

Après un été incontestablement chaud, voici venus les mois de septembre et d'octobre qui sentent bon l'automne. Ce n'est pas vraiment la fin de l'été, ...mais ça y ressemble un peu: les jours raccourcissent, les nuits sont plus fraîches et la nature se prépare à rentrer dans l'hiver...

Mais avant de fermer cette parenthèse estivale, nous vous invitons à revenir en images sur les petits plaisirs simples que l'été nous a offerts.

Septembre, c'est aussi le temps de la rentrée : Le Conseil de la Vie Sociale se réunira le 7 novembre prochain, en présence de ses nouveaux membres représentant le collège des résidents et celui des familles. Une rubrique sera consacrée dans ce numéro sur le rôle de cette instance consultative.

Du 7 au 13 octobre 2019, nous nous mobiliserons pour l'environnement à l'occasion de la Semaine Bleue, qui est aussi la Semaine du Goût avec des rendez-vous « gourmands ». Et enfin, pour ne pas négliger les activités physiques, les séances de gymnastique douce vont reprendre .



Il ne nous reste plus qu'à vous souhaiter un Bel Automne!

Bonne lecture à Tous Georges DESMOTS, Directeur Général Le Comité de Rédaction

Décoration murale trompe l'oeil aux abords de la Chapelle de La Sofiéta



Un poster mural trompe l'œil est venu habiller le mur près de la Chapelle située au rez-de-jardin de La Sofiéta.

Ce beau paysage de lavande a été offert par l'Association des Résidents et Amis de l'EHPAD.

CF2S présent au



19 septembre 2019 - Villefranche-sur-Mer Forum organisé en partenariat avec Pôle Emploi



Un rendez-vous que le centre de formation CF2S de l'EHPAD Public de Villefranche-sur-Mer ne voulait surtout pas manquer, car c'est l'occasion de rencontrer et d'échanger avec les étudiants et les personnes en recherche active d'emploi ou de mobilité.

Depuis fin 2016, L'EHPAD est en effet prestataire de formation continue dans le domaine de la gériatrie et propose un large panel de formation continue et qualifiante : prise en charge de la douleur, soins palliatifs, manutention des malades.... grâce à une équipe de formateurs et professionnels de la gériatrie, ainsi que des méthodes pédagogiques innovantes (simulation en santé, chambre des erreurs...) Disposer de son propre centre de formation permet, par ailleurs, une vraie souplesse d'adaptation des programmes aux besoins des services de soins.

Mais l'EHPAD ne souhaite pas s'en arrêter là car le secteur médico-social manque cruellement de personnels qualifiés (infirmiers, aides-soignants, accompagnants éducatifs et sociaux ...). Son objectif est donc d'ouvrir une formation préparant au Diplôme d'Etat d'Accompagnant Educatif en créant un Institut de Formation en partenariat avec d'autres établissements publics médico-sociaux de la Région Sud Provence Alpes Côte d'Azur.

Au fil de l'été ...

1000

L'été est fait pour flâner dans les jardins, se balader au bord de la mer, déguster une glace, un cocktail maison, ou encore s'adonner à la baignade..... Les résidents ne s'en sont pas privés et ont savouré ensemble les plaisirs de l'été: Retour en images, façon d'immortaliser les moments les plus précieux et revivre les instants les plus inoubliables.



Les résidents ont fait entrer l'été dans le jardin en plantant de nouvelles fleurs sans oublier de se réserver un petit coin pour le potager, afin de faire pousser tomates et herbes aromatiques.

Tapis de gazon, mobilier coloré, haies de lauriers et autres essences , ainsi que plantes grimpantes, sont également venus cet été agrémenter les lieux.

Un bel et agréable espace de verdure rempli de vie pour en profiter pleinement toute l'année en toute sérénité!

Une partie de ces aménagements a été financée par l'Association des Résidents et Amis, que l'EHPAD tient particulièrement à remercier.

Petite escapate...

