

Bulletin de EHPAD LA DEYMARDE

- Édition du 28 févr. 2025 -

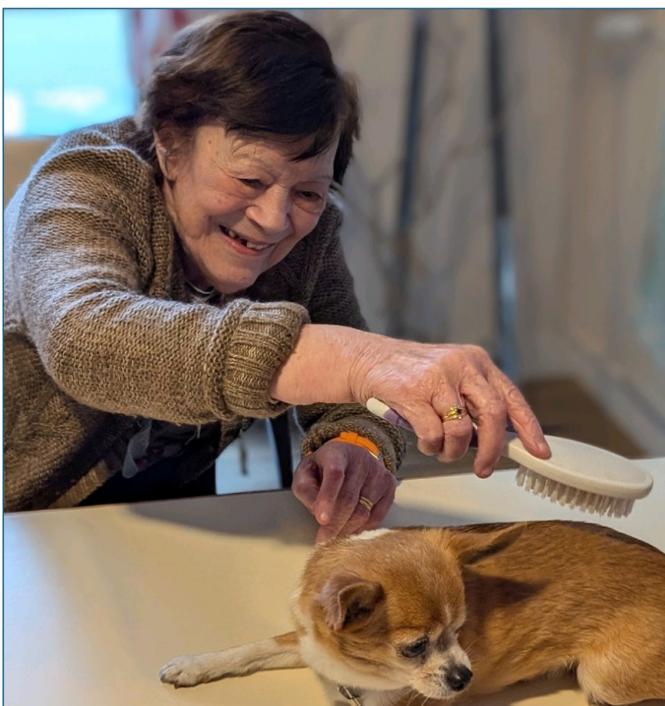


Mot d'accueil

Bonne lecture



Petit temps de jeu



Petit temps de plaisir partagé



Concours des primo vaccinés contre la grippe et la Covid : remise des lots aux gagnants.



Mme Baëza directrice de la Résidence présente ses voeux pour l'Année 2025.



Voeux 2025 : Les galettes ont été dégustées au rythme des tambourins et reines et rois étaient nombreux



Repas festif en soirée du 31 janvier 2025



Sortie à l'opéra d'Avignon



Sortie à l'opéra : Wagner était à l'honneur





Médiation animale février 2025 . Rencontre avec une rate ...



Médiation animale février 2025



Découverte de nouveaux chants pour la chorale



En route pour le marché d Orange



Sortie au marché : petite pause
chocolat chaud



Lumeen : outil au service du bien être des résidents et des salariés



Loto de la St Valentin

VAUCLUSE matin
 Edition provençale | 84
 Jeudi 20 janvier 2025 1,40 €

Vaucluse | Des cours d'escrime sont donnés dans des Ehpad

La santé des aînés au bout du fleuret

André Platko donne des cours d'escrime pour les résidents de plusieurs Ehpad du Vaucluse. Une activité qui permet aux aînés de maintenir un certain entraînement physique et cérébral. Et en plus, c'est bien pour le moral ! Le DR, Christophe Agostini

Cyclisme # 29
 Vingegaard et Pogacar à l'affiche du Critérium

Vaucluse # 3
 Attentat à Apt : l'assailant mis en examen

Vaison-La-Romaine # 17
 Après le dojo, une autre salle de sport en projet

INTERVALLÉ PAR L'ARDECHE
 Villages perchés, toitures cachées...
 100 photos de la région en 100 pages.

BON DE COMMANDE
 200 € de matériel matériel...
 200 € de participation à l'essai

Orange

Une leçon d'escrime en Ehpad pour le sourire et la santé

André Platko intervient dans les Ehpad pour donner des leçons d'escrime. Avec un double objectif : donner le sourire aux résidents et leur faire travailler les articulations, comme ici à La Deymarde à Orange.

