



JOURNAL DE LA RÉSIDENCE

CHÂTEAU DE LA BRAGUE

Chers Résidents, Chères Familles,

Nous avons le plaisir de vous présenter le tout nouveau numéro de notre Journal de la Résidence, consacré au premier trimestre de l'année 2026.

Ce journal vous invite à revivre les moments forts des mois de janvier, février et mars, riches en convivialité, découvertes et échanges. Vous y retrouverez une sélection de souvenirs, d'animations, de rencontres et de temps forts qui ont rythmé la vie de notre Résidence durant ce premier trimestre.

La période hivernale enveloppe le monde d'une palette de couleurs dorées, d'un air frais invitant au calme et d'un rythme apaisé, propice aux souvenirs et aux instants partagés.

Nous espérons que ces pages vous feront revivre ces instants précieux et vous transmettront la chaleur et la bonne humeur qui animent notre résidence.

Bonne lecture à toutes et à tous !

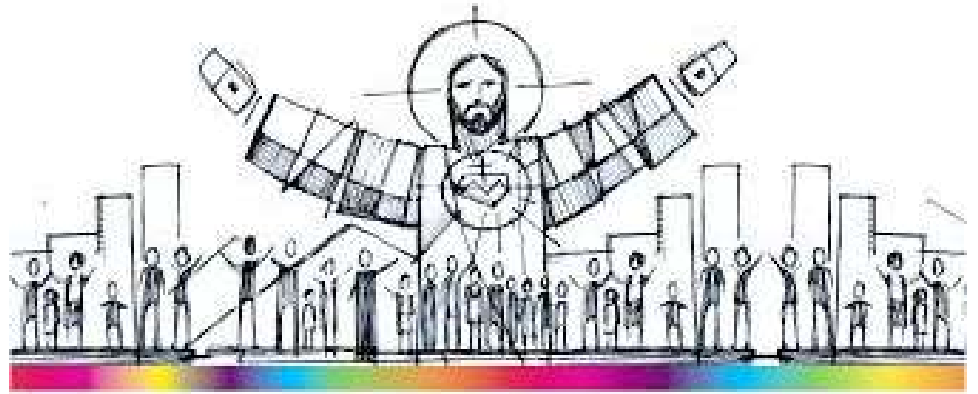




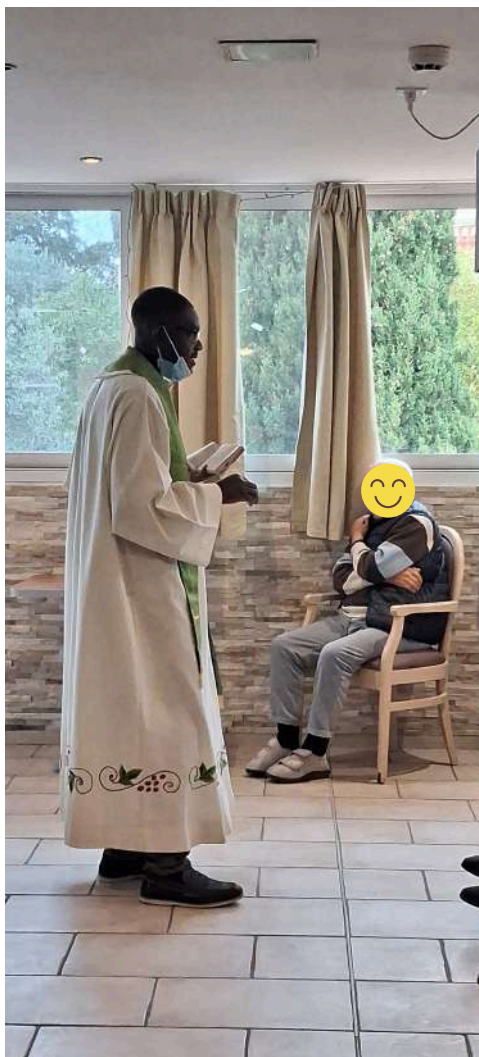
JANVIER-FÉVRIER-MARS 2026

Le Quotidien au Château de la Brague

LA MESSE



Une fois par mois, la résidence s'imprègne d'un temps particulier, empreint de calme et de recueillement. Un prêtre vient à la rencontre des résidents pour célébrer la messe, offrant à chacun la possibilité de se rassembler, de prier et de se souvenir. Ce rendez-vous spirituel est pour beaucoup un moment attendu, où les paroles, les chants et le silence trouvent leur place. Il apporte réconfort, apaisement et parfois même une douce émotion, dans une atmosphère de partage et de bienveillance





JANVIER-FÉVRIER-MARS 2026

Le Quotidien au Château de la Brague



S'il y a bien une animation qui rencontre beaucoup de succès à la maison de retraite, c'est **le loto**. Une fois par mois, de nombreux résidents, avec l'accompagnement du personnel, participent à cette activité.