à Notre de Dame de Laghet

Le parvis du sanctuaire est un havre de paix où les résidents reviennent chaque année avec toujours le même plaisir.



Les animateurs ont proposé cet été des matinées de « mise en beauté et soins de bien-être » : maquillage, pose de vernis, modelage des mains... Une parenthèse détente et bien-être que Mesdames Les Résidentes ont beaucoup apprécié.

Cocktail sans alcool La recette des Résidents

Nb de personnes : 6

1 L de jus d'orange

1 L de jus d'orange

1 L de jus d'orange Punch 75 cl de limonade allégée orange & épices

1 petit verre de grenadine

3 oranges fraîches

4 clous de girofle

2 étoiles de badiane

2 bâtons de cannelle

1 petit verre de grenadine

Mélangez le jus d'orange, la limonade et la grenadine dans un récipient.

Ajoutez les trois épices et mélangez bien.

Nettoyez et découpez les oranges fraîches en fines rondelles. Ajoutez-les au cocktail et

Placez le cocktail au frais pendant 12 heures BOIIIE (EUISTATION).
minimum avant de le déguster.



Atelier programme beauté "Mise en beauté"

> Les résidents se sont installés en bord de terrasse d'un restaurant à Beaulieu-sur- Mer et ont « craqué » devant la carte des glaces : C'est leur « petit péché mignon »...

Mais rien de tel qu'une bonne glace pour se rafraîchir l'été!....

rempli de surprises

Cet été, la musique s'est aussi invitée dans nos Résidences de Retraite et nous a offert à plusieurs reprises des moments d'évasion et de rêves, qui nous ont parfois emportés vers des mondes imaginaires.

Début juillet, les Résidents ont eu la surprise de rencontrer dans les services de soins, le temps d'un après-midi, une harpiste qui les a conviés à partager une balade musicale hors du temps — des airs de musique ont aussi retenti dans les chambres et les espaces de vie Un chanteur est venu également à leur rencontre interpréter plusieurs titres

de chansons populaires.







L'ambiance était aussi au rendez-vous pour cette après-midi du 22 août 2019 grâce à la venue de Mr FEY et du Groupe musical « Soleil Levant » qui ont une nouvelle fois apporté leur énergie communicative en interprétant une sélection du meilleur des classiques de la chanson française. Un grand MERCI à ces musiciens qui ont su partager leur passion de la musique!

Les plaisirs de la mer

Les résidents ont profité pleinement des joies des bains de mer en toute sécurité en se rendant à la plage de St Laurent du Var spécialement aménagée pour les personnes à mobilité réduite.

Un peu de gymnastique aquatique, battement de pieds, pédalage....De quoi prendre une bouffée d'air iodé, et fouler le sable chaud ... Un moment de détente toujours très apprécié par nos Aînés et qui fait remonter beaucoup de bons souvenirs!...

Quelques résidents ayant le pied marin ont embarqué pour une escapade au large de la rade de Villefranche-sur-Mer et ont découvert une vue sublime du littoral.

Gym Douce

Depuis septembre les activités de gymnastique douce ont repris au grand plaisir des résidents, ceci en partenariat avec l'Association Siel Bleu et la Mutualité Française Sud, qui interviennent sur la base d'une séance hebdomadaire d'une heure, la première sur le site de L'Escalinada et la seconde sur La Sofiéta.



L'objectif de ces ateliers est de faire pratiquer une activité physique adaptée aux pathologies des résidents, afin de préserver leur autonomie et de réduire notamment les chutes. La gymnastique douce fait travailler tout en douceur et de façon ludique l'équilibre, le renforcement musculaire, la motricité et la coordination.. Cet atelier a trouvé ses participants dans l'Etablissement et en général, « Quand on prend de l'âge, on commence à avoir peur de faire certaines choses. Cet atelier nous permet ainsi de reprendre confiance. ».



