

NEWSLETTER DE LA BIEVRE



2023
Mois de Mars



ZOOM SUR LE PASA

EDITO

Chers résidents, Chères familles, Cher lecteur,

Nous espérons que vous vous portez tous bien?

La période épidémique s'achève et le retour du Printemps annonce l'arrivée des beaux jours avec le retour des promenades, les discussions en terrasse dans le jardin...

Nous sommes impatients de voir les douceurs que cette nouvelle saison apportera....

En attendant, nous gardons encore nos pulls et manteaux pour quelques semaines car Avril pointe à peine le bout de son nez...

Et pour les résidents qui ne se lassent pas des activités d'intérieurs, la vie continue...

A bientôt,

JJ

Dans ce numéro :

Edito	2
Retour en images	3
Dossier	6
Jeux	10
Point Info	11
Le saviez-vous?	13
Vie pratique	12

RETOUR EN IMAGES DU MOIS

Comme chaque mois, nous vous partageons en images les diverses activités du quotidien auxquelles participent les résidents.

Dernièrement, on a aperçu de nouveaux résidents s'intégrer à cette vie sociale collective qui n'est pas toujours aisée quand on a l'habitude de vivre seul...

Il est toujours agréable de voir la magie du lien opérer dans ces moments de lâcher prise et de loisir. C'est là aussi tout l'art et la manière des professionnels soignants et surtout de l'animatrice. Une occasion pour nous d'honorer nos équipes !



RETOUR EN IMAGES DU MOIS



Madame LECOMTE a retrouvé sa voix et a pu reprendre le point presse qui avait été interrompu et qui nous avait tant manqué !

Cette activité regroupe de nombreux adeptes de l'actu et infos en tout genre.

Une activité que personne ne veut louper :)



RETOUR EN IMAGES DU MOIS



Atelier Poterie



RETOUR EN IMAGES DU MOIS

LA MESSE



INSTANT MUSIQUE AVEC UN ACCORDEONISTE



RETOUR EN IMAGES DU MOIS

Visite des enfants du centre de loisirs Paul Doumer pour l'après-midi « inter-G ». Une visite toujours très appréciée par les résidents.



Pâtisserie maison réalisé par les résidents



PASA



Depuis l'année dernière, le pôle d'activités et de soins adaptés à réouvert.

Céline, notre Assistante de soins en Gérontologie, anime seule ce pôle au quotidien, avec l'appui de la psychologue, de l'IDEC et du MEDCO pour les évaluations et ou réévaluations des besoins.



Il se passe de belles choses au PASA et c'est l'occasion pour nous, dans ce numéro, de vous montrer ce qui s'y fait !



Selon les aptitudes des résidents, diverses activités leurs sont proposées : manuels, motricité, mémoires,



Atelier motricité adapté : où l'objectif du jeu fait oublier la difficulté ou l'appréhension du geste, où la personne âgée est concentrée sur son objectif et travaille sa posture et son équilibre sans s'en rendre compte.



PASA



Exercices de souplesse et de tonicité en groupe



LES ANNIVERSAIRES DU MOIS

Nous renouvelons nos meilleurs vœux aux résidents
qui ont soufflé leur énième bougie ce mois-ci :

Mr BOTHGAL Roger

Mr GONZALEZ MATEOS Moïses

Mme HAROUTIAN Blanche

Mme OHAYON Evelyne

Mme RIVET Raymonde

Mme VACCANI Pierrette





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

MOTS FLECHES

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| ABSOLUE | ECORCE | NEROLI |
| AGRUME | ENCENS | ODEUR |
| ALAMBIC | FLORAL | OLFACTIF |
| AMBRE | FLUIDE | ORIENTAL |
| BENJOIN | FOUGERE | PARFUM |
| BERGAMOTE | FRAGRANCE | PATCHOULI |
| CARDAMOME | FRAIS | PETALES |
| CEDRE | GOMME | RESINE |
| CIVETTE | HERBE | ROMARIN |
| COLOGNE | HUILE | SANTAL |
| CORNUE | JASMIN | SENTEUR |
| DIFFUSE | LAVANDE | VANILLE |
| DISTILLER | MIMOSA | VERVEINE |
| DOMINANTE | MUSQUE | VETIVER |

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

SUDOKU



◆ Fin du masque

Depuis le 20 mars, l'établissement applique les recommandations de l'article 9 de l'arrêté du 1er juin 2021, qui permet aux établissements d'appliquer le retrait du masque **en dehors** des périodes épidémiques.

Toutefois, il est vivement recommandé de porter le masque si vous présentez des symptômes pseudo-grippaux dans l'intérêt de tous.

◆ Nouveau mobilier

Vous avez peut-être aperçu lors de vos visites la mise en place d'un nouveau mobilier coloré et chaleureux dans la salle à manger principale.

Ce mobilier a été financé par l'Agence Régionale de Santé dans le cadre du plan d'aide à l'investissement 2022.

Prochaine étape : rafraîchissement de la peinture





BIENVENUE

**Nous souhaitons la bienvenue aux résidents qui nous ont rejoint
dernièrement :**

- ◆ **Mme HAROUTIAN Blanche**
- ◆ **Mme LAVEISSIERE Marguerite**
- ◆ **Mr MONBILLARD Alain**
- ◆ **Mr MAZUR Lionel**
- ◆ **Mme VACCANI Pierrette**



ILS NOUS ONT QUITTÉS

Nous garderons une douce pensée pour ceux qui nous ont quitté :

Monsieur JOSEPH Michel





LA SANTE DES FEMMES

Le 8 mars est la journée internationale des droits des femmes, elle met en avant la lutte pour les droits des femmes et la fin des inégalités par rapport aux hommes. La santé est un domaine dans lequel il existe encore des inégalités entre les femmes et les hommes.

