



Infos vie sociale ...

Jeudi 17 Mai, certains résidents ont eu la plaisir de découvrir les nombreuses fleurs proposées à la « Serre du Sidobre ». L'occasion de choisir une fleur pour embellir leur petite sortie, mais aussi agrémenter les grandes jardinières en granit devant l'entrée de l'EHPAD.

Mercredi 22 Mai, la chorale des aînés de Lacrouzette nous a offert un agréable moment de chants et de bonne humeur. C'est toujours un grand plaisir de les recevoir, merci encore à eux !



L'agenda du mois

Messe

Tous les Mardis à 10h30

Culte Protestant

Tous les 3eme Jeudis du mois

Jeudi 14 Juin

Journée champêtre à St Pierre de Trivisy avec les autres EHPAD de la région

Jeudi 21 Juin

Repas de l'été et fête de la musique au Mailhol avec Dominique Jeanneau

Mercredi 27 Juin

Anniversaires du mois

Pour les anniversaires du mois de Mai les résidents ont pu apprécier l'accordéon de Dominique Jeanne mais aussi déguster le gâteau qui leur était dédié !!! Certains se sont lancés sur la piste de danse improvisée dans le salon.





Le Zoom du mois...

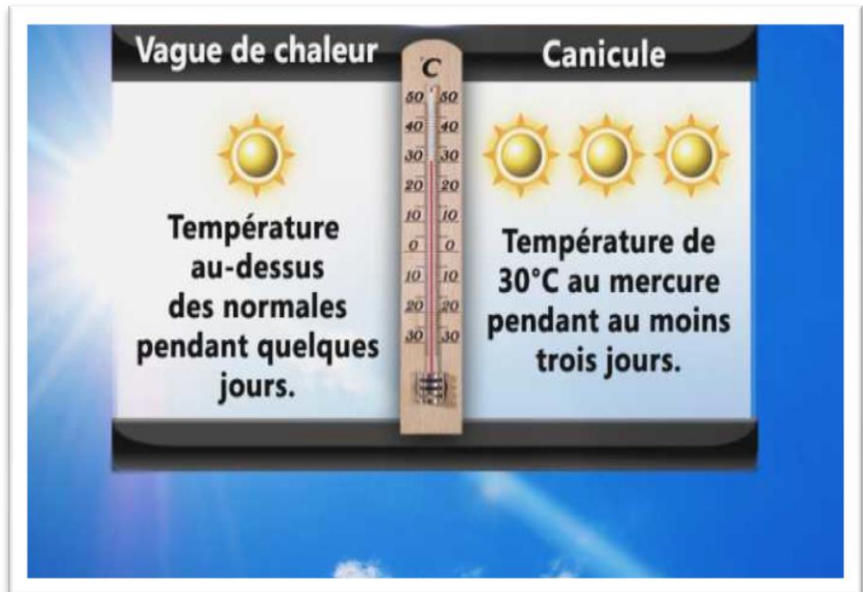
LE PLAN NATIONAL CANICULE est activé ...



Réchauffement climatique oblige, les épisodes de forte chaleur sont en plus fréquents. En mai, l'Europe et notre région ont connu des températures élevées et de nombreux orages, inhabituels en cette saison. Il est donc essentiel de se montrer vigilant, d'autant les effets néfastes de la chaleur peuvent apparaître **dès les premiers pics de température.**

La Canicule ?

Une forte chaleur.
Des températures diminuant très peu la nuit.
Une vague de chaleur qui dure sur plusieurs jours.



Le premier échelon du Plan national canicule, «veille saisonnière», a été activé automatiquement, ce vendredi 1er juin, et le restera jusqu'au 15 septembre par le ministère de la Santé.

Le plan canicule

Quatre niveaux	Départements placés...	...en vigilance par Météo-France
4 rouge		
	Mobilisation maximale Déclenchée en cas de canicule aggravée (rupture de l'alimentation électrique, pénurie d'eau potable, saturation des établissements de santé)	
3 orange		
	«Alerte canicule» <ul style="list-style-type: none"> ● Déclenchée par les préfets en lien avec les Agences régionales de santé ● Dispositions prises dans les maisons de retraite et hôpitaux en faveur des personnes âgées ● Les communes contactent les personnes âgées isolées 	
2 jaune		
	«Avertissement chaleur» <ul style="list-style-type: none"> ● Probabilité importante de passage en vigilance orange canicule dans les jours qui viennent ● Maisons de retraites, hôpitaux, crèches en alerte 	
1 vert		
	Veille sanitaire Veille saisonnière activée chaque année du 1 ^{er} juin au 31 août	



Le Zoom du mois...

LE PLAN NATIONAL CANICULE est activé ... à l'EHPAD !

Notre établissement reste en vigilance et les différentes mesures du Plan National vont être mises en œuvre pour s'assurer de prévenir tous les risques pour nos résidents.

Le personnel sera - comme chaque année - sensibilisé aux mesures indispensables pour prévenir et limiter les effets de la forte chaleur : mise à disposition de ventilateurs, brumisateurs, stock d'eau, repérage des personnes à risque, repérage des pièces et zones trop chaudes, distribution de collations hydratantes, actions d'informations et de vigilance...

