



Compétence
Humanité
Proximité

Centre hospitalier
Intercommunal Caux Vallée de Seine

Journal à l'attention des résidents et des familles des résidences Fauquet et Rosenberg

LE P'TIT JOURNAL

N°10 - NOVEMBRE 2022

Chers Résidentes et résidents,

La **coupe du monde de football** a lieu cette année au Qatar, elle commence le dimanche 20 Novembre.

Comme à chaque coupe du monde ou Euro vous pourrez faire des pronostics et des diffusions de match place du village.

Pour les diffusions, nous ne passerons que les matchs de l'équipe de France en fonction de leurs horaires.



**Un cocktail avec remise de lot aura lieu
le Mercredi 11 Janvier 2023.**

Je passerai dans les services pour vous présenter les différents matchs et recueillir vos pronostics. Des tableaux seront mis sur les portes de l'Atrium.

Christelle BARBIER,
Animatrice

Directeur de Publication : Jérôme RIFFLET

Rédacteur en chef : Jonathan GLOAGUEN

Comité de rédaction : Angélique BLONDEL - Bénédicte BELLENGER - Charlotte ROLLAND - Aurélie Dudouit - Céline SUEUR - Christelle BARBIER - Murielle CHICOT - Régine TOUTAIN - Sandrine DOLO - Delphine MABIRE

Graphisme : Karine TROUVE

Illustrations : Freepik - Pixabay

Impression : Imprimerie Addigraphic

Centre Hospitalier Intercommunal Caux Vallée de Seine
19 avenue René Coty - 76170 LILLEBONNE



Gîte Les Ferrières à Froberville du 26 au 30 septembre

Quelques jours de vacances au Gîte Les Ferrières de Froberville pour quelques résidents qui chaque jour invitaient d'autres résidents à venir passer la journée.

Au programme : Réalisations des repas, promenade et visite des Alpagas, pétanque, jeux de société... Le soleil n'était pas tous les jours présents mais ils ont profité d'une superbe après-midi sur la terrasse.

Une semaine détente qui fait du bien, ils sont revenus avec de bons souvenirs.

Mme Malo Jeanne « Pagnol » : "J'étais ravie du séjour, Clélia m'a aidée à faire un album souvenir, j'ai pris beaucoup de plaisir à le faire".

M. Carpentier Jean-Luc « Pagnol » : "Le séjour au Gîte était bien, j'ai vu des Alpagas. J'ai surtout bien mangé !!!"

M. Feray Bernard « Maupassant » : "J'ai passé une journée au gîte, j'ai joué à la pétanque et j'ai gagné ! J'ai également cuisiné et fait de la balançoire, rendu visite aux Alpagas, c'était très agréable."



Réalisation d'album souvenir avec Clélia et Elodie

Les résidents ont créé de toutes pièces un album et choisis leurs photos.





Fête de l'automne

Nous avons été invités par la municipalité à l'occasion de la fête de l'automne à la salle des Aulnes le samedi 8 Octobre, autour d'un repas gastronomique proposé aux habitants de Lillebonne, par le traiteur M Froissard.

12 résidents ont partagé et apprécié ce moment de convivialité.

Tout au long du repas, un duo de chanteurs a accompagné les convives.



Petits gestes pour protéger vos cheveux du froid

Faire des shampoings doux : En hiver, mieux vaut privilégier les shampoings doux, qui n'agressent pas le cuir chevelu. On profite de la saison froide pour peaufiner l'art du shampoing : massage doux du cuir chevelu pour stimuler la circulation sanguine, rinçage à l'eau tiède (voire froide pour les courageuses) et, cerise sur le gâteau, soin après-shampoing une fois par semaine, pour bien hydrater le tout.

Ne pas sortir les cheveux mouillés : Les cheveux mouillés sont ultra fragiles. Dépourvus d'agents hydratants, ils sont très vulnérables et cassent facilement.

Sécher ses cheveux en douceur : Dégainer le sèche-cheveux, oui, mais à trois conditions. D'abord, on essore bien ses cheveux avec la serviette de bain (mieux encore, avec un linge en coton pour éviter les frisottis). Ensuite, on applique un spray thermo-protecteur. Enfin, on sèche à température tiède.

Se brosser les cheveux en douceur : pour éviter la casse et les frisottis, on démêle ses cheveux quand ils sont les plus secs possible et à l'aide d'un peigne à grosses dents.

Faire des masques hydratants et nourrissants : Les masques cheveux, c'est toute l'année. Mais en hiver, c'est deux fois plus important !

Abuser des soins sans rinçage.



Adapter son alimentation : on mange donc des œufs, du saumon, de l'avocat, du brocoli, et on complète si besoin par des compléments alimentaires à base de levure de bière et de zinc pour pallier la chute de cheveux hivernale. En revanche, quand il vente et qu'il neige dehors, inutile d'ouvrir vos cheveux aux quatre vents et de les exposer inutilement aux agressions extérieures. Adoptez une coiffure ni trop serrée ni trop lâche : un chignon flou ou une tresse bohème par exemple.

Choisir des bonnets et des écharpes en laine.

S'offrir une nouvelle coupe : si la casse du cheveu s'anticipe, elle se répare difficilement. Pour une chevelure revigorée et un look canon, rien de tel que de rafraîchir son look en coupant les pointes, voire même en optant pour un changement de tête radical.



