école des Donjons



Billard hollandais



Nous nous sommes affrontés à tour de rôle au billard hollandais et avons fait preuve de force et concentration pour marquer le plus de points possible. Bravo à la gagnante pour son habileté et les 20 points marqués !

Atelier créatif « Lanternes chinoises »

Afin de préparer l'arrivée du Nouvel an Chinois dit « Soli-Lunaire », nous avons confectionné des lanternes chinoises pour décorer les salles à manger. Un travail de mesure, de découpage et de collage très minutieux a été réalisé !



La Résidence les Hautes Futaies fête la Nouvelle Année Chinoise



En ce mercredi 29 janvier, nous avons fêté le début de la Nouvelle année Chinoise, dans la joie et la bonne humeur.

Pour l'occasion, les salles à manger ont été décorées et un repas à thème a été organisé.

Au menu : Nems de volaille et riz cantonnais au porc caramélisé pour finir avec un quizz sur la Chine et le Nouvel An.



Anniversaires du mois de janvier



Pour les anniversaires de janvier, nous avons été enchantés de réentendre la jolie voix du chanteur Dimitri. Un grand merci à l'équipe de la cuisine pour nous avoir régalé. Nous avons même eu le plaisir d'apprécier la belle voix de Nina, aide-soignante vacataire et de pouvoir poser avec le chanteur à la fin de la représentation 😊 Encore un joyeux anniversaire à nos résidents !

Vive les crêpes et la Bretagne !

À la résidence les Hautes Futaies, toute occasion est bonne à prendre pour passer un bon moment ensemble !

En ce samedi 1^{er} février, nous avons voyagé à travers la Bretagne grâce au groupe « Les Barbus de la Sallemouille. »

S'en est suivie une dégustation de crêpes, pate préparée par Antoine, chef cuisinier et cuisinées le matin par madame Le Lay, la directrice, Cécile la psychologue et Cécile l'animatrice.

Pour finir dans le thème, un verre (ou deux) de cidre brut a été distribué à tous. Un grand merci pour cette belle journée !



Art floral

Pour cette séance du mois de janvier, Singrid la fleuriste, nous a proposé de choisir la couleur de notre jacinthe et de sa jardinière. Nous avons par la suite planté les fleurs et couvert la terre de lichen. Puis nous sommes reparties avec notre jardinière que nous avons soigneusement personnalisé.



Pour février, nous avons personnalisé des pensées et des primevères.



Préparation de la salade de fruits



Nous nous sommes improvisés cuisiniers le temps d'une matinée en préparant le goûter du jour : Salade de fruits. Des poires, des kiwis, des oranges et des bananes se sont mélangés dans notre saladier !

« Opération jolis cœurs »



À l'approche de la Saint-Valentin, nous avons peint et personnalisé des cœurs pour décorer nos chambres. Nous avons passé un moment chaleureux enclin à la créativité.

Un grand bravo à notre résidente qui a suggéré le titre de cet article ! 😊



La fête des amoureux et de l'Amour

Pour la "Saint-Valentin", jour dédié aux Amoureux et à l'Amour, Antoine le chef cuisinier, Hamid le cuisinier et Dalida la Responsable hôtelière ont eu une attention particulière pour nos résidents en couple. ♥ Nos amoureux ont été très touchés !

Nous avons ensuite achevé cette journée par un petit test sur la provenance de cette fête, aujourd'hui très célébrée.



Potage fait « maison »



Pour commencer la semaine sur les chapeaux de roue, nous avons épluché et découpé les légumes afin de préparer le souper. Un moment qui nous a remémoré « la maison ». Le chef Antoine n'avait plus qu'à la mixer !

Chorale

Le mardi, nous nous réunissons pour chanter à l'unisson les grands tubes des années 40 à nos jours.

Soyez attentifs, un concert est en préparation !! 😊



Atelier « masques »

Afin de préparer les festivités du Carnaval, nous avons pris plaisir à créer et personnaliser nos masques. Nous nous sommes bien amusés 😊



Atelier « masques »



Décoration « Carnaval » du hall d'entrée



Merci à toute l'équipe pour son implication dans la décoration de la résidence au fil des thèmes et des saisons 😊



Journée « Carnaval »



Pour célébrer le début du Carnaval, un repas à thème a été organisé. Merci à l'équipe de la cuisine pour ce bon repas italien.



Journée « Carnaval »



Un très bon moment 😊



Activités mandalas



Le mandala a de multiple vertus :

- Il est anti-stress, apporte détente et bien-être
- Il favorise la concentration
- Il permet d'exprimer tes émotions
- Il développe ta créativité

Anniversaires du mois de février



Ce mois-ci, nous avons reçu Pascale et sa belle voix, sur le thème de l'Amour.

Merci à elle pour son énergie !

Merci à Antoine, chef cuisinier pour ce bon gâteau. Nous avons passé un moment fort agréable !

😊 Nous souhaitons un bel anniversaire à nos trois résidentes



Le Grand Palais vient à nous !

Quelques photos de l'exposition Dolce Gabbana au Grand Palais prises par la fille d'une de nos résidente. Merci pour ce partage !



La résidence au quotidien...



La résidence au quotidien...



