

BELLE ETOILE ET VOUS

FEVRIER 2023

PUBLICATION DE L'EHPAD RESIDENCE
BELLE ETOILE



- 02** ***LA VIE A
L'EHPAD***
- 03** ***ACTIVITÉS DU
MOIS***
- 04** ***RECETTE***
- 05** ***RETOUR SUR LE
MOIS DERNIER***
- 07** ***L'EHPAD DE
DEMAIN***
- 08** ***COMMISSION
MENUS***
- 13** ***JEUX***

Cher lectrice, cher lecteur,

Nous avons commencé ce début d'année avec un travail de réflexion sur le projet architectural de l'EHPAD; Merci aux résidents et familles présents pour le recueil de vos attentes. Quelques idées ont été reportées dans ce journal. Pour celles et ceux qui ne pouvaient pas être présents mais souhaitent donner leur avis, vous trouverez dans ce journal l'enquête adressée à l'ensemble de la population de Cléguérec. N'hésitez pas à la compléter en format papier ou via le lien et QR Code indiqué dans l'enquête.

En ce début de mois, nous attendons l'arrêté de tarification adressé par le conseil départemental pour vous le communiquer, mais je peux d'ores et déjà vous annoncer que le prix de journée va augmenter de 6%, soit près de 100€/mois. Cette hausse s'explique par une inflation des charges de fonctionnement de l'établissement auquel nous faisons face. Certains prix explosent: électricité, alimentation, emballages, ... conduisant inéluctablement la revalorisation du prix de journée.

Nous sommes conscients que cette hausse peut sembler importante mais elle est indispensable pour l'EHPAD.

Pour rappel et si vous le souhaitez, les sorties en famille sont possibles, pour une balade, un goûter, un déjeuner.... Il suffit de nous en informer (pour les repas, 24h à l'avance)

Bonne lecture!

Mme CHRISTIEN Sandrine



Les personnes qui nous ont quittés

Les anniversaires du mois

1 février:	Lucienne JOUAN	92 ans
6 février:	André LE COROLLER	88 ans
6 février:	Christiane LE SAUX	87 ans
9 février:	Simone VIENNESSE	85 ans
10 février:	Louis ROBIC	91 ans
11 février:	Marie CHRISTIEN	80 ans
15 février:	Victor LE FUR	91 ans
17 février:	Monique GUILLERME	84 ans
19 février:	Anne Marie CHEFD'HOTEL	76 ans
22 février:	Aimée STEPHAN	87 ans



Nous remercions les familles de nous avoir accordées leur confiance

Les personnes qui nous ont rejoints

2 janvier:	Louis ROBIC	91 ans
10 janvier:	Roland MARLIER	85 ans
16 janvier:	Graham WILLIS	90 ans



Les activités du mois de février

NOUVEAUTES

Retour du Bal à Papa!!

Un mardi par mois avec Daniel Le Guehennec
Merci à lui!



Visite à la crèche pour le carnaval des "tout-petits" Fin février

6 résidents seront invités pour partager ce moment



Et toujours:

- Récréaferme 1 mardi / 2
- la messe le jeudi à 16h
- la lecture du journal le matin avec Caroline
- les animations sportives de Mathieu
- le chant, la cuisine, la décoration,...

Recette du mois



LA CROUTE A THE

Recette

Préparation

- Dans un moule à cake, abaissez une pâte brisée dans le fond et les bords sur 4 cm de hauteur
- Dans un saladier, mélangez 250gt de sucre avec 250gr de poudre d'amandes
- Ajoutez 3 à 4 blancs d'œufs au mélange pour obtenir une pâte souple
- Versez cette pâte à l'amande dans le moule à cake
- Faire cuire au four à 180°. Le gâteau doit être bien doré
- Laissez refroidir et saupoudrez de sucre glace

