



### EDITO

## Vive le sport !

En ce moment, tous les magazines nous vendent le « Body Summer », traduisez par « comment obtenir le corps de ses rêves pour cet été ».

Les articles sont tous plus prometteurs les uns que les autres et les conseils sont nombreux et variés : régimes minceur, bronzage mais surtout du **sport** : Fitness, exercices d'abdominaux pour un ventre plat, musculation...

Mais pourquoi attendre les beaux jours ? Tout le monde sait que le sport est bénéfique ! Une activité physique **régulière et adaptée** est recommandée pour une meilleure santé par tous les médecins. Ils peuvent même vous en prescrire dans certains cas.

Alors comme il n'est jamais trop tard pour commencer, tout le monde s'y met :

- les résidents avec leurs familles le jour du Dimanche à Condé, venez nombreux ;
- les résidents et le personnel toute l'année avec Mélissa !

***Tout le monde se bouge, parce que le sport c'est la santé !***

La directrice  
Ilda Ferreira

# TOUSK



## Mai en photos

### Concert de l'école de musique Roquesable



La Fondation Condé est partenaire du projet « un orchestre pour Roquesable » de l'école de Fleurines. Les jeunes musiciens ont joué de la clarinette, du saxophone et de la flûte traversière, sous la direction de Madame Challéat et Mme Sent, leurs professeurs. Ils arrivent à la fin de leur cycle CE2 – CM2 : certains continueront la musique au conservatoire, d'autres s'arrêteront là avec une belle expérience musicale à leur actif.

## La Nuit des Musées à Condé

### Découverte de tisanes et visite commentée



Cette année, une herboriste était présente. Elle faisait découvrir différentes tisanes à base de plantes. Il y a eu beaucoup de visiteurs et notamment quelques salariés anciens ou actuels.



# La page RH

## Bonne retraite à...



Noukone INTHAVONG qui part en retraite le 30 juin après 39 ans d'ancienneté ! 39 ans à être aide-soignant auprès des patients et résidents. Il a vécu toutes les transformations de l'établissement. Bravo à lui pour cette longue carrière !

## Le chiffre du mois

41

C'est le nombre de passages dans la salle de sport depuis le 1<sup>er</sup> janvier.

N'hésitez pas à vous y rendre !

## Ancienneté du personnel



## AGENDA

### INSTANCES & REUNIONS

Le 3 à 15h : Cellule Qualité

Le 4 à 9h30 : UOGR

Le 4 à 13h30 : CLUD douleur

Le 7 à 13h30 : groupe Droits des patients

Le 11 à 9h30 : CDU

Le 11 à 13h30 : CLUD soins palliatifs

Le 11 à 13h30 : Eval° Interne : groupe 2

Le 12 à 13h30 : Eval° Interne : groupe 1

Le 17 à 13h30 : groupe Dossier Patient

Les 17, 18 et 19 : chambre des erreurs

Le 18 à 14 h : Commission des menus

Le 21 à 12h30 : Conférence Médicale

Le 25 à 14h : CLAN

Le 25 à 17h : Conseil de la Vie Sociale

Le 28 à 12h30 : COMEDIMS

### FORMATIONS

Les 6 et 7, de 9h à 17h : formation maladie d'Alzheimer

Le 18 à 13h30 : formation incendie

*Liste nominative affichée*

Le 12 à 13h45 : passation des MMS

Les 19, 20 et 27, de 9h à 17 h :

« Gestes d'urgences - niveau 2 »

*Liste nominative affichée*

### AUTRES DATES A RETENIR

Le 3 : médecine du travail : le Dr Evrard consulte à Condé, sur convocation

### Le 9 : Un Dimanche à Condé

Les salariés et leurs familles sont les bienvenus



Le 14 : barbecue du CE

sur le thème de l'Italie

### Gestion documentaire

Agenda des salles mai / juin

Bilan d'activité 2018

Instances

CR UOGR des 9 avril et 7 mai

CVS – bilan 2018

CR Commission des Menus du 7 mars

Bilan COMEDIMS 2018

CR CLUD du 5 février et 2 avril

Bilan annuel du CLUD 2018

CR Cellule Qualité du 29 avril

# Puisqu'on vous dit que le sport c'est bon pour la santé !



## Interview Mélissa Diaz, éducatrice sportive

Mélissa, vous êtes éducatrice sportive à Condé depuis 2015. Quelle prise en charge proposez-vous aux résidents ?

Une prise en charge adaptée à chacun. Je propose de la gymnastique collective et individuelle, mais aussi des animations flash de 30 minutes (basket, vélo, parcours moteur, jeux collectifs, promenades dans Chantilly, équilibre ....).



Qui peut participer à la gymnastique ?