Portrait d'un médecin



Présente sur la
résidence :

- **Lundi toute la journée**
- **Vendredi toute la journée**

Dr ABDOUN LOPOUKHINE Nassima

Je suis le Dr ABDOUN LOPOUKHINE Nassima. Je suis médecin généraliste spécialisée en gériatrie. Je travaille depuis longtemps auprès des personnes âgées. J'ai de l'expérience en milieu hospitalier, en réseau de santé et en EHPAD.

J'ai à cœur de rencontrer ces personnes avec leur propre histoire, pour les soulager du mieux que je peux. J'ai d'ailleurs fait des formations de mésothérapie et suis actuellement en capacité d'acupuncture pour avoir d'autres outils thérapeutiques.

Je remplace le Dr Laguel en tant que médecin coordonnateur. Les missions sont multiples et comprennent entre autre l'application des bonnes pratiques gériatriques y compris des risques sanitaires exceptionnels.

Les membres du conseil de Vie Sociale

**Nous avons l'honneur de vous présenter les nouveaux représentants
du Conseil de Vie Sociale :**

Madame Simonne BOULET, en tant que Présidente



En tant que Vice-Présidents :

Messieurs Jean-Pierre GUYENNOT et Bernard PERRIN



Événements du mois de Mars 2025

Tous les mercredis matin à 10h45 :

Gymnastique douce adaptée avec Siel'bleu

10 mars à 14h30 :

**Activités jeux de société avec la classe de
CM1/CM2**

11 mars à 15h30 :

Qi Gong avec Thierry

19 mars à 15h00 :

Célébration de la Messe

27 mars à 15h00 :

**Célébration des anniversaires du mois avec
Alexis**



Arrivées



Nous souhaitons la bienvenue à nos nouveaux résidents :

Mme Berthe POULANGES

Mme Christiane MOREAU

Mme Christine MACE

Mr Marcel ROUGERIE

Départs



Nous avons le regret de vous faire part du décès de :

Mr Roger VALLOIS

Mr Anselme ARMANI

Mme Elisa SOLER

Mr Jean ANOUILH

Mme Arlette BOUCHER

Mme Christiane MOREAU

Nos chaleureuses pensées accompagnent leurs proches.

Anniversaires

Au mois de mars, nous fêterons l'anniversaire de :

- 1. Mme Fernande YELLOUZ, née le 10 mars**
- 2. Mme Julienne FOURNIER, née le 14 mars**
- 3. Mr Bernard PERRIN, né le 14 mars**
- 4. Mme Michèle BLANCHETIERE, née le 17 mars**
- 5. Mme Paulette RICHARD, née le 20 mars**
- 6. Mme Gisèle CASSIER, née le 25 mars**

Au mois d'avril, nous fêterons l'anniversaire de :

- 1. Mme Simone BOULET, née le 3 avril**
- 2. Mme Christine MACE, née le 9 avril**
- 3. Mme Jeanine DECAUX, née le 27 avril**
- 4. Mme Jeanine LAFORET, née le 28 avril**
- 5. Mr Roland YELLOUZ, né le 29 avril**
- 6. Mme Claudine LAROCHE, née le 30 avril**

À la résidence

Bon à savoir



Coiffeuses :

Stéphanie

Le mardi de 9h30 à 12h

Fabienne

Le mercredi de 14H00 à 16h30

Prenez rendez-vous à l'accueil

Infirmière coordinatrice

Mme Elodie DESTRAC

Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Psychomotricienne

Mme Marjolaine DUARTE

Le lundi de 9h30 à 13h, le mardi et le jeudi toute la journée

Psychologue

Mme Cécile DELANOE

le lundi, le jeudi et un mercredi sur deux, de 9h à 17h

Médecin coordonnateur

Dr Nassima ABDOUN

le lundi et vendredi toute la journée

Moment poétique

Le corbeau et le renard

Maître Corbeau, sur un arbre perché,
Tenait en son bec un fromage.
Maître Renard, par l'odeur alléché,
Lui tint à peu près ce langage :
Et bonjour, Monsieur du Corbeau,
Que vous êtes joli ! que vous me semblez beau!
Sans mentir, si votre ramage
Se rapporte à votre plumage,
Vous êtes le Phénix des hôtes de ces bois.
À ces mots le Corbeau ne se sent pas de joie,
Et pour montrer sa belle voix,
Il ouvre un large bec, laisse tomber sa proie.
Le Renard s'en saisit, et dit :
Mon bon monsieur,
Apprenez que tout flatteur
Vit aux dépens de celui qui l'écoute.
Cette leçon vaut bien un fromage sans doute.
Le Corbeau honteux et confus
Jura, mais un peu tard, qu'on ne l'y prendrait plus.

Jean de La Fontaine

Mots Mêlés

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

- | | | |
|-------------|--------|--------|
| HIRONDELLES | CROCUS | TULIPE |
| PLANTATIONS | FLEURS | LILAS |
| PRIMEVERES | GRAINE | MARS |
| BOURGEONS | POLLEN | OEUF |
| FLORAISON | | |
| FORSYTHIA | | |
| GIBOULEES | | |
| JACINTHES | | |
| JONQUILLE | | |
| NARCISSES | | |
| OISILLONS | | |
| PRINTEMPS | | |
| EQUINOXE | | |



Sudoku

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