

Journal interne de la Résidence Le Parc de Montfort

Juillet
2022



A travers ce journal, découvrez La Résidence Le Parc de Montfort en toute singularité.

Découvrez nos résidents étonnants, nos professionnels passionnés, nos projets accomplis et futurs, nos activités phares et pleines d'originalité.

Édito

« Un lieu de vie avant une Résidence... »

aimait dire Clémentine PERNEL qui a passé le flambeau de la Direction du Parc de Montfort à Catherine Colin, le 1^{er} Juin !

Catherine COLIN

Directrice
de la Résidence
Le Parc de Montfort



Et quel flambeau ! Une résidence comme une grande maison d'hôtes, un microcosme riche de la singularité de chacun et de la force de tous, résidents, familles, amis, personnels soignants, hôteliers, administratifs... Pour la nouvelle directrice que je suis, le défi est de taille et pourrait se résumer ainsi : « faire cohabiter » et « maintenir la flamme ».

Mais plus prosaïquement, pour cet été, il s'agira de vivre le mieux possible les pics caniculaires, de maintenir à distance le nouveau variant B5 du Covid, de pallier les difficultés d'approvisionnement liées à la situation internationale et déjà de préparer l'hiver en gérant les travaux qui s'imposent.

Heureusement, pour ce faire, je sais pouvoir m'appuyer sur des professionnels que les difficultés n'effraient pas et sur des aidants compréhensifs et aimants.

Merci à toutes et tous pour votre accueil et votre générosité. Je m'efforcerai d'en être digne au seul bénéfice du bien-être de nos résidents.

Bel été à toutes et à tous !

L'au « Revoir » de Clémentine Pernel

Chers tous,

C'est avec une grande émotion (et déjà beaucoup de regrets) que je vous adresse ce message pour vous faire part de mon départ le 4 juin prochain.

Aussi attachée que je puisse être à la Résidence du Parc de Montfort, une nouvelle opportunité professionnelle s'offre à moi et je m'envole vers de nouvelles aventures.

Quelle expérience, quelle richesse j'ai pu vivre durant ces 5 années auprès de vos parents.

Alors merci ! Merci de m'avoir confié la responsabilité de prendre soin de vos proches. Je sais combien il est difficile d'aller vers nos institutions.

Assurément, les défis ont été nombreux et les récents évènements ont de toute évidence affectés chacun d'entre nous.

Mais j'ai confiance en nos structures, en ces résidences, qui, au-delà de leurs difficultés, sont des lieux d'échanges, de partage, de rires et de bonheur. J'emporte avec moi de beaux moments, de belles histoires, et surtout des relations authentiques.

Accepter que certaines rencontres soient éphémères a été parfois douloureux. Ce métier est profondément humain et je ne saurais imaginer ma carrière autrement, mais surtout, je ne pourrais pas la concevoir sans contribuer à l'amélioration de l'accompagnement de nos aînés. Je me suis confortée dans l'idée qu'être en accord avec ses convictions et donner un sens à son travail est essentiel.

Je remercie toutes celles et ceux qui croient et qui continueront de croire en notre bel établissement. Moi, j'y crois !

Une page se tourne, mais quel chapitre incroyable !

Si je pars le cœur lourd, je fus néanmoins ravie de partager le 31 mai dernier un moment avec celles et ceux qui ont eu la gentillesse de venir partager mon pot de départ, rencontrer mon successeur, Madame Catherine Colin... qui reprend le flambeau de la Direction du Parc de Montfort dès le 1^{er} juin.

Avec toute ma sincérité,

Clémentine PERNEL



Coup de projecteur

Quelques ateliers que les résidents apprécient !!



ATELIER ECRITURE....

Parmi les différents ateliers proposés, il y en a un qui est particulièrement apprécié...
L'atelier Ecriture.

Ariella propose souvent aux participants d'aller toujours un peu plus loin !

Comme dit quelqu'un....
« ECRIRE, c'est toujours réécrire »
La bienveillance d'Ariella, ainsi que ses mots encourageants, redonnent confiance aux personnes qui se joignent à cet atelier

Ariella a mille et une idées pour son atelier d'écriture : elle peut ainsi proposer de décrire certaines scènes, d'inventer des dialogues, de raconter certaines périodes de leur vie...
Néanmoins, leurs préférences actuelles sont les dictées ainsi que l'écriture de poèmes,



D'ailleurs, petite parenthèse, quand vous écrivez, efforcez-vous de vous couper de toute distraction extérieure, et pensez "description, émotion, action".
Exprimez ce que vous avez fait, ce que vous avez vu, ou même, ce que vous avez ressenti.
Bref, parlez-nous de vous !