Le loto est un jeu facile qui permet non seulement de voir si l'on est un peu chanceux, mais également de faire travailler les fonctions cognitives.

Car oui, le loto aide à stimuler la mémoire et la concentration. Au-delà du plaisir de jouer, c'est aussi l'occasion pour les personnes âgées de maintenir l'éveil et l'agilité de l'esprit. Retenir les numéros cités, les repérer sur le carton.

Ce jeu amusant apporte une cohésion de groupe bienveillante. Les plus chanceux gagnent de petits lots offerts par les familles et le Château de la Brague.





JANVIER-FÉVRIER-MARS 2026

Le Quotidien au Château de la Brague



La **Chandeleur** à la résidence est un moment de douceur et de partage. Autour des crêpes dorées, les souvenirs remontent, les sourires s'échangent et les rires réchauffent les cœurs. Ce temps convivial rassemble résidents et équipes dans une ambiance simple et joyeuse, où les traditions prennent tout leur sens et rappellent le plaisir d'être ensemble.





TOUTES NOS INTERVENTIONS NON-MÉDICAMENTEUSES



Les thérapies non-médicamenteuses en EHPAD ont pour objectif d'améliorer le bien-être et la qualité de vie des résidents en leur proposant des interventions adaptées et ciblées.

Voici quelques-unes des activités pratiquées dans notre résidence que nous avons décidé de vous mettre en avant dans ce journal :

L'art-thérapie manuelle en EHPAD constitue un outil d'accompagnement précieux pour favoriser le bien-être des personnes âgées, quelles que soient leurs capacités physiques ou cognitives. À travers des activités créatives simples et accessibles, elle offre aux résidents un espace d'expression non verbale, libéré des contraintes de performance et du jugement

Avec SilverFit, nous croyons au pouvoir du mouvement et de la technologie pour améliorer la qualité de vie en développant des technologies innovantes qui aident les personnes âgées et les personnes en rééducation à rester actives et en bonne santé. Son but est simple : créer des outils qui non seulement favorisent le bien-être physique, mais apportent également plaisir et motivation dans les routines quotidiennes de nos utilisateurs. Avec l'aide de nos équipes nous l'utilisons pour allier jeu et divertissement ce qui permet l'amusement et activité physique.

Les Thérapies Assistées par l'Animal (T.A.A.) : Il s'agit d' « une intervention individuelle ou en groupe au cours de laquelle les animaux, répondant à des critères spécifiques et introduit par un intervenant qualifié, font partie intégrante du processus thérapeutique.

