Maison de retraite Simon Benichou

LA B'GAZETTE

N°22 Octobre 2023

Sortie au Jardin Ephémère avec bien sûr la petite Glace…

Le vrai bonheur ne dépend d'aucun être, d'aucun objet extérieur. Il ne dépend que de vous."

Dalaï Lama

ECHANGES INTERGENERATIONNELS

En ce début du mois d'octobre, le méchant Virus ne faisait encore pas rage… et les enfants de la crèche Bulle d'Eveil sont venus partager un beau moment avec les résidents, pour découvrir nos poules.

Nous recherchons par bouche à oreille de la paille et du foin pour permettre d'aménager le poulailler et leur tenir chaud pour l'hiver.

Merci pour vos retours

LES CHAUSSETTES !

Mesdames, combien de fois vous avez « pesté » contre les enfants, le mari…et la machine à laver… à propos des chaussettes…

Messieurs, combien de fois, n'avez-vous pas eu cette remarque « machiste » « ce n'est quand même pas sorcier de les laver et de les faire sécher toutes les deux ensembles… »

Quel Casse-tête pour retrouver la copine de l'autre…

Une paire de chaussettes chaude sera offerte à la personne qui nous présentera une anecdote hors du commun…

En parallèle, Rachida aurait besoin de dons de chaussettes (Mais les deux…de préférence…) pour préparer une activité surprise…

Mesdames, l'hiver arrive, en faisant le ménage d'automne, vous allez sûrement en trouver…

Dicton d'octobre

Si octobre est très chaud, en février la glace est au carreau

Les 1ers exemplaires installés en France

Lors du précédent Conseil de Vie Sociale, nous vous avions annoncé l'engagement de la Maison pour l'amélioration de la qualité de traitement du linge des résidents. En effet, nous avions déjà investi pour chaque résident 7 sacs nominatifs individuels permettant d'y insérer le linge sale du jour.

Le bon tri du linge est un gage de qualité. Nous avons donc décidé de continuer et d'innover et grâce au partenariat établi avec l'équipe de Bulle de Linge, de réfléchir ensemble sur la meilleure approche.

Nous sommes donc le **1er établissement français à se voir équiper d'un chariot Buble CARD par étage**.

Le trousseau de chacun des résidents a été équipé d'une puce RFID. Une mauvaise orientation du linge entrainera lors de l'insertion dans les sacs à linge un passage lumineux de vert à rouge avec une sonnerie.

Ce chariot est équipé d'un compteur. De très beaux progrès ont déjà été constaté en une semaine.

Le Maroc

Les résidents lors de la levée du cluster que nous avons traversé ont pu bénéficier d'une journée festive sur le thème du Maroc.

Rachida, par son réseau a réussi à avoir de belles robes qui ont sublimé nos demoiselles….

Des achats ont même été réalisés pour son propre plaisir ou pour offrir : babouches, bijoux….

Bien entendu, l'apéritif gourmand était de rigueur et attendu ☺

Le fameux Thé à la menthe a été servi selon la tradition : enfin pas tout à fait… nous n'avons pas vu les Hommes s'y coller…

Dans la tradition marocaine, le thé à la menthe se partage avec la famille, les amis et les invités. Souvent préparé par les hommes, il est servi trois fois en conservant les mêmes feuilles de thé et de menthe.

Traditionnellement, le thé à la menthe est préparé dans une théière typiquement marocaine, et est servi de très haut ce qui permet de l'oxygéner et de révéler tous ses arômes.