ATELIER JARDINAGE...



Début Mai, dès que les températures se sont radoucies, la saison des géraniums a été déclarée ouverte !

Les géraniums ou pélargoniums sont les vedettes incontestées des terrasses et balcons. Ils sont appréciés par leur longue et abondante floraison qui dure de la fin du printemps aux gelées.

A tout début du printemps, Ariella, comme à son habitude à guidé certains résidents dans cette réalisation,

Médiation animale...



Si le contact avec les animaux présente de nombreux bienfaits, il est rappelé que ce n'est pas l'animal lui-même qui soigne ; il est là pour favoriser le bon déroulement de la thérapie menée par le praticien.



Le contact avec l'animal permet de diminuer le stress et l'anxiété. Il a été démontré que le simple fait de caresser un chat fait baisser la tension artérielle et le rythme cardiaque

L'interaction avec l'animal favorise la communication et aide le patient à verbaliser ses ressentis.

L'animal peut également agir comme un miroir : son comportement va traduire l'état interne de la personne qui lui fait face, même si celle-ci ne l'exprime pas.



Pour les personnes âgées ou déficientes, l'interaction avec l'animal stimule, éveille l'intérêt et permet de réactiver la mémoire.

Elle amène les personnes présentant des difficultés motrices à bouger plus facilement, en leur faisant oublier momentanément leurs difficultés,



Des balades pleines de poésie..... Avec Tifenn

Imaginé par Tifenn Le Roux, notre psychologue, le Parc abrite désormais un parcours cognitif



Au gré des promenades vous profiterez des espaces aménagés, autour de différents thèmes, qui évolueront au gré des saisons.

Cet été : la galerie de photos et ses moulins à vent, la rêverie champêtre et ses coquelicots, l'arbre des pensées, la volière et la promenade fleurie.



Sur un mode contemplatif, ou participatif à chaque tableau, vous pourrez poser en famille !



Ce parcours poétique invite les résidents (et leur famille) à renouer avec leurs sens et favorise l'exploration naturaliste



Chaque espace est prétexte à la réflexion, au partage, à la communication, à la lecture de citations, favorisant ainsi la réminiscence.

Chacun d'eux jalonne un parcours, guide et offre, tout au long du chemin, des haltes grâce à de nombreux bancs.



La réalisation des espaces fait également l'objet d'exercices lors des ateliers thérapeutiques, proposés au sein du PASA.



Une bonne nouvelle !

Belle continuation à Sarah...

Sarah est arrivée au Parc de Montfort en Janvier 2020, pour un stage, destiné à finaliser son BTS d'Assistant de Manager,

Son diplôme en poche, elle se voit confier le poste de Secrétaire Administrative & Comptable, à partir d'août 2020

Chargée principalement du suivi administratif et commercial du Parc de Montfort, il lui arrivait d'assurer l'accueil où vous l'avez peut-être rencontrée.

Ayant brillé par sa polyvalence, son implication et son sens des responsabilités, DomusVi vient de lui offrir un poste d'Assistante de Direction à... la Résidence « Le Clos St Jean » de Gargenville.

Nous la félicitons tous chaleureusement
et lui souhaitons plein épanouissement dans ses nouvelles responsabilités

Bon Vent Sarah !!



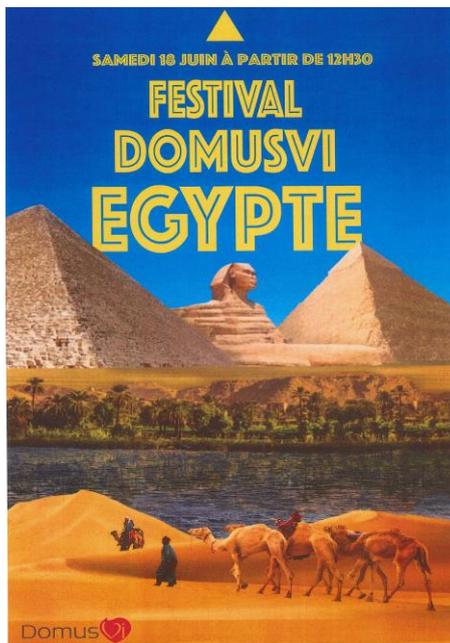
Les speeches de Sarah et C. Pernel



Un bien sympathique partage avec les résidents et le personnel du Parc pour fêter le départ de Sarah



Le Festival d'été de DomusVi...