Bonne dégustation

Quand février ne remplit pas les fossés, petites sont les sources

*2 février:
Chandeleur*

*14 février:
St Valentin*

*21 février:
Mardi Gras*

*25 février:
Salon de
l'agriculture*

Retour sur le mois dernier



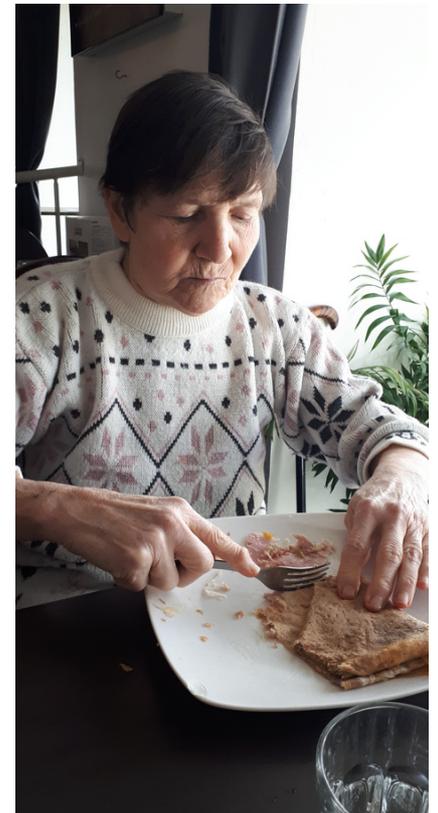
Repas du Nouvel An

Une jolie déco, un repas amélioré et de la musique, on permis à chacun de fêter le changement d'année dans la joie



Sortie Crêperie

4 résidents ont pu profiter d'une sortie à la crêperie, grâce à l'association Brav' Sterenn Anim. Merci à Nanou et Anita pour ce bon moment



Création d'un Cow-Boy en papier journal

Pour remercier le club de "Danse Country" de leur représentation à l'EHPAD, nous allons leur fabriquer un Cow-Boy en papier pour le décor de leur bal du 19 février 2023.

Cette création a pour objectif de valoriser le bricolage des résidents en les incluant dans la vie d'associations qui nous rendent régulièrement visite.



L'EHPAD de demain

Mercredi 25 janvier, les résidents et quelques familles se sont réunis pour réfléchir aux points positifs et négatifs de l'architecture et fonctionnement d'aujourd'hui afin de projeter les attentes, idées pour demain.

Des échanges riches et intéressants qui permettent de prendre en compte l'avis des personnes.

Voici quelques points évoqués:

Un lieu de vie au plus près du bourg, qui permette aux associations de venir et ainsi aux résidents de participer à la vie culturelle et sociale, salle d'animation modulable avec une cuisine et ouverte sur une terrasse, un espace pour le culte, des chambres suffisamment grandes pour mettre un minimum de mobilier personnel, de larges couloirs, un environnement fleuri et arboré, une cour intérieure, des espaces extérieurs aménagés avec tables, chaises, des salons sur les étages, une salle de restauration adaptée à l'ambiance sonore, et comprenant des claustras,... Et si vous souhaitez nous faire part de vos idées, n'hésitez pas à demander le formulaire d'enquête à l'accueil.



COMMISSION DES MENUS DU 23 JANVIER 2023

Membres présents: Mr CADOUELLAN Pierre, Mme LE LOUET Eugénie, Mr LE PORH Vincent, Mme ROPERS Gaëlle, Mr TABOURANI Saïd, Mr LE DEVEHAT Dominique, Mme CHRISTIEN Sandrine, Mr ROBIC Louis, Mr MARLIER Rolland

Excusée: Mme LE PODER Stéphanie

Absente: Mme LE SOURNE Angéline

1- Bilan de la commission menus du 03/10/2022

Lors de cette réunion, la commission a validé les prochains repas de fêtes de fin d'année et l'organisation du goûter des familles. Mme Christien reprend les différents points évoqués lors de la dernière commission. Le compte-rendu de la commission du 3/10/2022 est validé.

2- Accueil des nouveaux membres

Mme Christien rappelle aux nouveaux arrivants le rôle et le fonctionnement de la commission des menus. La commission valide l'arrivée de deux nouveaux membres: Mr Marlier Rolland et Mr Robic Louis.

3- Tour de table

- Mr Le Porh souhaite faire un retour sur les assaisonnements. Certains plats seraient trop assaisonnés avec la vinaigrette et d'autres comme la soupe, parfois trop fade. Mr Tabourani explique qu'il peut y avoir des différences suivant le cuisinier mais que le sel et le poivre sont toujours à disposition sur les tables.
- Mr Cadouellan n'apprécie pas les poêlées de légumes, il y a beaucoup de reste. Selon Mr Tabourani, les poêlées sont toutes composées de la même base, mais la façon de les cuisiner est très importante pour les rendre plus savoureuses. Mr Cadouellan aimerait plus de potage cultivateur et des choux de Bruxelles et lard.
- Mr Marlier trouve que les pommes de terre ne sont pas assez cuites. Mr Tabourani explique réceptionner les pommes de terre sous vides et pré-cuites, et qu'il peut avoir des différences de qualité. Mme Christien propose de voir avec Caroline l'animatrice pour prévoir de mettre l'épluchage des pommes de terre "locales" lors des ateliers "pluches". Elle précise également qu'un travail sur la cuisson des pommes de terre a déjà été réalisé et présente déjà une

nette amélioration.