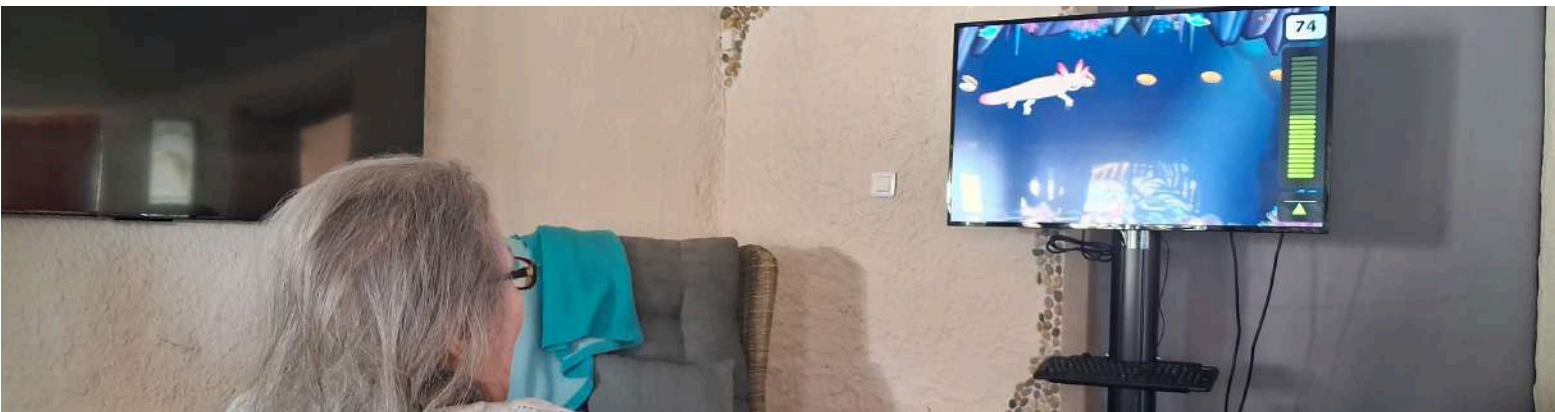




SILVERFIT



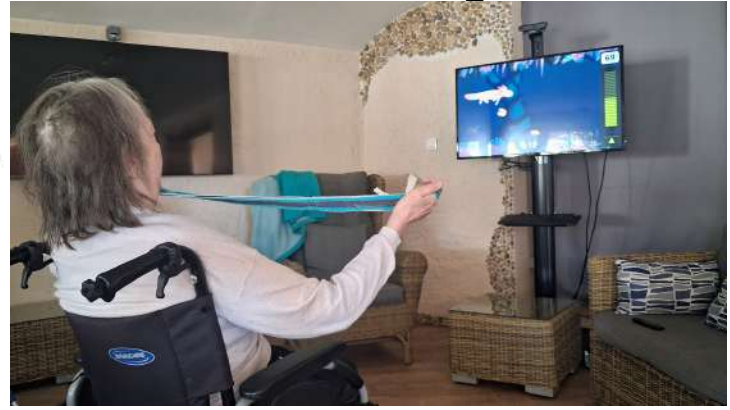
Chez nous, le **SilverFit** n'est pas qu'un outil de rééducation... c'est aussi une véritable machine à sourires ! Entre deux mouvements de bras, on entend des rires, des encouragements et parfois même un petit esprit de compétition amicale. Nos résidents se prennent au jeu : on pédale, on bouge, on se concentre... sans même s'en rendre compte ! Grâce au SilverFit, l'activité physique devient un moment de plaisir partagé, où l'on s'amuse autant qu'on prend soin de soi. Et attention, certains résidents deviennent de vrais champions — méfiez-vous, ils pourraient bien vous lancer un défi



JANVIER-FÉVRIER-MARS 2026

Le Quotidien au Château de la Brague

SILVERFIT





JANVIER-FÉVRIER-MARS 2026

Le Quotidien au Château de la Brague

ATELIER MANUEL



L'**art-thérapie manuelle** au sein de notre résidence, est un accompagnement thérapeutique non médicamenteux visant à favoriser l'expression, le bien-être émotionnel et le maintien des capacités cognitives et motrices des résidents. Avec l'aide de l'animateur cela permet de créer un espace d'expression et de créativité permettant aux résidents de se reconnecter à leurs émotions, de valoriser leurs capacités et de renforcer leur bien-être.





MÉDIATION ANIMALE

Dans la continuité de notre engagement pour le bien-être et l'épanouissement de nos résidents, une nouvelle séance de médiation animale vient enrichir leur quotidien. Ces instants privilégiés sont l'occasion de belles rencontres, où les animaux apportent calme, réconfort et émotions sincères.

Par leurs attitudes naturelles et leur présence rassurante, ils éveillent les sens, stimulent la mémoire et invitent au partage, faisant naître sourires et échanges spontanés.

Ces moments doux et chaleureux offrent aux résidents une pause hors du temps, propice à la détente, à la joie et au lien social, dans une atmosphère sécurisée et bienveillante. Une parenthèse de tendresse précieuse, où la complicité entre l'humain et l'animal illumine les cœurs





Le Quotidien au Château de la Brague

EQUITHÉRAPIE

Chaque mois, nous nous rendons à la ferme équestre Lou Recampado de Mouans-Sartoux pour une séance d'équithérapie avec des poneys. Ces rencontres permettent de se connecter avec ces animaux et de profiter de leurs bienfaits.

Que ce soit pour se détendre, retrouver confiance ou simplement partager un moment agréable avec les poneys, ces séances apportent calme, bien-être et plaisir à tous !





JANVIER-FÉVRIER-MARS 2026

Le Quotidien au Château de la Brague

LA RÉALITÉ VIRTUELLE AU NÉPAL

Pour cette nouvelle aventure, **Alexandre** a proposé aux résidents un voyage extraordinaire à travers le Népal.

Cette expérience fabuleuse de voyage virtuel 3D a créée beaucoup d'émotion d'émerveillement et de joie.

Les résidents étaient entièrement en immersion ce qui les a fait voyager de l'autre côté du monde et les ont fait prendre de la hauteur avec des prises de vue 360° de la chaîne Himalayenne au Népal.

“Une Magnifique expérience”.





