

Journal interne de la Résidence

# Saint-Louis

Septembre  
Octobre  
2024



**Véronique PEREZ**

*Directrice de la Résidence Saint Louis*

## Édito

***Déjà l'automne et bientôt les fêtes de Noël. La fête des familles est organisée le 14 décembre 2024 à 12h00. Inscrivez vous nombreux.***



## L'accueil de jour célèbre l'automne

C'est à travers deux ateliers, un créatif et un atelier d'écriture que les usagers de l'accueil de jour vous offrent ce texte : « Il fait beau, les oiseaux chantent. Les feuilles commencent à tomber sur le sol. La température est douce pour la période. Les jours sont beaucoup plus courts et la nuit tombe tôt. A cette occasion la lune apparait dans toute sa splendeur. Arrive le vin nouveau accompagné de noix qui font la gourmandise de Marie Lou et Nora, sans oublier tous nos chers résidents. La tête levée vers le ciel nous apercevons la migration des hirondelles et des cigognes vers les pays chauds. A la tombée de la nuit les crapaud croassent à tu tête, ce qui annonce le beau temps pour le lendemain. L'automne nous offre une palette de couleur avant de s'endormir. Le sommeil nous gagne, le rêve d'une soupe de courges, les noix, les noisettes, les châtaignes et les gratins. La résidence Saint Louis est dans un cocon de brouillard et Carpentras est endormie. »

**Domus**   
En toute confiance

## La résidence au quotidien

### Les nouveautés /Programme des activités

C'est à partir d'Octobre que les séances d'escrime reprennent tous les 15 jours, avec le maître d'arme Laurent Alliez.

#### Rappel d'une séance :

Echauffement musculaire et articulaire pour débute. Exercices spécifiques pour faire connaissance avec la discipline. Jeux d'opposition et lâcher prise.

#### Les bienfaits sont multiples :

Préserver l'autonomie afin d'atténuer le processus de vieillissement

Prévenir les risques de douleurs musculaires et articulaires

Rompre la monotonie et partager un moment convivial.

#### Mais aussi :

Depuis le début de l'année, deux activités ont été mises en place, la danse assise et l'aromathérapie, pour poursuivre cette démarche de thérapie non médicamenteuse, les différents médium utilisés en arthérapie se développent avec la muséothérapie : proposer aux résidents un environnement entouré d'expressions artistiques, peinture, sculpture, musique, afin de pratiquer des activités comme le yoga, la relaxation, la méditation. Cet univers stimule et invite les participants à la concentration et à éprouver du plaisir permettant d'apaiser les tensions.

Des séances de méditations pleine conscience se développent avec un travail en parallèle sur la respiration. C'est quoi la méditation de pleine conscience ?

La pratique vise à s'entraîner à les remarquer, à les observer sans s'y accrocher, un peu comme on regarde passer les nuages dans le ciel, puis à ramener notre attention ici, maintenant, dans l'instant présent. Le défi est de se ramener encore et encore à l'instant présent, autant de fois que nécessaire!

Trouver le lien entre l'intériorité et l'extériorité, (le privé et la vie publique). Cette notion est la clé de voute de notre harmonie intérieure, permettant d'ouvrir le quotidien, vivre ici et maintenant.



# La résidence au quotidien

## L'automne

Corinne a proposée plusieurs ateliers sur le même thème , le but est d'avoir un maximum de personnes qui puissent y participer en adaptant en fonction des capacités préservées.

\*Un atelier créatif : découpage des feuilles ainsi que l'écriture automne qui a favorisé la praxie. Nous avons décoré l'entrée de la résidence , il est important que les résidents se situent dans le temps par exemple avec le rappel des saisons.

\* Un atelier peinture : en choisissant les couleurs d'automne , les résidents on crée un tableau : lune diagonale de peintures et un va et vient avec le pinceau ,l'artiste ne dois pas être en difficulté pour la réalisation , les tableaux sont exposés a l'entrée pour le plus grand plaisir de tous, puis seront installés dans les chambre des participants.

\*Un atelier réminiscence

« **Que représente pour vous l'automne?** »

En petit groupe à tour de rôle chacun s'exprime librement, puis sur plusieurs rencontres nous créons le texte , que nous exposons au grand salon à la vue de tous. Un travail de mémoire dans un esprit de partage et de convivialité toujours accompagné d'une boisson.



## La semaine bleue

Semaine nationale des retraités et des personnes âgées, la Semaine Bleue a pour vocation de valoriser la place des aînés dans notre société et l'importance des liens entre les générations. A la résidence **SAINT LOUIS**, sous la houlette de william notre kinésithérapeute, l'ensemble des secteurs se sont retrouvés pour un atelier de motricité: mini golf, chamboule tout et le lancement

d'anneaux dans une ambiance festive et chaleureuse, un joli moment de rire et de partage. En lien avec les jeux olympiques les médailles d'or ont été distribuées .  
**TOUS GAGNANTS**



## Nos outils thérapeutiques qui font du bien

Parmi les professionnels de santé exerçant en unité de vie protégée, nombreux sont ceux qui se posent les questions suivantes : Comment apaiser les angoisses, focaliser l'attention, favoriser la détente, permettre de se calmer comment faciliter l'expression orale...? Et plus généralement comment favoriser le bien-être global des résidents en difficulté ? Afin d'offrir un meilleur accompagnement à nos résidents des unités de vie protégées, nous avons choisi de mettre en place la thérapie par la poupée (Doll thérapie). La Doll thérapie est une thérapie non médicamenteuse qui permet, au même titre que la musique, le jardinage ou la peinture, de stimuler l'empathie des personnes atteintes de pathologies neurodégénératives (maladie d'Alzheimer et maladies apparentées) en utilisant simplement des poupées. Quels en sont les bienfaits?. Ces poupées réveillent l'instinct de protection et renforcent le lien d'attachement que l'on peut ressentir envers les autres, elles favorisent donc l'empathie. Objet transitionnel par excellence, ces poupées permettent aux personnes atteintes de maladie d'Alzheimer (ou apparentées) de renouer avec des souvenirs et des émotions perdues. Elles sont un support de communication entre la personne et les membres du personnel. Il n'est pas question d'infantiliser les personnes âgées en leur donnant une poupée. L'objectif des soignants est avant tout de les stimuler.

Malgré des troubles du comportement liés aux pathologies (apathie, déambulation...), de nombreux résidents interagissent avec les poupées en leur parlant, les berçant, les câlinant... Parfois ce sont de vieilles berceuses qui sont fredonnées et le passé refait surface: la mémoire, fragilisée dans ces pathologies, est alors stimulée. Il est nécessaire d'informer l'entourage que cette activité rentre dans le cadre d'une thérapie et qu'elle vient en complément d'autres méthodes douces ainsi que des traitements médicamenteux. Elles sont par ailleurs sources de réconfort et permettent de rassurer le résident, alors pourquoi l'en priver ?

