

A faire ce mois-ci

Diviser la ciboulette

La ciboulette est un condimentaire vivace qui se maintient au jardin 12 mois dans l'année. Elle disparaît entièrement en hiver, mais réapparaît au premier redoux. C'est le moment de commencer à la récolter mais aussi celui de la multiplier. Sortez de terre une souche de ciboulette à l'aide d'une petite fourche, prélevez les jeunes pousses

Au mois De janvier C'est le moment de....

- Poursuivre les récoltes des légumes racines qui résistent au froid, tels que les panais, les topinambours, les carottes, les salsifis et scorsonères ainsi que les crosnes
- Contrôler la viabilité du vieux stock de graines

La recette du mois

Risotto aux épinards

- 200 g de riz long
- 2 échalotes
- 1 paquet d'épinards surgelés de 400 g
- 1 branche de céleri
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 cube de bouillon de volaille
- 1/2 litre d'eau
- 75 g de parmesan râpé
- 100 g de beurre
- persil plat
- sel, poivre



1. Lavez le riz et égouttez le bien. Commencez la cuisson des épinards sans eau et sans couvrir, pendant 5 mn à la puissance maxi (650 W) et séparez les feuilles.

2. Dans une grande cocotte, mettez l'huile avec les échalotes et le riz, mélangez et faites cuire 2 mn à la puissance maxi.

Ajoutez le cube de bouillon de volaille dilué dans 1/2 litre d'eau bouillante, les épinards, le céleri haché, à peine de sel (le bouillon est déjà salé), du poivre et une pointe de muscade. Faites cuire 5 mn.

3. Éventuellement, ajoutez un peu d'eau (pour ceux qui aiment le risotto comme une soupe épaisse).

Au moment de servir, ajoutez le beurre, saupoudrez votre risotto de parmesan et de persil haché.

N° 22 - Janvier 2021 - Le mensuel qui vous informe de la vie au sein des deux résidences

Chers lecteurs, chères lectrices,



Contre vents et marées, gardons le cap!

Une année 2020 inhabituelle est derrière nous! Marquée par des défis inattendus et des difficultés clairement perceptibles pour chacun de nous.

C'est grâce à vous toutes et tous, farouchement engagés, que vivent au quotidien nos EHPAD et que ces derniers ont pu affronter la tempête sanitaire qui a marqué l'année 2020.

Dans cette épreuve, nous avons su unir nos forces.

Après une remise à flot conjoncturelle, la transformation profonde de notre système de santé et médico-social se doit d'intervenir sans délai.

Pour 2021, nous gardons notre cap et continuons de défendre l'accès aux soins, l'excellence et la santé pour tous.

Laurent VIVIER, Directeur et l'ensemble des membres du Conseil d'Administration de l'EHPAD des Andaines vous adressent leurs vœux les plus chaleureux pour l'année 2021.

Joie, santé, paix, sérénité et espérance pour cette nouvelle année.

Le 04 janvier 2021

Bienvenue à l'ehpad des Andaines

Nous souhaitons la bienvenue à :

Résidence l'Orée des Bois

- ♦ Mr ROMAGNE André
- ♦ Mme CHOPIN Irène

Résidence de la Vée



Bon anniversaire !

Nous souhaitons un joyeux anniversaire aux résidents :

Résidence l'Orée des Bois

Mme BONDIS Denise	04/01
Mme BELENGER Marie Thérèse	06/01
Mr BEAUDET Jean Yves	09/01
Mme FLEURY Elise	09/01
Mr DUVAL André	10/01
Mr BAYER Marcel	17/01
Mme VIVIER Colette	18/01
Mr GAUTIER Daniel	19/01
Mme LEMOINE Suzanne	27/01
Mr RIPEAUX Gérard	28/01

Résidence de la Vée

Mme GILOT Jacqueline	04/01
Mr ESNAULT Michel	12/01
Mme BELLAVOINE Françoise	14/01
Mme GALLAY Marie-Ange	14/01
Mme CAMUS Bernadette	18/01



Les blagues du mois

Lors du repas de Noël, Catherine avait laissé son apéritif sur la table de Mr Bayer. En blaguant, Mr fait croire qu'il met de l'eau dans son verre. Les résidents aiment beaucoup taquiner Catherine.



Les collègues se sont demandées pourquoi Céline faisait ce geste. On a tout de suite compris quand nous avons entendu la chanson Titanic.