La présence de mousse à la surface du thé, aussi appelée le « turban », témoigne de la réussite de l'infusion. Le thé est servi à trois reprises sans changer les feuilles. Les arômes et l'aspect de l'infusion évoluent donc au fil des dégustations. Un proverbe arabe décrit ces trois infusions *:*

Le premier verre est amer comme la vie

Le deuxième est aussi doux que l'amour

Le troisième est aussi apaisant que la mort

Contrairement à ce que l'on pourrait croire, l'histoire du thé à la menthe marocain est en réalité assez récente. Elle débute au XIXe siècle pendant la Guerre de Crimée. Privés des ports slaves, les Anglais, qui ont alors la mainmise sur le commerce du thé en Europe, ouvrent des comptoirs à Tanger et Essaouïra. Habitués à consommer des Infusions à base de décoctions de feuilles de Menthe Nanah, les Marocains découvrent alors le thé vert Gunpowder, surnommé « perles de Chine ». Ils décident alors tout naturellement d'associer ces deux ingrédients exceptionnels.

Très désaltérant, il permet aux peuples nomades du Sahara, dont le plus célèbre d'entre eux, les Touareg, de survivre aux conditions extrêmes de cette région du monde.

Recette du thé à la menthe

Pour préparer un thé à la menthe selon la méthode traditionnelle marocaine, il vous faut :

- *2 cuillères à soupe de thé vert de Chine Gunpowder*
- *Des feuilles de menthe Nanah du Maroc bio*
- *Du sucre*

Mettre le thé vert au fond de la théière. Après avoir porté l'eau à ébullition, verser une petite quantité d'eau sur les feuilles pour les laver, puis jeter cette première eau.

Laver la menthe, la froisser et l'ajouter dans la théière avec le sucre (à vous de goûter ensuite pour juger la quantité de sucre à votre goût).

Verser une petite quantité de l'infusion dans un verre puis la remettre dans la théière afin de mélanger le sucre. Goûter, et à vous de juger quand l'infusion est prête. Il faut déguster le thé bien chaud.

Conférence sur le Maroc

Nous remercions M Marchal pour la qualité de sa conférence.

Mme Yung était ravie, elle a organisé beaucoup de séjours là-bas…

Plusieurs aspects ont été abordés : Dans un pays de 36 millions d'habitants, les marocains sont aujourd'hui, pour 55 % d'entre eux, des citadins. La précarité de la vie à la campagne conduit les petits paysans à céder, de plus en plus, à l'appel de la ville, avec l'espoir de conditions d'existence meilleures. Le slogan touristique « **Maroc, terre de contrastes** » vaut incontestablement pour la beauté des paysages, la diversité des populations et la richesse culturelle du pays mais il exprime aussi les inégalités régionales, sociales et économiques.

Tout le pays vibre d'une richesse culturelle, où le vécu humain se mesure à la simplicité et à la grandeur des gestes millénaires où les gens sont le coeur vibrant de ce royaume enchanteur. Le Maroc exalte les sens du voyageur qui vit cette découverte comme une initiation.

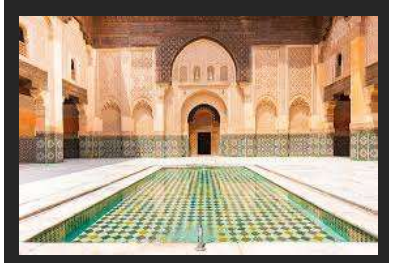
Dans le labyrinthe des médinas, M Marchal vous a guidé à la découverte de somptueux palais, merveilles de l'architecture arabo - andalouse.

Par-delà les pistes du Grand Sud marocain, parmi des paysages spectaculaires les derniers seigneurs du désert ont été présentés.

Le Maroc offre à la plupart de ses visiteurs un dépaysement certains. Au delà de la découverte du quotidien et de la culture de ses populations, les villes invitent elles aussi à un voyage à travers le temps et racontent de multiples histoires. Fès, Meknès, Marrakech, Essaouira, Tanger et bien d'autres sont là et s'attendent à être découvertes.

Et puis, alors qu'à l'intérieur, au cœur du désert, les oasis témoignent du passé au temps des caravanes, le littoral, lui, possède encore des témoignages architecturaux de la présence française, espagnole ou portugaise dans le pays.

