

# LE MÉLO'DIT



Le journal de l'EHPAD Les Mélodies

La vie à l'EHPAD

Animations

La vie au PASA

# UNE BELLE ANNÉE

# AUX MÉLODIES

Janvier 2021 - N°116

**EHPAD**  
les mélodies



## ÉDITO

### Le mot de la Directrice Adjointe **Maëlys PAGES**

*Chers résidents, chères familles, chers lecteurs,*

*L'année 2021 déjà bien commencée, je vous souhaite ainsi que toute l'équipe des Mélodies, qu'elle soit des meilleures, pour vous et vos proches.*

*Nous tâcherons et mettrons tout en œuvre pour vous apporter un accompagnement le plus adapté à vos besoins et souhaits tout en gardant notre sourire (caché par les masques, certes) et notre bonne humeur.*

*Les partenariats, qui ont vu le jour en fin d'année grâce à l'aide de Véronique notre animatrice, avec une musicothérapeute, une médiatrice animale et différents prestataires musicaux notamment, vont continuer de rendre les journées plus belles. Le programme de l'année est déjà bien chargé !*

*Comme vous pourrez le voir, ce mois-ci les résidents ont fêté l'Epiphanie en chanson et en dégustant une délicieuse galette des Rois .*

*Le mois prochain, le Carnaval viendra colorer notre intérieur et le PASA (Pôle d'Activités et de Soins Adaptés) rouvrira ses portes, les préparatifs sont en cours...*

*En attendant, portez-vous bien !*

## LA VIE À L'EHPAD



### *Joyeux anniversaire !*

Madame **Claudine Bouchez**,  
née le 1<sup>er</sup> janvier, fête ses 75 ans.



Madame **Germaine Ranucci**,  
née le 6 janvier, fête ses 94 ans.

Madame **Jane Dautriche**,  
née le 11 janvier, fête ses 98 ans.



Madame **Mireille Fort**,  
née le 7 janvier, fête ses 81 ans.

Monsieur **Marcel Lecourt**,  
né le 16 janvier, fête ses 90 ans.



Madame **Gisèle Roux**,  
née le 29 janvier, fête ses 91 ans.



### *Ils nous ont quittés*

L'ensemble du personnel s'associe à la douleur de leurs proches et présente ses plus sincères condoléances.

Monsieur **Jean-Yves Girard**, résident depuis le 15 octobre 2020, nous a quittés le 3 janvier 2021.

Monsieur **André Barnouin**, résident depuis le 12 février 2020, nous a quittés le 31 janvier 2021.



## *Événements passés*

- Nous avons célébré le mercredi 17 février le carnaval sous le thème «Dansez la Samba» : découvrez en page 4 le menu qui a été proposé.
- Vendredi 19 février a eu lieu la médiation animale avec Lisa.
- Un concert de chansons françaises et canadiennes s'est déroulé le vendredi 26 février à 16h.

# L'ÉPIPHANIE

À L'OCCASION DE L'ÉPIPHANIE, UN SPECTACLE A EU LIEU LE VENDREDI 8 JANVIER

Au programme de cette animation : un récital de chansons françaises, interprété par **Florence Fabret**, ainsi qu'une merveilleuse galette confectionnée par la société de restauration. Conclusion : tout le monde s'est régalé !



## Qu'est-ce que l'Épiphanie ?

**Épiphanie** est un mot d'origine grecque qui signifie «apparition». Selon la croyance Catholique, ce moment de l'année correspond au jour où les rois Mages sont arrivés devant la crèche de Jésus, guidés par une étoile. Ils lui offrirent des présents : de l'or, de la myrrhe (résine issue d'un arbre d'Arabie), de l'encens. En France, l'Épiphanie est fêtée le premier dimanche du mois de janvier et c'est aux alentours de cette date que l'on peut déguster des galettes des rois !