Le lundi 21 décembre Mme BRETON demande qu'on appelle Arnaud car son téléphone ne fonctionne plus. Arnaud, pour blaguer, fait croire à Mme BRETON qu'il va démolir son téléphone avec une clé à molette.



Lors de la distribution des médicaments, Aurélie, infirmière a voulu taquiner Mr JARRY. Elle n'a pas été déçue ... un peu de plus, elle se retrouvait sans sa blouse.



Petite info

Le jeudi 17 décembre nous avons eu un repas de Noël à chaque étage. Mr VIVIER et Mme BICHET sont venus nous rendre visite. Nous avons bien mangé, nous remercions l'équipe de la cuisine.



Dernier jour pour Corinne... Après 24 ans de service, Corinne prend sa retraite. Nous lui souhaitons une bonne retraite bien méritée. Mr Matelin lui a offert des fleurs pour l'occasion.

Tables de Noël, respectivement du 1er, 2ème et 3ème étage. Les compositions ont été réalisées par les résidents ainsi que les ronds de serviettes. Les résidents les ont ramené dans leur chambre comme souvenir.



Nous remercions Claudine, aide-soignante du RDC, elle nous a joué de la guitare et a chanté tout au long du repas de Noël. Elle a prolongé toute l'après-midi, elle est intervenue dans tous les services, cela a mis de la gaieté dans la résidence. Les résidents remercient Mr VIVIER directeur, il est venu leur faire un petit bonjour.



Nous souhaitons un joyeux anniversaire aux membres du personnel :

Résidence l'Orée des Bois

Chantal BALOCHE	03/01
Brigitte MICHEL	09/01
Malek MESSAB	17/01
Raymond COURTIL	27/01
Yoann SEHIER	28/01
Jocelyne BICHET	30/01
Sophie CHAMPAIN	30/01

Résidence de la Vée

Justine COLIN	03/01
Sabrina HAUCOURT	14/01



Un regard en arrière

1er et 2 décembre :

Nous avons fait de la gym douce avec Isabelle (psychomotricienne) dans les petits salons de chaque étage. Les résidents apprécient beaucoup cet atelier.



Vendredi 4 décembre :

Nous avons fini les ronds de serviette pour le service du 1er étage. Il nous reste à faire trois services.



Mardi 8 décembre:

Nous avons fini les centres des tables en sapin ainsi que ceux en bois. Ils seront déposés sur les tables à chaque étage pour embellir et agrémenter les fêtes de fin d'année.



Mercredi 10 décembre:

Isabelle a fait un atelier gym douce au niveau du 1er et 2ème étage.



Le vendredi 11 décembre

Nous avons terminé les centres de table pour les mettre sur les tables de chaque étage. Nous aurons aussi des ronds de serviette pour chaque résident.



Moment insolite

Le vendredi 11 décembre, les résidents m'interpellent pour me montrer un électricien sur une nacelle, c'est la première fois qu'ils voient cela car cet électricien a un parapluie.



Petites infos

Le 21 décembre nous avons réalisé un petit clip avec les soignantes sur une danse de Noël. Les résidents étaient ravis de voir la bonne humeur des filles.



Stéphanie, soignante au 1er étage a envoyé sur TF1 le clip du deuxième confinement que Catherine a réalisé. Merci Stéphanie on espère passer à TF1.

Devinette

A vous de trouver qui se cache derrière le masque, je vous donne un indice : ce sont des infirmières



La parole aux résidents



PRENDS TON TEMPS
A tous ceux qui ont passé leur vie à courir après le temps

Garde toi le temps de vivre, tu vieillis trop vite,
Donne toi les temps de rire, c'est un remède à l'absurdité,
Offre toi le temps de sourire, l'humour donne juste mesure des événements,
Attends un temps avant de décider, les gens pressés sont superficiels,
Respecte le temps de l'écoute, c'est la seule manière de comprendre,
Accorde toi le temps du repos, c'est la condition de l'efficacité,
Trouve le temps d'observer et de juger, tu apprendras la tolérance,
Pends le temps de te connaître et apprécie toi à juste mesure,
Impose toi le temps de la réflexion et va à l'essentiel,
Ne gaspilles pas ton temps aux jeux de l'ambition et des représentations,
Goûte le temps de l'amitié et savoure cette chance sans mesure,
Partage ton temps avec les enfants, ils ne t'attendent pas pour grandir,
Bâtis des projets, le temps c'est un signe de jeunesse,
Evade toi de temps en temps, tu seras plus efficace au retour,
Reserve toi des temps de rêves et les matins seront plus clairs.
Respecte le temps du silence, il te parlera de vérité,
Passe ton temps dans l'espérance : les meilleurs jours sont à venir,
Et quand tu es heureux....OUBLIE LE TEMPS.