Cette parenthèse fut la bienvenue pour s'évader…



LES FAMILLES et PROFESSIONNELS SOUHAITANT PARTICIPER SONT INVITEES A S'INSCRIRE AUPRES DE Rachida, Marie ou Prisca POUR LES SORTIES

Avec la complicité de quelques membres du personnel

Chaque 31 octobre, à la tombée de la nuit, les rues assombries voient défiler bon nombre de familles, d'enfants, déguisés de la tête aux pieds, en quête de sucreries.

Halloween : Mais d'où vient cette fête ? Que célèbre-t-on à Halloween ?

Halloween est initialement la célébration de la fin de l'année celtique en Irlande. En effet, le calendrier Celte ne se terminait pas au 31 décembre mais au 31 octobre. Cette nuit était celle du dieu de la mort «Samain».

C'est au VIII et IX siècle que les papes Grégoire III et Grégoire IV déplacent la fête de la toussaint au 1er novembre qui se fêtait antérieurement après Pâques ou après la Pentecôte.

Si l'on peut penser que certaines célébrations annuelles ne sont plus de l'âge des seniors, il n'en est rien ! Halloween est une nouvelle opportunité de passer un bon moment en famille.

Avant toute chose, il est important de rappeler que cette fête annuelle est parfois une source de stress et de dépression pour les personnes âgées.

Les enfants se sont joints le Mardi 31 après midi à eux pour passer un moment convivial, intergénérationnel.

Ensemble, ils ont été invités à désigner le meilleur déguisement, dans la joie et la bonne humeur.

Les seniors passent alors un joli moment entouré des plus jeunes.

Cette année, Rachida a organisé avec la complicité de professionnels soignants un défilé pour élire le meilleur déguisement des enfants.

Pour répondre à quelques questions : est-ce opportun de le fêter en Maison de retraite ? Ce n'est pas de leur temps…

L'idée est de passer au-delà de ces représentations.

Avant tout, introduire Halloween en maison de retraite, c'est d'abord passer du temps avec les enfants, joyeux d'être déguisés… et de se régaler d'une tonne de bonbons…C'est Retrouvez le goût des bonnes choses de votre enfance, entouré de petits-enfants

Les bienfaits sont pourtant importants pour les résidents sur les journées thématiques :

- Rompre avec l'isolement
- Rompre avec la monotonie du quotidien
- Créer des souvenirs de vie : un bien précieux qui valorise la personne âgée, sa confiance en elle et son estime.
- Favoriser la mobilité et ses capacités cognitives : créer du dynamisme dans son quotidien est essentiel pour conserver son autonomie et rester mobile le plus longtemps possible.

Bravo à Elma et Melek, les filles d'Elmir et Enisa qui ont remporté le cadeau gourmand pour la qualité de leur déguisement.

Nous vous donnons rendez-vous l'année prochaine avec vos petits enfants pour remettre le trophée en jeu !

Note Développement Durable humoristique

Même nos animaux se mettent au recyclage innovant : Rio notre mascotte a décidé que l'ancien fauteuil de Mme Picard lui servirait de lieu de détente. Il nous a fait comprendre qu'il ne fallait pas l'envoyer à la recyclerie 😊

SORTIES AU JARDIN EPHEMERE

Jardin éphémère 2023 à Nancy : un escalier pour voir Stanislas de plus près ;

À Nancy, le Jardin éphémère revient pour une nouvelle édition, intitulée L'effet de l'air, place Stanislas. Douze scènes végétales ont été installées pour l'occasion.

Cette année, le jardin a pris la forme du logo de l'Unesco et s'articule autour de l'air, du siècle des lumières et du patrimoine. Les visiteurs pourront découvrir 10 700 végétaux, dont 70 arbres, profiter de 350 assises et 48 tables, mais aussi emprunter un escalier pour s'approcher au plus près de Stanislas.

Deux expositions photographiques ont été présentées lors de cette nouvelle édition. La première a mis en avant Jacques Lartigue et son approche du mouvement et de l'air. La seconde porte sur le travail de Luc Schuiten, architecte utopiste.

