

# La feuille des Mimosas

## Chorale

Notre chorale suit son cours aux Mimosas, coordonnée par notre musicothérapeute Elia. Chacun est invité à participer, employé comme résidant, autour d'un moment musical.



## Reprise des séances Snoezelen

Les séances individuelles Snoezelen proposées consistent à stimuler les sens et favoriser la détente. Dans une pièce sombre et calme, le résidant est invité à « voyager » dans son imaginaire et à explorer ses sensations corporelles par des sons relaxants, des lumières colorées et par un massage.



Les séances débutent toujours par une projection de lumières colorées et le résidant, allongé, est invité à choisir sa couleur favorite qui l'accompagnera pour cette première exploration. Ensuite, une détente en musique est proposée suivie d'une « couverture » de lumière projetée sur le corps du résidant pour une sensation de confort et de relaxation générale. Pour finir, un massage relaxant est proposé.



Complément : pour ceux qui auraient manqué notre paragraphe à ce sujet dans notre numéro de février, le but de cette approche est de marier stimulation des sens, détente et plaisir. L'aménagement de chambres en tant qu'espace d'expériences sensorielles par l'utilisation de sons, de musiques, de projections, de senteurs, de textures ou encore de massages, invite au lâcher-prise.

## Nouveau résidant

Monsieur Vincente Albor nous a rejoints en septembre. Originaire d'Espagne, il a travaillé dans un service d'anesthésie à Genève. Il aime le sport, la cuisine, le dessin et la musique aussi ; il est à l'origine d'un groupe de musique au nom de Galaxi 2000.



## Anniversaire d'octobre

Mme Picard a fêté son anniversaire entourée de toute la résidence. Touchée elle a donné un discours pour l'occasion et a proposé un petit jeu afin que les autres résidents devinent son âge.



## Sortie au bord du lac

Profitant d'une belle journée d'automne, nos résidents sont allés au bord du lac se détendre et se réchauffer sous les derniers rayons du soleil. Ils y ont pris le goûter. De telles escapades favorisent les échanges et les liens amicaux entre participants.



## Diverses activités gourmandes et culinaires



Chaque samedi matin, c'est brunch aux Mimosas. Les résidents aident à la préparation de ce petit événement hebdomadaire qui offre de nombreuses activités pratiques ainsi que la possibilité de concocter chaque fois de nouveaux plats. Un gâteau salé fut réalisé pour le dernier brunch.

### *Autres ateliers cuisine d'octobre :*

- Préparation d'un délicieux bouillon de poulet par une résidente
- Pains perdus au sucre, un régal fait avec amour par nos résidents
- Préparation du goûter: pancakes citron ou banane dans une ambiance festive et conviviale.



## Moment de détente

Quelques gestes simples peuvent aider à se détendre et retrouver le contact avec son corps. Des exercices d'auto massage à l'aide d'instrument en bois ont été proposés aux résidents.



## Anniversaires de novembre

- M. Glauco Venier, le 15
- Mme Angela Scholl, le 27



## Célébration religieuse

- Vendredi 29



## Activités en individuel



Le mois passé, nous vous avons présenté quelques activités individuelles. Ce mois-ci par exemple une résidente a bénéficié d'un moment privilégié avec un membre de l'équipe autour de la préparation d'un gâteau dont elle a choisi la recette. L'idée était de créer un moment d'attention exclusif pour un contact de confiance et de complicité entre l'accompagnatrice et la résidente. Il s'agissait également d'aider cette dernière à reprendre confiance en elle et dans le lien à l'autre.

## Activités en petit groupe

D'autres activités suivent la même démarche que les activités en individuel à la différence que celles-ci se déroulent en mini groupe. Il s'agit par exemple des sorties coiffeur au centre commercial. Ces sorties représentent un moment privilégié et stimulant, non seulement parce qu'elles se déroulent dans un environnement extérieur, mais aussi parce que le résident bénéficie de toute l'attention du coiffeur. Une parenthèse valorisante et très appréciée de tous qui aide à reprendre confiance en soi. L'habitude veut que l'après-midi se termine au tea-room.



## Apéro du dimanche

Comme le veut la tradition, chaque dimanche midi, on trinque en bonne compagnie aux Mimosas. Retour sur un apéro préparé avec soins par les résidents.