Les cours sont ouverts à tous : j'adapte au mieux.

Je suis de plus en plus sollicitée par les professionnels qui me demandent de prendre en soins des résidents.

Vous proposez également 2 cours par semaine pour les salariés...

Oui, c'est une réussite. Une quinzaine de salariés sont déjà venus. Le soleil revenant, la motivation revient ! Je leur propose de la marche, de la course dans Chantilly et du renforcement musculaire.

Des projets à venir ?

Avec l'arrivée du soleil, de nouvelles activités seront proposées : tournoi de pétanque, tirs au but et tir à l'arc. Mais aussi le retour des séances hebdomadaires de piscine à Gouvieux.



Quelle motivation ! Bravo les filles !

## Conseils de Doc'

Le Docteur Evrard, votre médecin de santé au travail, recommande d'effectuer des étirements chaque jour. Voici quelques exemples en images pour éviter les troubles musculosquelettiques.



# HAS

HAUTE AUTORITÉ DE SANTÉ

## Les bienfaits du sport

Les bienfaits de l'activité physique sur la santé ne sont plus à démontrer. L'activité physique est recommandée pour tous et en particulier pour les patients atteints de maladies chroniques. C'est un traitement d'une très grande efficacité pour améliorer sa santé.

En France, plus de 30 % des adultes n'atteignent pas le niveau d'activité physique recommandé par l'OMS.

Il est recommandé de pratiquer au moins 2 h 30 d'activité physique d'intensité modérée par semaine, répartie sur 3 à 5 séances.



Chez les personnes âgées l'activité physique favorise le maintien de l'autonomie et des capacités cognitives, réduit les risques de chutes et de démences.



# Info Familles



Demandez le  
Programme

En juin

Le 5 à 14 h 30 : messe catholique à la  
Chapelle

**Le 9 : Un Dimanche à Condé**

(voir détails ci-dessous)

Le 11 à 14 h 30 : la médiathèque apporte de  
nouveaux livres

Le 18 à 17 h 30 : pot d'accueil des nouveaux  
résidents

& à 20 h : Ce Soir à Condé « les jumeaux »  
avec Jean Lefebvre

Le 21 à 14 h 30 : la fête de la musique  
Concert du Groupe Musical Time

Le 26 à 14 h 30 : barbecue dans le parc



## Le Bérénice Show !

Bérénice, notre animatrice, a  
offert un concert le 17. Les  
résidents ont apprécié sa  
belle voix et son sourire.  
Merci Bérénice !

## L'atelier « faites des couleurs »

Pendant quelques semaines, Mary l'animatrice et  
Edith l'art-thérapeute proposent chaque jeudi après-  
midi l'atelier « faites des couleurs ».

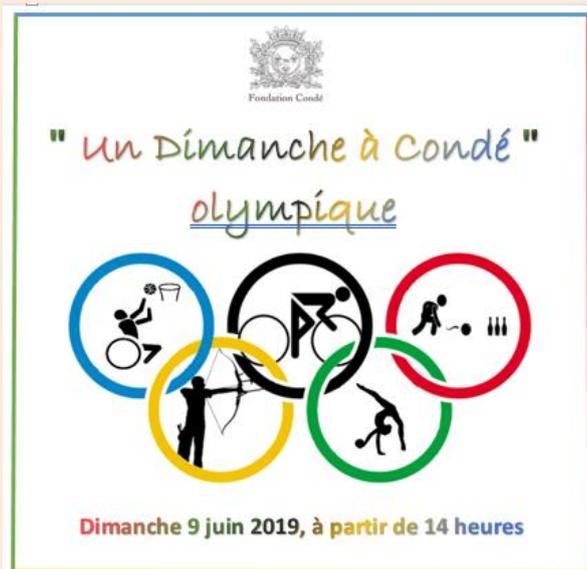
Ouvert à tous, il permet de s'approprier un support  
et de peindre ensemble.

Selon Mary, « c'est une belle expérience, des familles  
se sont intégrées au projet spontanément. Même les  
résidents sont passés mettre leur touche. L'objectif  
est rempli ! ».



## La fête des voisins

Le 24 mai, des résidents de Luzarches sont venus à  
notre rencontre et cela nous a permis de revoir Isabelle,  
ancienne animatrice. Merci à Maryline pour les  
douceurs sucrées qu'elle a apportées.



## Epreuves olympiques par les résidents et leurs familles !

Au programme : bowling, tirs au panier de basket,  
cyclisme, tir à l'arc... et des spectacles sportifs !

Des équipes seront constituées de résidents et de  
familles.

Venez partager avec nous les valeurs du sport et  
l'esprit d'entraide. **On compte sur vous le 9 !**