Je m'appelle Enisa et j'ai intégré la Maison depuis fin 2020. Je suis originaire de Bosnie, mais je peux dire avec fierté que Bénichou est ma 2ème maison. Je suis aide-soignante et ravie d'apprendre chaque jour autour des soins. Je suis dans l'équipe de nuit maintenant avec Sandra

Je suis mère de 4 filles et je suis très investie dans leur éducation. Passionnée par la cuisine, je développe mes connaissances en la matière pour ensuite avoir le plaisir de partager des recettes traditionnelles bosniaques à mon entourage en France. Je fréquente régulièrement les parcs et lieux publics pour améliorer ma pratique quotidienne du français. Je souhaite faire l'école d'infirmière. En attendant, je vais participer à la formation Référent Humanitude à Lyon. Je pourrai renforcer aussi les actions de Giuseppe déjà Référent Humanitude.

Mme Simon est entrée le 9 octobre dernier, elle est âgée de 74 ans, elle apprécie que nous l'appelions Chantal

Mme Henri, est rentrée le 11octobre dernier. La petite note humoristique, elle s'entend très bien avec son homologue Mme Henri. Fort heureusement, elles ne résident pas au même étage. 😊

M Melotté nous a quitté, emportant avec lui toute sa fascination pour les circuits de course, son puit intarissable sur son métier scientifique… Nous apportons toutes nos sincères condoléances à ses proches.

DEVELOPPEMENT DURABLE

L'Ehpad Simon Benichou à Nancy avait fait de l'éco-responsabilité un axe de son projet d'établissement.

Une nouvelle dimension sera ajoutée au projet d'établissement.

Parmi les nombreuses actions mises en place, l'installation d'un poulailler, de 3 ruches nous appartenant, d'un récupérateur d'eau, d'un site de compostage partagé avec les habitants du quartier sont des actions menées et pérennisées … Outre leur finalité durable, ces actions donnent du sens, créent du bien-être, génèrent du mieux vivre.

Plusieurs axes doivent encore se développer avec l'ensemble des partenaires institutionnels : dont l'achat éco-responsable et le comportement collectif engagé.

De nombreuses innovations technologiques peuvent aussi aider considérablement à devenir plus mesuré dans la consommation d'énergie : chasse d'eau économique, mousseur sur robinet, éclairage différencié (pour allumer certaines zones et non une salle entière)

Le comportement des usagers reste également capital. *Le groupe engagé avec les résidents sur le développement durable va débuter une vaste campagne « écogestes » auprès de ses salariés et des résidents pour engager une baisse salvatrice de sa consommation d'énergie.*

Nos engagements demain

• Intégrer les enjeux d'une alimentation saine et responsable dans le respect des objectifs nutritionnels liés à la prise en charge des résidents, dans un contexte où l'inflation sur les produits alimentaires peut induit des surcoûts difficiles à absorber

• Assurer la gestion écologique des déchets : réduction à la source de la production de déchets, puis mise en œuvre du tri sélectif pratiqué par tous

• Maîtriser les consommations énergétiques et développer les énergies renouvelables

• Déployer une politique d'achats responsables, tenant compte de critères sociaux et environnementaux dans le choix des fournisseurs et des produits.

Les évènements en Novembre

Sortie au théâtre le soir : A la vie le 29 novembre, (besoin d'accompagnateur)

Sortie à la compagnie des Anes 20 Novembre

16 novembre : dégustation du Beaujolais Nouveau

Sortie Ehpad de Faulx : 17 Novembre

Sortie Ludothèque

Anniversaire du mois le 29 novembre avec Nathalie Barthélemy pour les 100 ans de Mr Paris

Prestation musicale avec Adrien et Sullivan le 14 et 27 novembre

Rencontre intergénérationnelle avec le lycée la tournelle de pont saint -Vincent le 16

Jeux de sociétés le 30 novembre avec les lycéens

PROCHAIN Café des Aidants

date à confirmer rapidement

Vous êtes tous conviés !

Thématique :

Prévention des chutes à domicile