10 conseils



1. Porter un chapeau pour les sorties
2. Porter des vêtements légers
3. Éviter les sorties aux heures les plus chaudes
4. Eviter les efforts physiques
5. Se rafraîchir : brumisateur, ventilateurs...
6. Boire régulièrement de l'eau
7. Fermer les volets la journée pour garder la fraîcheur
8. Ouvrir les volets au moment les plus frais de la journée (le soir)
9. Manger des plats froids, des fruits et des légumes
10. Et surtout **SIGNALER RAPIDEMENT** en cas de signe d'alerte : maux de tête, nausée, fatigue inhabituelle, crampes, vertiges.

En période de fortes chaleurs ou de canicule

Personne âgée
Je mouille ma peau plusieurs fois par jour tout en assurant une légère ventilation et ...

Je ne sors pas aux heures les plus chaudes.

Je passe plusieurs heures dans un endroit frais ou climatisé.

Je maintiens ma maison à l'abri de la chaleur.

Je mange normalement (fruits, légumes, pain, soupe...).

Je bois environ 1,5 L d'eau par jour. Je ne consomme pas d'alcool.

Je donne de mes nouvelles à mon entourage.

SAMEDI 07 JUILLET 2018

EHPAD « Le Mailhol »

LACROUZETTE

14h00

INAUGURATION



Vous êtes invités à venir découvrir notre nouvel espace extérieur.

Dégustation du goûter gourmand préparé par nos résidents

à partir de 15h00



Développement Durable

Les différents travaux entrepris dans le jardin ont bien avancé. On remercie spécialement les familles de M. RECORD et M. BOYER pour leur fournitures de plants de légumes, des poules et du coq !

Les pergolas ont été installées et scellées au sol, les bancs vont être scellés, les poules ont pris leurs marques dans le poulailler et ont commencé à pondre des œufs, le coq règne - *presque* - en maître sur sa basse cour ! Les plants de tomates, de courgettes, de poivrons ont été plantés, les jardinières suspendues du sentier des senteurs sont en cours d'installation, les bacs surélevés vont être garnis de plants de salades...

Les résidents profitent déjà de ces nouveaux espaces quand le beau temps le permet...



Vous pourrez découvrir toutes ces nouveaux espaces le Samedi 07 Juillet 2018 pour l'inauguration

À VENIR
BIENTÔT!

Nous vous avons présenté lors de la dernière lettre le projet avec la mission « *Enfance Jeunesse* » de la Communauté de Communes Sidobre Vals et Plateaux.



Nous aurons donc l'occasion d'accueillir du Lundi 09 au Vendredi 13 Juillet les jeunes qui viendront participer à l'amélioration du cadre de vie extérieur. Encadrés par leur animateur, un bénévole et des agents ils vont, bricoler, creuser, maçonner, clouer, peindre...mais aussi partager du temps avec les résidents au cours de ces activités.



Nichoirs

Spirale à aromatiques

Hôtel à insectes

Bonhommes du jardin

Nous remercions toutes les personnes qui pourraient nous fournir gracieusement de la matière d'œuvre pour ces réalisations : pierres, terre végétale, tuiles, pots de terre cuite, plants d'aromates, plaques de bois, palettes...

Renseignements au 05 63 70 42 30



Le temps du repas de midi à l'EHPAD !

Le temps des repas constitue un moment privilégié et essentiel de plaisir, de sociabilité et de convivialité, c'est aussi une question d'attentions, de qualités humaines.

A la maison de retraite, *dès le matin* le cuisinier en poste s'active pour préparer le repas de midi en fonction des menus élaborés par la chef de restauration, privilégiant les produits locaux transformés sur place. Les menus validés par une diététicienne assurent aux résidents un équilibre alimentaire adapté et primordial.

En fin de matinée, dans la salle à manger, on s'active : mettre la table, préparer le pain, l'eau, le vin... Résidents et agents travaillent ensemble pour que les tables soient prêtes à accueillir les premiers résidents.

L'organisation dans notre EHPAD a été définie de sorte que les soignantes puissent être disponibles et présentes auprès des résidents les plus dépendants le temps du repas. *Tous les jours, à 11h30*, elles accompagnent, aident et favorisent l'autonomie de chacun, connaissant chaque projet de vie, chaque situation. Chaque résident est ainsi pris en charge avec ses particularités. L'infirmière approche son chariot à médicaments et s'assure alors de la distribution de chaque traitement



Côté cuisine, on s'active toujours pour préparer le service de midi. Les agents Hôteliers apportent un soutien essentiel pour le service à table et le poste de la plonge... où la vaisselle va très vite arrivée en masse.

A midi, soignantes et Hôtelières accueillent et accompagnent les résidents qui s'installent à leur table ! Pas d'inquiétude, chacun connaît sa place !

Les plats sont envoyés par le cuisinier, les chariots de service se remplissent et le personnel assure le service à l'assiette.

En plonge, l'activité s'intensifie...

13h00, le café est servi, les résidents regagnent leur chambre ! Il est temps maintenant de remettre en état la salle à manger et ranger la vaisselle ! Tout doit être prêt, car à 17h30 : on recommence !