Le programme des animations à la Résidence Fauquet

Le programme des animations à la Résidence Rosenberg

- Jeudi 3 novembre**
Visite à la ferme des Droops de Touffreville la Câble
- Lundi 7 novembre**
Visite à la ferme des Droops de Touffreville la Câble
- Mardi 8 novembre**
Atelier radio avec la MJC de Bolbec
- Mercredi 9 novembre**
Atelier découverte à la MJC de Bolbec
- Mardi 15 novembre**
Projet culturel "Le tour du monde en 80 ans"
- Mercredi 16 novembre**
Sortie chez Desjardins
- Vendredi 18 novembre**
Chorale inclusive au Conservatoire de Port Jérôme sur Seine
- Lundi 21 novembre**
Rencontre avec les animaux au chevet des résidents « service La Tamise »
- Mardi 22 novembre**
Visite à la ferme des Droops de Touffreville la Câble
Atelier découverte à la MJC de Bolbec
- Vendredi 25 novembre**
Chorale inclusive au Conservatoire de Port Jérôme sur Seine
- Samedi 26 novembre**
Initiation aux arts du cirque
- Lundi 28 novembre**
Visite à la ferme des Droops de Touffreville la Câble
- Mardi 29 novembre**
Projet culturel "Le tour du monde en 80 ans"

Lundi 7 novembre
Médiation animale « personnes alitées », unité 3

Tous les lundis Gym douce et Prévention des chutes avec Claire, animatrice sportive, Salle du Point Rencontre

Mardi 15 novembre
Ferme pédagogique les Droops à Touffreville-la-Cable

Vendredi 18 novembre
« Tour du monde en 80 ans » projet Culture à l'hôpital

Samedi 19 novembre
Loto, point rencontre

Lundi 21 novembre
Médiation animale « personnes alitées », unité 2

Jeudi 24 novembre
Goûter des anniversaires

Vendredi 25 novembre
« Guinguette » avec le personnel, point rencontre

Mardi 29 novembre
Ferme pédagogique les Droops à Touffreville-la-Cable



Sortie à Yport, le 5 septembre



Barbecue à la Bohème, le 6 septembre



Spectacle des Zouaves, le 18 septembre



Visite des élèves de Sainte Geneviève, le 22 septembre



Pot de clôture des Journées du Patrimoine, le 22 septembre



Goûter des anniversaires de septembre





Barbecue, le 5 septembre



Centenaire, le 8 septembre



Spectacle des élèves du Lycée Pierre et Marie Curie, le 12 septembre



Préparation des Journées du Patrimoine, le 14 septembre



Semaine du Patrimoine, du 15 au 21 septembre



Goûter des anniversaires de septembre, le 23 septembre



Vacances au Gîte les Ferrières à Saint-Léonard, du 26 au 30 septembre



Nouveaux arrivants

Résidence Fauquet

Mme Jeannine CORNU de Lanquetot, Mme Francine SENEAL de Bolbec,
Mme Andrée SORTAMBOSC de Notre-Dame de Gravenchon,
Mme Liliane LOISEL de St Wandrille Rançon, Mme Yvette TEINTURIER de Beuzeville la Grenier, Mme Yvette MALLET de Yébleron, Mme Monique OSMONT de Yvetot,
Mme Denise MARAIS de N-D de Gravenchon,
Mme Micheline ALLANDONNE de Sorquainville, Mme Suzanne LEMPEREUR de Thiétreville,
M. Bernard TIRARD de Bolbec.

Résidence Rosenberg

Mme Josette TOXE de Saint-Arnoult, Mme Marie-Jeanne QUESNEL de Lillebonne,
M. Patrice GAUDOIN de N-D de Gravenchon.

Une pensée pour... ✨

Résidence Fauquet

Mme Andrée SORTAMBOSC,
Mme Denise VARI,
Mme Georgette MALANDIN,
M. Jacques LACAÏLLE.

Résidence Rosenberg

Mme Roberte LE FLEM,
M. Bernard HEBERT,
Mme Yvette MALA.

JEUX DE MEMOIRE



Qui est-ce ?

- 1) Quelle Normande est réputée être à l'origine du Camembert ?
a/Marie Harel b/Julie Carel c/Annie Darel
- 2) Qui a découvert la Pénicilline ?
a/Robert Koch b/Alexandre Fleming c/Le Dr Petiot
- 3) Galilé proclama, en contradiction avec la théorie géocentrique de son époque, que la terre tournait autour du soleil, ce qui lui a valu quelques problèmes avec l'inquisition en 1633, lesquels ?
a/Condamnation à l'exil b/Abjuration de sa théorie c/Brulé vif
- 4) Laquelle de ces civilisation ne connaissait pas la roue ?
a/Les Aztèques b/Les Chinois c/Les Mongols
- 5) Dans quel monument parisien peut-on admirer le pendule de Foucault ?
a/Le Pantheon b/La Sorbonne c/Le siège de TF1
- 6) Jean Charcot fut un océanographe célèbre qui périt avec son équipage lors du naufrage de son bateau. Mais où était-ce ?
a/Au Grönland b/En Islande c/Au large de St Malo
- 7) Comment s'appelait ce bateau ?
a/L'insubmersible b/Le Téméraire c/Le Pourquoi pas
- 8) Qui a inventé le téléphone ?
a/Graham Bell b/Thomas Edison c/France Telecom
- 9) Louis Lumière inventa le « cinématographe » en quelle année ?
a/1895 b/1905 c/1875
- 10) Quel philosophe français est l'inventeur de la machine à calculer ?
a/Descartes b/Pascal c/Rousseau
- 11) De quoi le hollandais Roggeveen est-il à l'origine en 1772 ?
a/Le premier microscope b/Découverte de l'île de Pâques c/Le Gouda

1/a 2/b 3/b 4/a 5/a 6/b 7/c 8/a 9/a 10/b 11/b

Réponses :



AGENDA

NOVEMBRE

2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	01 Toussaint 	02	03	04 Armistice 1918	05	06 
07	08 	09	10 	11	12	13 
14	15	16 	17	18	19 	20 
21	22	23 	24	25	26	27 
28	29	30				