« On s'assoit, en plein ! Et ce mercredi matin, dans la salle à manger de l'Ehpad La Deymarde, carottes feutes et échauffement, les lames en plastique des fleurets s'affrontent. André Platko enseigne l'escrime. Deux fois par mois, ses élèves qui ont plus de trois fois vingt ans, ne sont pas venus pour remporter des médailles. Ce sport n'est qu'un prétexte. Une activité pour que les aînés bougent. En collaboration avec le Cercle d'escrime orangeois, André Platko, arbitre international, notamment lors des JO 2008 à Rio, s'est reconstruit depuis 2021 dans l'enseignement de l'escrime en créant sa société, pour évoluer depuis deux ans avec les personnes âgées. L'escrime est la vie. La passion que son père lui a transmise, alors que celui-ci est aujourd'hui résident dans un Ehpad à Mison. C'est donc un peu par procuration qu'André Platko donne de son temps. En pensant à lui : « Aller, on pousse sur les bras, on va aller le plus haut possible. Ça rime, vous sentez que ça travaille. C'est bien Débert, quelle vitalité ! Ici, il est effectivement question de sport mais surtout de santé comme le démontrent, gestes à l'appel, le professeur. »

« Quand ils ont le sourire, je sais pourquoi je suis venu »

« Nous débutons toujours la séance par le salut, puis par un échauffement des deux bras avec les huit positions de l'escrime. Sans forcément touter et tous y prêtent attention, les aînés ont déjà débrouillé leur séance physique. Parce que les gestes demandés par André Platko, paroles, riposte, permettent de faire travailler les épaules, les articulations, un élément essentiel pour des personnes sédentaires. »

« Le jeu, il y a des objectifs ». Le but déjà, c'est qu'ils soient de leur chambre, qu'ils participent. Au Sacré-Cœur à Orange, j'ai une dame brésilienne. Elle a les jambes et beaucoup d'humour. Le but c'est de bouger mais aussi qu'on rigole. Quand ils ont le sourire, je sais pourquoi je suis venu. Selon les maisons de retraite où il officie, il y a des personnes de l'unité Alzheimer. Elles ont besoin d'un déambulateur ou en fauteuil roulant. L'animation est adaptée. Pour André Platko, il faut savoir doser les interventions, pour se mettre à la portée de chacun. Certains résidents s'amusent entre eux ou à piquer les lames de l'interlocuteur, d'autres ont besoin de confiance, de conseils ou d'être un peu timides. Le temps tourne. La séance dure une heure environ. André Platko va voir chacun, lui indique les gestes. Il sort des exercices et demande aux résidents de les faire tourner avec la lame. « Vous n'êtes pas du matin, vous... C'est interactif, l'humour en bandeau... »

re pour encourager : « C'est bon, on va avoir un contrat au Cirque du soleil ! Les progrès sont visibles et l'activité escrime fait du bien. C'est l'avis de Carole Le Padellec, animatrice à La Deymarde. « Il y a des personnes très angoussées, la personnalité d'André les apaise. Ils pensent à Zorro ! Ils sont à la fois acteurs et spectateurs, il y a de l'interaction. Cela leur permet de sortir de leurs problèmes. Je vois bien l'évolution ». Ce que confirme André Platko en fin de séance, adressant à ses apprentis escrimeurs : « Je vous félicite. Les mouvements sont plus rapides, cela progresse. Et Débert était en pleine forme... »

• Stéphane Hane

On en parle dans la presse

Joyeuse St Valentin



Les papilles des résidents ont été sollicitées avec un menu spécial St Valentin Kir royal et amuse bouche Salade au chèvre chaud Pavé de saumon au Pesto et ses légumes grillés Pommes duchesses Plateau de fromage Panacotta et son coulis de fruits rouges



Atelier Gym douce



Jeux de société : les dominos étaient à l'honneur mardi 18 février 2025



L Afrique et ses animaux sauvages étaient à l honneur pour ces voyages virtuels que nous avons fait ce mercredi 19 février 2025