Le 18 Juin dernier, Catherine Colin, notre nouvelle Directrice, avait la joie de proposer pour la première fois le « Festival d'été de DomusVi », qui avait cette année pour thème : l'Egypte !

Nombreuses furent les familles des résidents qui répondirent par la positive. Et comme à son habitude, notre Chef, Xavier, leur avait concocté un repas qui, visiblement, fut apprécié de tous !



Apéritif :

Cocktail Cairete
Accompagné de
ses toasts
méditerranéens





Entrée :

Taboulé libanais
accompagné de ses
samoussas et
poivrons marinés



Plat de Résistance :

Courgette farcie à
l'égyptienne et
riz sauvage



Fromage :

Féta à l'huile d'olive



Dessert :

Brochette d'ananas infusée à la
menthe, avec sa boule de glace
à la vanille et sa tuile d'agrumes





Quand le spectacle de danse commence... les applaudissements se font entendre !



Moral au beau fixe !

Actualités

À noter

REPAS «INVITÉ» ou REPAS «GOURMET»

Un anniversaire à fêter ?
Ou juste profiter de déjeuner ensemble...

Renseignez-vous auprès de l'accueil :

- **Repas Invité** : prévoir à minima la veille pour le lendemain,
- **Repas « Gourmet »**, prévenir une semaine à l'avance pour que notre Chef-Cuisinier puisse vous proposer un menu élaboré à l'occasion d'un évènement particulier...

MOMENT DE BIEN-ÊTRE

Détendez vous !

Chaque lundi matin, de 11h00 à midi, au salon de coiffure, Ariella, notre Animatrice propose de prendre soin des mains de nos résidents, Moment de détente assuré !



KARL « Le Pianiste »

Un lundi sur deux,
de 14h30 à 15h30,
Profitez de ce merveilleux musicien aux doigts magiques...



Informations Cultes

Eglise Catholique de France : Paroisse St Pierre de Montfort l'Amaury

3 rue de la Treille
78490 Montfort l'Amaury
Tel. 01.34.86.01.43

Curé : Père Olivier Turroques
Vicaire : Père Christophe Roumégous

Accueil :

du Lundi au Vendredi de 10h00 à 12h00
Permanence le Samedi de 10h00 à 12h00

Messe

Tous les Dimanches à 11h00

Eglise Protestante Unie de France

49 rue Gambetta
78120 Rambouillet
Tel. 01 30 88 81 09

Mme Le Pasteur Anne Petit

Culte

Tous les dimanches à 10h30

Sur Méré :

Mme Campo Tel. 01.34.86.10.94

Sorties proposées aux résidents

Sortie au Cinéma : joie indéniable



Retrouver les salles obscures fut une joie incontestable pour nos amateurs de grands écrans :
Film vu : Qu'est-ce qu'on a tous fait au Bon Dieu !!

Et un Restaurant avant le Cinéma



Sortie complète en ce jour d'Avril : La cerise sur le gâteau !
Avant d'aller au Cinéma, nos résidents, amateurs de petits plaisirs bien sympathiques, se sont retrouvés , en compagnie de Laura et Ariella, au Restaurant où furent appréciées tartiflette, magret de canard, steak pommes rissolées, pommes en robe des champs...
Une belle régalade !



Esthéticienne (en photo)

Madame Sabine PARISOT

Un jeudi/mois de 14h30 à
17h00 (**le 1^{er} jeudi du mois**)

Psychomotricienne

Madame Laura ROSENFARD

Le Lundi de 9h15 à 17h30
Le mardi de 9h15 à 17h00
Le Jeudi de 14h à 20h

Psychologue

Madame Tifenn Le Roux

Le Lundi de 9h15 à 17h30
Le mardi de 9h15 à 17h00
Le Jeudi de 14h à 20h

Coiffeuse

Madame Isabelle MAFRAND

Les lundi et mardi
de 10h à 16h

(Rdv auprès de l'accueil)

Pédicures

Madame Anne TROGNON

Monsieur Alexandre LEGENDRE

Madame Catérina BOUCHEREAU

Le mardi de 8h à 11h

(Rdv auprès de l'accueil)

**Bienvenue à notre
nouvelle collaboratrice,
Nathalie DEPAIX,**

Bienvenue à Nathalie,
qui prend le relais de Sarha, en tant que
Secrétaire Administrative et Comptable...