Favoriser l'expression et la participation au sein de l'EHPAD

Il est très important pour nous que les résidents et leurs familles se sentent bien, en confiance, apprécient la vie à la Sofiéta et à L'Escalinada et s'investissent dans la vie sociale de l'EHPAD. C'est pour cela qu'il importe de "communiquer Ensemble pour avancer Ensemble"! Plusieurs temps d'échanges sont programmés dans l'année afin que les résidents et leurs familles puissent à tout moment exprimer le positif comme le négatif et être informés par la Direction des nouveautés ou autres de l'EHPAD.



Le Conseil de la Vie Sociale favorise l'expression et la participation des résidents et de leur famille à la vie de la structure.

De récentes élections ont permis de renouveler cette année les membres du Conseil de la Vie Sociale (CVS) de l'EHPAD. La composition nominative de cette instance est affichée dans la vitrine réservée au CVS.

Instituée par la loi du 2 janvier 2002, cette instance consultative vise à favoriser l'expression et la participation des résidents et des familles à la vie de l'établissement. Le CVS se veut un lieu d'échange et d'expression sur toutes les questions intéressant le fonctionnement de l'Etablissement et la vie quotidienne des résidents. C'est également un lieu d'écoute très important, ayant notamment pour vocation de favoriser la participation et l'implication des usagers.

Elus pour 3 ans, les membres du CVS donnent leur avis et peuvent faire des propositions dans le but d'améliorer le quotidien des résidents :





- ♣ l'organisation intérieure et la vie quotidienne,
- ♣ les activités, l'animation socioculturelle et les services thérapeutiques,
- les projets de travaux et d'équipements,
- 4 l'affectation des locaux collectifs, l'entretien des locaux,
- ↓ les relogements prévus en cas de travaux ou de fermeture,
- ♣ l'animation de la vie institutionnelle, ainsi que les modifications substantielles touchant aux conditions de prises en charge.

Les résidents de La Sofiéta membres du CVS : de gauche à droite : Mr Paul GUARINO, Mme Micheline VEYS, Mme Madeleine DITFIRMES, Mr Jean-Luc CHRETIEN,





Les résidents de L'Escalinada membres du CVS : de gauche à droite : Mme Danièle ROUX, Mme Marguerite DOLEUX, Mme Ginette GRUSON, Mme Inès GHERARDI, Mme Marianne ANDANSON

Les membres du CVS sont **les interlocuteurs privilégiés des résidents et familles** qui n'y siègent pas. Ils leurs apportent des informations et des conseils. Avant la tenue d'un conseil, ils peuvent les contacter et recueillir leurs remarques pour en faire part lors de la réunion.

Les groupes d'expression constituent un complément au système règlementaire (CVS).

Cette forme de participation est proposée régulièrement aux résidents. Un thème précis est chaque fois abordé et ces rencontres informelles permettent ainsi à chacun de prendre la parole et d'exprimer plus sereinement ses attentes et réflexions sur l'ensemble de la vie à l'EHPAD. Une quinzaine de résidents participent en général à chaque rencontre. Cette année, 2 rendez-vous ont eu lieu sur les deux sites, co-animés par Aude PLANTARROZE, responsable de l'animation et vie sociale, et Catherine GHINTRAN, responsable Qualité, l'un sur le thème des repas, et le second sur les animations.



L'Association des Résidents et Amis de l'EHPAD s'est réunie le 3 juin dernier dans le cadre de son assemblée générale. Il a été présenté entre autres le bilan des activités d'animation et de vie sociale 2018 financées par l'Association grâce notamment aux aides du Conseil Départemental 06, des collectivités locales (Villlefranche/Mer, Beaulieu/Mer, St Jean-Cap Ferrat, Cap d'Ail), et de Mme SAFRA.

Cette rencontre a été l'occasion de dire « au revoir » à Mr Jean-Paul GEAY, trésorier de l'Association depuis plus de 10 ans, qui n'a pas souhaité reconduire son mandat, et surtout de le remercier pour son engagement bénévole.