Les soignantes chantent "Monsieur Carnaval" avec les résidents



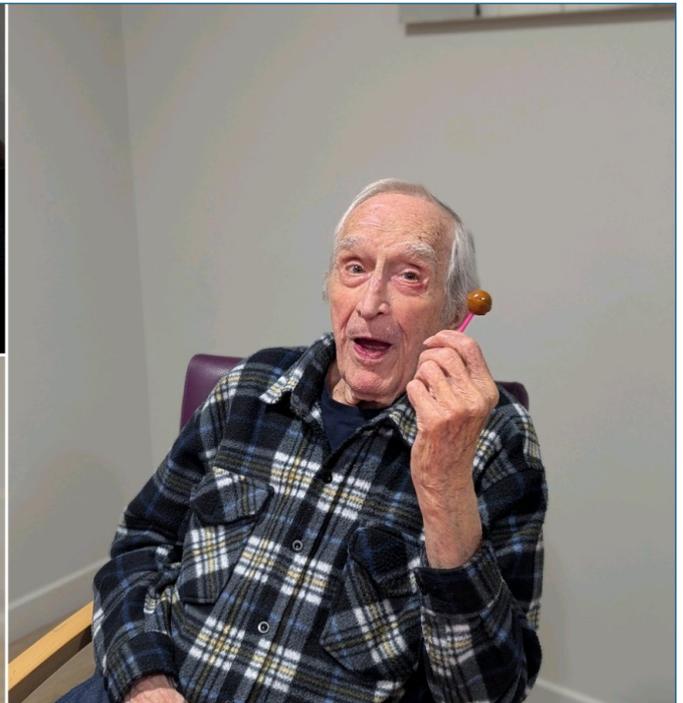
Les joueurs de belote se sont donnés rendez-vous.



Vendredi 21 février préparation des masques de carnaval avec le Pasa



Les résidents ont passé un bon moment mais il est temps de ranger avec soin toutes ces belles productions



Repas festif en soirée du 21 février.



Sucette traditionnelle de fin de soirée



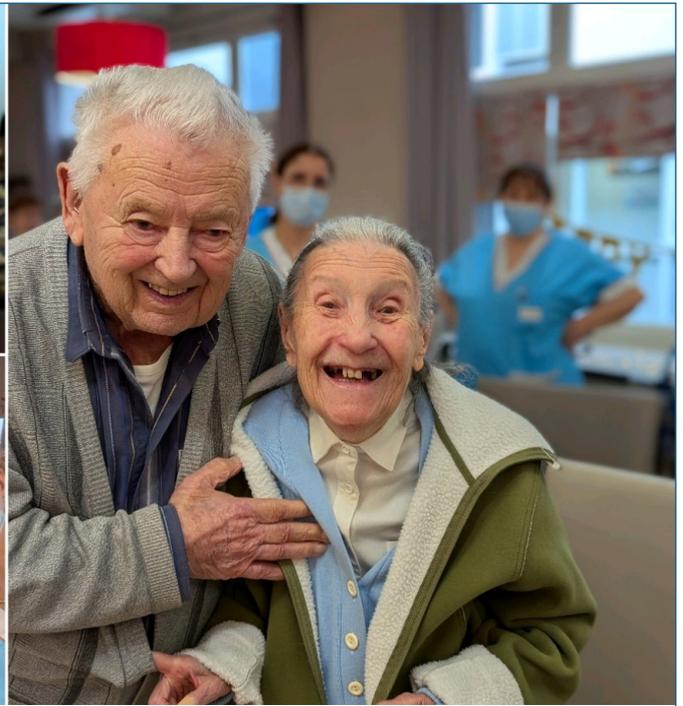
Il y en avait pour tous les gourmands



Jeux de balle



Beau moment de retrouvailles



Beaux moments d'amitié et de complicité durant la fête des anniversaires.



Nous fêtons les anniversaires du mois de février.



Faire la fête c'est bon pour le moral



L'ambiance était contagieuse



La joie c est contagieux

Joyeux anniversaire à...



- Andree ADGE
(2 février)

- Christian ROUX
(5 février)

- Marie CHARBONNEL
(6 février)

- Therese AUBERT
(6 février)

- Henriette LECOMTE
(8 février)

- Jean BOURG
(15 février)

- Annie VILLANELLI
(21 février)

- Georgette FRABOULET
(23 février)

Nous souhaitons la bienvenue à...



- Guy COTTEL

- Magali SAFON

Une pensée pour...



- Odile CHABERT

À venir...



La St Patrick et le Carnaval se préparent, mais chut c'est une surprise !