**Family-Vi,
le réseau social
de la Résidence**

La Résidence du Parc de Montfort partage tous ses moments forts sur son site internet Family-Vi afin de privilégier les liens si précieux avec nos aînés.

Suivez les activités, évènements, sorties organisés !
Découvrez notre quotidien grâce aux photos.

N'hésitez pas à les commenter, d'y adresser vos messages que nous ne manquerons pas de transmettre à vos êtres chers...

Vos codes de connexion sont à votre disposition auprès d'Ariella ou de l'Accueil,

www.familyvi.com

Quand les enfants viennent au Parc...

En Avril, les enfants à la recherche des œufs de Pâques !

Nous avons eu la joie de voir arriver un charmant groupe d'enfants d'un centre aéré voisin !



Que de douces complicités entre nos résidents et cette jeunesse !



Belles rencontres intergénérationnelles qui permettent de sympathiques partages, des échanges spontanés



Ce moment fut une formidable occasion de passer une belle et agréable après-midi pour petits et grands !



ACTIVITES DU PASA...

Le PASA est un Pôle d'Activités et de Soins Adaptés.

Cet espace, aménagé dans notre résidence du Parc de Montfort, est dédié à l'accueil des résidents atteints de la maladie d'Alzheimer, ou de maladies neuro dégénératives, durant la journée

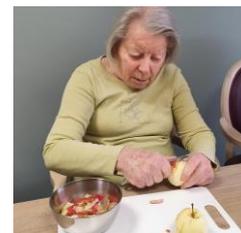
L'objectif du PASA est de créer une unité de vie confortable et sécurisée au sein de l'Ehpad.

Grâce à des activités sociales et thérapeutiques, il permet de stimuler les résidents et de maintenir au maximum leur autonomie

Cet espace PASA permet une prise en charge des résidents présentant des troubles de comportement modérés, **un à plusieurs jours par semaine, avec un accompagnement à visée sociale et thérapeutique.** Pour ce faire, des activités sont organisées par l'équipe du PASA (composée de psychologue, psychomotricien et assistant de vie en gérontologie) et pour chaque résident individuellement, en fonction de son projet de vie

Les finalités du PASA sont multiples :

- **maintien** des capacités et facultés,
- **promotion** des relations et liens sociaux,
- **réduction** des troubles du comportement,
- **respect** de la personnalité du résident.



Pour parachever le tableau, le PASA est un espace dont l'environnement architectural est conçu pour offrir au résident un lieu de vie confortable, rassurant et stimulant. D'un côté, tout est mis en œuvre pour maintenir les capacités du résident, mais de l'autre, on évite de le sur-stimuler pour prévenir la confusion et l'agitation.

En ce début juillet, Laura, Psychomotricienne, et Christine, Assistante de Soins en Gérontologie, ont accompagné quelques résidentes, lors d'un atelier cuisine...

Préparation et réalisation, toutes ensemble, dans la joie et la bonne humeur, d'un gâteau aux pommes...

Un délice !



Epluchage des Pommes



Préparation de la pâte, léchage des doigts fous-rires,... Et dégustation !



ET SUR MONTFORT L'AMAURY...

Mairie de Montfort l'Amaury

36 rue de Paris
78490 Montfort l'Amaury

lecabinetdumaire@montfortlamaury.fr

Du lundi au vendredi de 9h00 -12h00 & 13h30 -17h30

Le samedi de 9h00 à 12h00 (sauf exceptions)

Tél. 01 34 86 23 45 - Fax. 01 34 86 74 17

Centre Communal d'Action Sociale

17 place Robert Brault
78490 Montfort l'Amaury

ccas@montfortlamaury.fr

Tel. 01 34 86 23 46/47

Maison du Tourisme et du Patrimoine

3 rue Amaury
78490 Montfort l'Amaury

tourisme@montfortlamaury.fr

Tel. 01 34 86 87 96

Centre municipal des Loisirs Bibliothèque

3 place Nickenich
78490 Montfort l'Amaury

bibliotheque@montfortlamaury.fr

Tel. 01 34 86 23 62

Train - Ligne N Dessertes, itinéraires et horaires sur : www.transilien.com

Montfort l'Amaury / Paris Montparnasse

Gare de Montfort l'Amaury-Méré / Gare Paris-Montparnasse

Le centre-ville de Montfort l'Amaury est à 3km de la gare de Montfort l'Amaury – Méré.