- Mr Le Porh a apprécié les coquilles proposées en entrée ce dimanche, ainsi que les repas de fêtes de fin d'année. Il aimerait avoir plus souvent du potage cultivateur et de la soupe à l'oignon. Mr Marlier , Mr Cadouellan et Mr Robic le rejoignent sur les soupes. Mr Le Porh suggère un menu japonais (rouleaux de printemps, samoussas et un menu vietnamien). Mr note tout de même une amélioration sur la diversité des repas. Mme Christien rappelle que les cuisiniers travaillent désormais sur un cycle de 12 semaines au lieu de 8.
- Mme Christien demande aux résidents si les tomates farcies, demandées à la dernière commission, ont été appréciées. Mme Le Louet trouve la farce trop dure. Le cuisine essaiera de les proposer en frais, car elles sont proposées surgelées.
- Mme Ropers demande à la commission la mise en place de pain complet (riche en fibres et indice glycémique bas) pour les résidents présentant un diabète insulino-dépendant. La demande est validée par Mme Christien.
- Mme Ropers souhaiterait que l'eau Hépar soit proposée en systématique et en première intention, aux résidents présentant une constipation. L'utilisation de laxatifs serait alors mise en place dans un second temps et en cas de besoin.
- Suite à une forte consommation de pain à table, Mme Ropers rappelle les recommandations du GEMRCN soit 50gr par personne au déjeuner et au dîner. Le pain peut être consommé en trop grande quantité au détriment de repas. Mme Ropers suggère aux résidents de demander à être resservi sur le plat s'ils ont encore faim.
- Mme Ropers souligne les difficultés rencontrées en cuisine concernant les approvisionnements en denrées alimentaires: manque de produit, hausse des prix,... La cuisine gère au mieux ces problèmes tout en conservant la qualité et l'équilibre des repas.
- Mr Robic et Mme Le Louet soulignent le fait que certains aliments sont durs à manger, tels que la viande et le riz. Mr Tabourani et Mme Christien demandent aux résidents de signaler en salle à manger quand cela se produit. La qualité de la viande peut parfois être décevante. Dans ce cas, le fournisseur pourra être changé.
- Mr Robic aimerait des légumes faciles à digérer
- Mr Marlier apprécie les joues de porc et de bœuf, les pois chiches et la choucroute au lard. Il n'a pas apprécié la pizza. Mme Christien rappelle le changement de pâte, afin de garantir une qualité organoleptique. La

précédente était trop dure, sèche et pas assez cuite. Il est alors proposé d'organiser un repas italien avec une "vraie pizza" et de conserver la pâte feuilletée pour les résidents présentant des difficultés masticatoires.

- Mr Marlier trouve également qu'il y a trop de pâtes. Mr Le Porh les juge trop cuites et pâteuses. Mme Ropers précise que les pâtes sont proposées 1 à 2 fois par semaine seulement.
- Mme Christien demande aux résidents s'ils rencontrent des soucis au niveau des desserts. Aucun problème relevé.
- Mme Le Louet adore les sauces sucrées (pommes, pruneaux, ...) et souhaiterait en avoir plus souvent.
- Mr Le Devehat présente à la commission un retour sur sa formation sur la dénutrition. De nouveaux outils permettent de la diagnostiquer, tel que le dynamomètre mesurant la force musculaire. L'Ehpad vient d'acquérir un dynamomètre pour compléter la prévention de la dénutrition (surveillance alimentaire, pesée des résidents)
- Mme Christien réexplique aux résidents le fonctionnement des collations à l'Ehpad. Les collations sont mises en place pour les résidents présentant un risque ou une dénutrition en accord avec le personnel soignant et la diététicienne.

4- Retour sur les repas de fin d'année et repas à thème

Les repas de fin d'année ont été très appréciés par les résidents. Ils souhaiteraient avoir plus souvent de la soupe à l'oignon et du potage cultivateur.

Repas à thème proposés:

- 26/01/2023: Nouvel an chinois
- 14/02/2023: St Valentin
- Début mars: repas crêpes
- Avril: repas de Pâques

Proposition: repas Américain Burger (essai avec une tranche de lard)

Demandes de plats: chipolatas, repas italien (pizza), vietnamien, boudin aux pommes, choucroute, choux de Bruxelles, lard.

5 - Questions diverses

Un cahier de liaison dédié à la salle à manger a été instauré il y a un an. Ce cahier peut être complété par le personnel de salle à manger, le personnel soignant mais aussi les résidents. Il est voué à améliorer la communication entre le personnel et

les résidents, mais également à améliorer la qualité des repas servis à l'EHPAD. Le cahier de liaison est complété régulièrement par les équipes.

