

**OLYMPIADES : après-midi à l'extérieur
autour de jeux en bois**

Jeudi 3 août

dans le Parc du séquoia

Sortie et goûter au Lac de Maché

Mercredi 30 août à 14h30

Repas des familles : Rappel des dates

- hameau1 « Les Oiseaux » : mardi **12 septembre**
- hameau2 « La Rivière » : jeudi **14 septembre**
- « Le Bois du Ruleau » et « le Relais Détente » :
mardi **19 septembre**
- hameau4 « Les Fleurs » : vendredi **22 septembre**
- hameau5 « Les Vieux Métiers » : mardi **26
septembre**
- hameau 6 « La Forêt » : jeudi **28 septembre**



Le Séquoia



Pique-Nique avec grillades sur le parking de la maison de retraite animé par les ZIM ZIM

AOÛT 2017

JOURNAL DES RESIDENTS 34

Quelques Conseils pour mieux dormir

Pratiquez une activité physique dans la journée. , tout simplement marchez ...si vous le pouvez bien sûr

Evitez de dormir le jour , sauf pour une courte sieste

Evitez de trop manger et boire le soir.



Couchez et levez vous , à heures régulières.

Restez au lit uniquement le temps nécessaire au sommeil.

Si vous vous réveillez souvent , levez vous et pratiquez une activité relaxante , comme lire ou chantez ..!

Ayez un environnement « agréable » dans la chambre.



...Et surtout le soir , ne prenez pas la mixture du druide pour dormir !

....à bientôt - Médecin CO


2

ACTIVITES à venir

FETE des ANNIVERSAIRES

Le jeudi 24 AOUT 2017

à 15h00 dans le hall avec Les copain's



Nom Prénom	Date de naissance	Age
ANGIBAUD Renée	04/08/1921	96
MORNET Florentine	04/08/1924	93
FERRE Emma	06/08/1933	84
GIGAUD Roger	06/08/1927	90
REGNIER Roger	13/08/1930	87
BALLANGER Marie	14/08/1923	94
PRAUD Marie-Louise	15/08/1931	86
DURET Simone	16/08/1923	94
JOLLY Roger	18/08/1930	87
JUTARD Yvette	19/08/1923	94
RAFFIN Marthe	21/08/1929	88
GAZEAU Gilbert	26/08/1933	84
FONTAINE Charlotte	23/08/1932	85

11

Jeux de mémoire avec l'Accueil de jour



Quelques résidents de l'EHPAD ont partagé un après midi de jeux et un goûter avec l'accueil de jour

LES ACTIVITE du mois passé

Fête des Anniversaires de Juillet



L'occasion de danser et chanter ensemble



L'Accueil de Jour « Le Relais Détente »

L'accueil de jour a le plaisir d'accueillir deux nouvelles personnes à partir du mois de juillet Mr COUGHTRIE STAN et MR ORSONNEAU MOISE

Juillet rime avec été



Au programme : sorties : aux jardins de Belleville sur Vie, puis aux Sables d'Olonne où nous avons pris le goûter.

Après midi jeux : chamboule tout et gros palets en bois



Photo souvenir



Merci à Didier pour son accueil

Sortie à la ferme

Didier VERDON nous a accueillis au sein de son exploitation à la Courolière vendredi 7 juillet



Nous avons bénéficié d'une visite guidée avec des explications sur les nouvelles technologies (robot de traite, alarme de vèlage, robot pour nourrir les veaux etc)



Pique-Nique avec grillades sur le parking de la maison de retraite mardi 4 août



Danse, chansons et bonne humeur étaient au rendez-vous