Principaux faits dans le monde (source OMS 2018)

Les femmes vivent plus longtemps que les hommes. En 2016, l'espérance de vie mondiale à la naissance était de 74,2 ans pour les femmes et de 69,8 ans pour les hommes.

Les maladies cardiovasculaires sont la première cause de décès chez les femmes. Parmi les cancers, ceux du col de l'utérus et du sein sont les plus fréquents et le cancer du poumon est le plus meurtrier.

La dépression est plus fréquente chez les femmes (5,1%) que chez les hommes (3,6%).

Au cours de sa vie, une femme sur trois dans le monde est susceptible de connaître des violences physiques et/ou sexuelles.

Chaque jour, environ 830 femmes meurent de causes évitables liées à la grossesse et à l'accouchement.

Les femmes représentent 70% des personnels de santé et des travailleurs sociaux dans le monde.

En France (source INCa et Insee 2022)

L'espérance de vie est de 85 ans pour les femmes et 79 ans pour les hommes (chiffres 2017). La durée de vie sans incapacité est de 65 ans pour les femmes et 63 ans pour les hommes. Par conséquent, les femmes vivent les 20 dernières années de leur vie avec un handicap et/ou une dépendance (vs 16 ans pour les hommes).

Un cinquième de la population française a plus de 65 ans, et 57% sont des femmes ; cette proportion augmente avec l'âge du fait de leur longévité : trois quart des nonagénaires sont des femmes. Les femmes sont davantage touchées par le veuvage et vivent d'autant plus souvent seules à domicile. En EHPAD, les femmes sont majoritaires (60 à 80 % des résidents, 67% à la Maison de la Bièvre).



♦ **La prise en charge médicale des femmes peut être optimisée**

Selon la Fédération Française de Cardiologie :

68% des femmes s'occupent de la santé d'un des membres de leur famille avant de s'occuper de la leur

50% des femmes ne savent pas vers quel professionnel de santé s'orienter

37% des femmes disent manquer de temps pour consulter un professionnel de santé en cas de besoin

♦ **Les maladies cardiovasculaires en tant que 1^{ère} cause de mortalité chez la femme sont sous-estimées**

74% des femmes n'identifient pas les maladies cardiovasculaires comme 1^{ère} cause de mortalité féminine (le cancer étant placé en premier par 63% d'entre elles)

55% des femmes pensent que les maladies cardiovasculaires touchent essentiellement les plus de 50 ans – alors qu'il y a un risque croissant chez les moins de 50 ans.

♦ **Les facteurs de risques spécifiques aux femmes sont peu connus**

65% des femmes seulement identifient la prise d'hormone contraceptive comme un facteur de risque

1/4 des femmes pensent que les périodes clés de leur vie hormonale (puberté, grossesse, péri-ménopause, ménopause) n'influent pas voire diminuent leur risque.

En cancérologie, la diminution globale de la mortalité est le résultat de diagnostics plus précoces, de campagnes de dépistages organisées (cancer du sein à partir de 50 ans, suivi des femmes en gynécologie pour le cancer du col de l'utérus, vaccination des jeunes filles contre le papillomavirus) et d'avancées thérapeutiques importantes, notamment parmi les cancers les plus fréquents.

le cancer du sein se situe en tête (58500 cas en 2018 et 12100 décès), devant Le cancer colorectal (20100 cas et 7900 décès) et le cancer du poumon (15100 cas et 10300 décès) qui a le plus augmenté depuis 2010.



◆ Quelques points positifs émergent cependant

70% des femmes sont à l'écoute de leur corps et font attention à leur niveau de stress, de fatigue etc.

54% des femmes connaissent l'ensemble des symptômes de l'infarctus du myocarde

83% des femmes savent que certains facteurs de risque cardio-vasculaires sont spécifiques à la femme





HORAIRES D'OUVERTURE DU SECRETARIAT

Le secrétariat est ouvert :

Du lundi au vendredi de 9h à 18H

Samedi et dimanche de 10h30 à 17h30

En dehors de ses horaires une permanence téléphonique est assuré par le personnel infirmier (ou le personnel de nuit) au :

01.45.46.05.05

HORAIRES DE VISITE

Tous les jours, à partir de 11h (dérogation possible sur

NOUS ECRIRE

Vous avez une question concernant :

* **L'administration**

Labievre.administration@isatis.asso.fr

* **La facturation**

Labievre.compta@isatis.asso.fr

* **Le médical et soin**

Labievre.idec@isatis.asso.fr

* **L'hébergement**

Gouvernante.labievre@isatis.asso.fr

VOUS AVEZ UNE RÉCLAMATION ?

Un cahier de plaintes et/ou de suggestions est disponible à l'accueil de l'établissement.

Vous pouvez aussi écrire à la direction à l'adresse suivante :

Labievre.direction@isatis.asso.fr

VOS REPRESENTANTS DU CVS

◆ Collège des résidents

Mr BOTHGAL Roger - Ch. 204

Mr KIBURUGUTU Jean-Gratien –Ch. 323

◆ Collège des familles

Mr PAUL Daniel—Président

PRESTATIONS DE SERVICES

Coiffeur



Isabelle LENAIN accueille les résidents tous les jeudis de 13h30 à 18h.

La prise de rendez-vous s'effectue à l'accueil.

Pédicure—Podologue



Prise de RDV auprès du service infirmier