- Lundi 3/10: "cervelas aux pommes: pommes pas épluchées et taillées en tranche, pas facile à manger."
- Dimanche 9/10: " les résidents ont beaucoup apprécié le repas du midi"
- Lundi 10/10: "Ils ont adoré le repas crêpes"
- Mardi 11/10: "Beaucoup de gâchis avec le poisson pané (le seau était rempli)"
- Mardi 18/10: " Les branches de brocolis n'étaient pas faciles à manger, car dures"
- Dimanche 23/10: "le pain perdu était bon mais dur pour certains résidents." "soupe très appréciée, repas aussi"
- Lundi 24/10: "la quantité de colin le soir était juste, il faudrait prévoir un peu plus"
- Jeudi 27/10: "la soupe était bonne mais beaucoup de morceaux mal mixés. Bien faire attention"
- Samedi 29/10: "bouillie appréciée, quantité correcte, faire moins pour les sans sucre"
- Jeudi 3/11: "Le repas de ce midi a été très apprécié"
- Jeudi 10/11: "repas midi et soir très apprécié"
- Mercredi 16/11: "la soupe butternut très appréciée par les résidents (excellente)"
- Samedi 19/11: "Pâtes bolognaises du midi très appréciées"
- Lundi 22/11: "Le soir, pas assez de poisson et les poires trop dures, bien vérifier avant de donner"
- Mercredi 23/11: "couscous trop copieux, beaucoup trop de déchets surtout les merguez. L'entrée a été très appréciée"
- Lundi 28/11: "Beaucoup de déchets pour les légumes, voir les poires en ce moment elles sont trop dures. Les résidents ont tendance à demander des compotes en remplacement."
- Vendredi 2/12: "Mme Le C ne veut pas manger les petites pommes de terre carrée car cela lui provoque des fausses routes en chaud ou en froid" "Les brocolis moyennement appréciés. L'entrée par contre très appréciée. Aucun déchet. Même Mme J a mangé entièrement en normal. Les entrées et desserts en ++ ne sont souvent pas mangées ses derniers temps, surtout avec Mme Le G, Mme J et Mme Le S."

- Samedi 3/12: "Les pommes de terre au lait ribot, manque d'accompagnement (viande ou salade). Les résidents se sont plaints de n'avoir que des patates"
- Dimanche 4/12: "Repas très apprécié ce midi"
- Samedi 10/12: " Les résidents ont bien apprécié la bouillie."
- Dimanche 11/12: "Peu de résidents voulaient des épinards plutôt l'omelette seule ou avec purée."
- Dimanche 18/12: "Fausse route avec les frites, gros risque pour plusieurs. Les frites sont sèches, bas de gamme: A remplacer par des potatoes ou des frites maison"
- Lundi 19/12: "le repas poisson - légumes très apprécié"
- Jeudi 22/12: "le repas du midi très apprécié par les résidents"
- Samedi 24/12: "les légumes n'ont pas été appréciés. Le dessert moyen. La présentation des plats était médiocre au niveau de la vaisselle"
- Jeudi 29/12: "Pas trop de déchets le midi. Les endives au jambon ont été très appréciées."
- Vendredi 30/12: "Le poisson très apprécié le midi. Les pâtes très appréciées le soir."
- Samedi 7/01: "La soupe n'était pas assez chaude. Réchauffée aux micro-ondes"
- Mardi 17/01: "Le gâteau aux pommes a été très apprécié mais les parts étaient trop grosses (trop de gachis)"
- Vendredi 20/01: "Repas très apprécié surtout la sauce"

Date de la prochaine commission: lundi 3 avril 2023 à 11h (bureau de la directrice)



Jeux



Jeu des erreurs



Il y a **SIX** différences entre les deux dessins...

Réponses du mois dernier

- BERLIN
- VARSOVIE
- DUBLIN
- LISBONNE
- ATHÈNES
- SOFIA
- BRATISLAVA
- VIENNE
- HELSINKI
- BUDAPEST
- STOCKHOLM
- VILNIUS
- COPENHAGUE
- NICOSIE
- MADRID
- PARIS
- BRUXELLES
- ROME

1	5	6	7	3	8	2	9	4
3	2	4	9	1	5	8	6	7
8	7	9	6	2	4	5	1	3
4	8	7	5	9	1	3	2	6
2	9	3	8	6	7	1	4	5
6	1	5	3	4	2	9	7	8
9	3	2	4	8	6	7	5	1
5	6	8	1	7	9	4	3	2
7	4	1	2	5	3	6	8	9