Pour se rendre ou revenir du centre-ville de Montfort l'Amaury :

- voie piétonne (D76) : environ 35mn

- voie cyclable (D76) : environ 10mn

- transport à la demande :

- Taxi
- Rezo Pouce (co-voiturage organisé)
- cars Transdev

Bus et cars

Lignes express

[Ligne 67](#)

Montigny-le-Bretonneux / Houdan

Lignes complémentaires :

[Ligne 5](#)

Montigny-le-Bretonneux / Les Mesnuls

[Ligne 17](#)

Transport à la demande TAD :

Le passe Navigo est valable dans le TàD.

Je réserve mon trajet en ligne ; 20 jours avant et jusqu'à 20mn avant le départ

Appli mobile : www.tad.idfmobilites.fr ou tél. 09 70 80 96 63

J'indique mon lieu de départ, ma destination, la date et l'heure à la quelle je souhaite arriver

Je confirme le trajet qui me convient La plateforme me propose les horaires disponibles

Les arrêts autour de Montfort l'Amaury

- Gare de Montfort-Méré
- Lycée Jean Monnet, La Queue Lez Yvelines
- Allée des Sycomores (proche de la piscine et du stade de Montfort)

Recette d'été !



Entrez en cuisine cet été !

TERRINE DE CHEVRE AUX POIVRONS

Réalisez une belle entrée d'été, à base de poivrons rouges et jaunes, d'une crème au chèvre, à préparer la veille et à déguster bien frais

Préparation : 35 minutes

Cuisson : 40 minutes

Ingrédients pour Pour 6 à 8 personnes

- 400 g de [chèvre frais](#)
- 1 botte de [ciboulette](#)
- 4 feuilles de gélatine
- 3 [poivrons](#) rouges
- 1 gousse d'ail
- Petites [olives](#) niçoises
- 3 poivrons jaunes
- 20 cl de crème fraîche liquide
- Fleur de Sel/Poivre du moulin

Préparation

1. La veille : Préchauffer le four à 200 °C.
 2. Laver les poivrons et les déposer sur une plaque. Laisser brunir 35 minutes.
 3. Les déposer dans un saladier et les filmer jusqu'à ce qu'elle refroidisse.
 4. Mettre les feuilles de gélatine dans l'eau froide.
 5. Porter la crème à ébullition.
 6. Egoutter les feuilles de gélatine et les incorporer dans la crème en fouettant. Réserver.
 7. Ecraser le fromage de chèvre dans un saladier. Ajouter la ciboulette ciselée.
 8. Peler et presser la gousse d'ail.
 9. Incorporer la purée d'ail au fromage de chèvre, ajouter la crème et mélanger le tout. Saler et poivrer à votre convenance.
 10. Retirer la peau et les graines des poivrons. Les sécher sur une feuille de papier absorbant.
 11. Tapisser le fond et les bords d'une terrine (ou moule à cake) avec un film alimentaire.
 12. Déposer d'abord une couche de poivrons rouges au fond et sur les bords du moule et couvrir le milieu d'une première couche de crème au fromage.
 13. Alternier ensuite avec une couche de poivrons jaunes et recouvrir de crème.
 14. Recommencer avec les poivrons jaunes, du fromage et terminer par les poivrons jaunes.
 15. Refermer le film alimentaire et tasser légèrement.
 16. Réserver au réfrigérateur jusqu'au lendemain.
 17. Le jour-même : Démouler délicatement la terrine et retirer les film alimentaire.
 18. Servir les tranches avec les petites olives noires.
- Variantes et astuces : Enfermer les poivrons dans un film alimentaire permet de retirer la peau plus facilement.
 - Remplacer le poivre par du [piment d'Espelette](#).
 - Remplacer la gélatine par de l'agar-agar.
 - Ajouter de la [menthe fraîche](#) ciselée à la crème de fromage.
 - Servir avec un [coulis de poivrons rouges](#) ou de tomates.