Moumoune

Moumoune est gâtée en ce moment... Elle a prit l'habitude de s'installer dans la petite boutique alors à chaque fois que les résidents vont en visite famille en salle d'animation ils lui font une caresse quand ils passent devant elle.



Vendredi 11 décembre:

Nous avons fait un karaoké sur le thème de Noël cela a beaucoup plu aux résidents et aux soignantes toujours partantes.



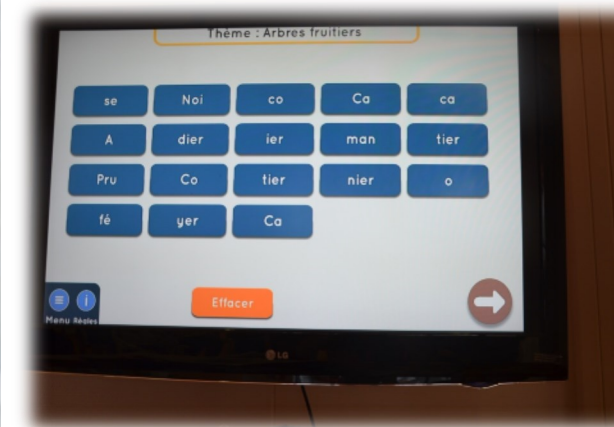
Lundi 14 et mardi 15 décembre:

Nous nous sommes réunis à chaque étage pour faire de la gym douce avec Isabelle, c'est toujours avec plaisir que l'on se retrouve.



Vendredi 18 décembre :

Céline la coiffeuse est venue passer la journée avec nous, 16 personnes avaient pris un rdv. Nous la remercions vivement d'être venue.



Mercredi 23 décembre:

Nous avons découvert un nouveau jeu sur Wivy : le remue-méninge. Il y a plusieurs morceaux de mots sur un thème et il faut trouver les mots entièrement.

Bon à savoir : présence des différents professionnels

Médecins coordonnateurs :

Référent : Dr Delmas

Lundi, mardi, jeudi et vendredi :
De 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30

Référent : Dr Boisselier

- Lundi après midi
- Jeudi toute la journée
- Mercredi



Les 2 médecins interviennent sur les 2 sites selon les besoins.

Aides-soignantes et infirmières

Les aides-soignantes de jour ainsi que les infirmières assurent une présence continue de 6h45 à 21h15.



Les soignantes de nuit prennent la relève de 21h jusqu'à 7h le lendemain.

Infirmières coordonnatrices :

Audrey Chesneau et **Martine Pesné**

Du lundi au vendredi :
8h45 à 16h30

Secrétariat :

Nathalie, Céline et **Angélique**

Du lundi au vendredi :
8h30 à 12h et 13h30 à 17h



Animatrices:

Catherine et **Françoise**

Du lundi au vendredi :
9h45 à 17h30

Personnels communs aux 2 sites

Neuropsychologue : Alice

- **Lundi, mercredi et vendredi**
 - **Mardi et jeudi**
- 8h30 à 16h15



Ergothérapeute : Pauline

- **Lundi et mardi**
 - **Jeudi et vendredi**
- 8h30 à 16h15



Psychomotricienne : Isabelle

- **Lundi, mercredi** 9h à 16h30
et vendredi 8h30 à 16h30
 - **Mardi et jeudi**
- 8h30 à 16h30



Diététicienne : Stéphanie

- **Lundi et vendredi**
 - **Mercredi**
- 9h à 16h30
9h à 12h30



Remerciements

Nous remercions la fille de Mme LUBRUN de nous avoir offert du houx venant de son jardin, il sera déposé dans chaque étage pour les fêtes de fin d'année. Pour la petite anecdote le jour qu'elle est venue nous l'apporter le matin il était recouvert de neige, elle habite dans la région de Domfront.



Meilleurs vœux



**Toutes les équipes de la résidence
vous souhaitent une bonne année 2021 et une bonne santé !**