Savez-vous que la tradition de la galette serait bien plus ancienne que ce que nous pensons ? Lors d'un événement appelé Saturnales, les Romains fêtaient le solstice d'hiver avec une galette ou plutôt un pain rond dans lequel ils introduisaient une fève ou une pièce d'or. Lors de cette fête, ils élisaient souverain du jour celui qui trouvait la fève dans le pain rond et en profitaient pour échanger les rôles : les maîtres devenaient esclaves et les esclaves, des maîtres.

## ANIMATIONS.....

# LA NEIGE AUX MÉLODIES

Le 4 janvier 2021, la neige s'est invitée en Provence !



# LE CARNAVAL POUR FÉVRIER

Cette année le thème du carnaval est «Dansez la Samba»

### AU MENU :

Flan de patates douces coco, accompagné de sa sauce de pesto à la coriandre et citron vert

Feijoada  
(haricots rouges, bœuf, lardons, saucisse et chorizo)

Salade d'ananas et mangue  
avec un sirop au maracuja

# FAISONS LA CONNAISSANCE DE NELLY

PORTRAIT DE NELLY, PSYCHOLOGUE DE L'ÉTABLISSEMENT

**Nelly Cerrato** nous a rejoint fin septembre 2021.

Elle est disponible dans l'établissement le lundi de 12h30 à 17h30 et le vendredi de 8h45 à 14h15.

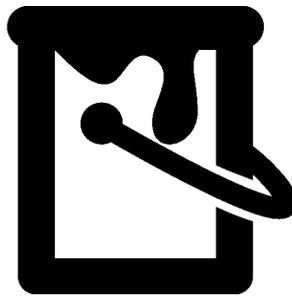
Nelly se rend disponible pour tous les résidents. Il suffit d'en parler à Véronique (l'animatrice) ou tout autre membre du personnel afin qu'elle puisse venir vous voir.

Pour les familles des résidents:  
Si vous souhaitez prendre rendez-vous, il vous suffit d'appeler aux heures de présence de Nelly.

# LE PASA SE FAIT UNE BEAUTÉ

RÉ-OUVERTURE LE 1<sup>ER</sup> MARS

Sandra et Ophélie, les assistantes de soins en gérontologie sont heureuses de vous accueillir de nouveau pour vous proposer différentes activités thérapeutiques.



*Quelques travaux de peinture et de nettoyage ont été réalisés...*

## TRUCS ET ASTUCES DE NOS GRANDS-MÈRES

### VOUS SOUHAITEZ AVOIR LES MAINS DOUCES ?

Nous vous proposons 3 astuces pour avoir l'effet peau de bébé !

**1. Mélangez du sucre avec du citron.**

Poser la pâte sur les mains et les frotter comme si vous vous laviez les mains.

**2. Utilisez du marc de café et de l'eau fraîche.**

Frottez vos mains avec le mélange et rincez-les.

**3. Utilisez du sel marin.**

À la différence des deux premières astuces, il faut mettre beaucoup de sel sur vos mains. Frottez comme s'il s'agissait d'un savon.

Rincez à l'eau claire et sécher !



**MERCI À NOS RÉSIDENTS POUR CES CONSEILS SI PRÉCIEUX !**



☎ Accueil : 04 42 99 38 56

☎ Fax : 04 42 99 38 57

🏠 Résidence Les Mélodies  
Établissement d'Hébergement pour  
Personnes Âgées Dépendantes  
Boulevard du Président JF Kennedy  
13640 LA ROQUE D'ANTHERON

✉ [contact-lesmelodies@mutuellesdusoleil.fr](mailto:contact-lesmelodies@mutuellesdusoleil.fr)

🌐 [www.mutuellesdusoleil.fr](http://www.mutuellesdusoleil.fr)

f [/mutuellesdusoleil](https://www.facebook.com/mutuellesdusoleil)

in [/company/mutuelles-du-soleil](https://www.linkedin.com/company/mutuelles-du-soleil)

Mutuelles du Soleil Livre III

Régie par le Livre II du Code de la Mutualité

SIREN : 444 283 113

LEI : 969500U0AHAS9HYQS496

Siège Social

6, avenue du Parc Borély

CS 60013

13295 Marseille Cedex 8

*mutuelles du soleil*  
NÉES DANS LE SUD