Carnaval de Venise

Sous les dorures imaginaires et les reflets d'une lagune rêvée, le **Carnaval** s'est paré des mystères de Venise à l'EHPAD du Château de la Brague.

Dès le matin, la grande salle s'est transformée de décorations festives. Des masques délicatement ciselés, inspirés de la tradition italienne, ornaient les visages : loups noirs ourlés d'or, plumes élégantes .

Au son d'une valse douce et d'airs italiens, les résidents se sont laissé emporter dans une atmosphère pleine de grâce. Les fauteuils avançaient lentement comme des gondoles glissant sur l'eau, et les regards pétillaient derrière les masques mystérieux. On évoquait Venise, ses canaux, ses palais, et les souvenirs de voyages lointains ou rêvés.

Un goûter raffiné prolongeait la fête : biscuits fins partagé dans une ambiance feutrée. Les soignants, eux aussi costumés, accompagnaient les résidents dans une farandole élégante. Ce carnaval vénitien fut bien plus qu'un simple déguisement : un moment suspendu, plein de poésie et de complicité. Le temps d'un après-midi, le Château de la Brague s'est transformé en palais des Doges, et chacun est reparti le cœur léger, comme après un voyage au cœur de la Sérénissime.





Promenade au bord de mer

Les **activités extérieures** en EHPAD représentent une dimension fondamentale du bien-être des résidents. Sortir des murs de l'établissement permet aux seniors de maintenir un lien précieux avec l'environnement extérieur, stimuler leurs sens et préserver leur autonomie. Pour les équipes soignantes et d'animation, ces sorties constituent un levier majeur pour rompre la monotonie du quotidien et offrir des moments de joie partagée



JANVIER-FÉVRIER-MARS 2026

Le Quotidien au Château de la Brague

JOYEUX ANNIVERSAIRE

Chaque mois, nous célébrons ensemble les anniversaires des résidents nés ce mois-ci ! Rendez-vous le dernier mercredi pour partager un moment festif, avec gâteau, sourires et bonne humeur au programme.

C'est l'occasion parfaite pour se retrouver, échanger et fêter comme il se doit ces moments importants de la vie.



Le Quotidien au Château de la Brague



Cet année, un nouvel atelier fait apparition au Château de la Brague avec Patrick Tridon. Il est arrivé il y a deux ans dans le Gard avec sa compagnie Pégase théâtre circus. Jusqu'en 1981, il a été danseur pour Béjart, puis de retour en France, il a créé sa compagnie avant de partir dans les arts de la rue.



Il utilise l'équithérapie, mais aussi le bois, les marionnettes, le chant, la danse, le théâtre, la manipulation d'objet... Le but est que les résidents soient physiquement présents sur scène et interagissent avec les éléments apportés. De part ce spectacle des souvenirs et des émotions ressortent différemment pour chacun des résidents.



Art Floral Spécial St-Valentin



À l'occasion de la **Saint-Valentin**, Caroline a fait vivre une expérience romantique et créative dans le cadre charmant du Château de la Brague. Cet atelier d'art floral est pensé pour partager un moment de douceur à deux ou entre amis: guidés pas à pas dans la création d'une composition florale, ils ont laissé parler leur imagination au cœur d'une ambiance conviviale et inspirante. Chaque participant est reparti avec sa propre création unique — une manière personnelle et poétique d'exprimer l'amour, l'affection ou simplement le plaisir d'être ensemble. C'était un moment de détente, de découverte et de beauté, rythmé par les couleurs, les parfums et la poésie des **fleurs**





JANVIER-FÉVRIER-MARS 2026

Le Quotidien au Château de la Brague

Atelier Danse

La **danse adaptée** est une pratique de danse récréative ajustée pour des personnes ayant des besoins particuliers. L'enseignement des mouvements dansés se fait en fonction des aptitudes et forces de chacun et permet le développement d'une meilleure mobilité et conscience corporelle. C'est ce que nous avons entrepris pour que nos résidents puissent exprimer leurs sens entre la musique et l'expression corporelle.





Sortie Café



Les sorties café avec des résidents en EHPAD permettent de créer un moment convivial en dehors du cadre habituel de l'établissement. Elles favorisent le maintien du lien social, stimulent la communication et encouragent les échanges avec d'autres personnes dans un environnement différent.

Ces temps de sortie contribuent également au bien-être psychologique en rompant l'isolement et la routine quotidienne. Partager un café dans un lieu public redonne un sentiment de normalité, valorise l'autonomie et renforce l'estime de soi. Ensemble, nous avons passé un moment très agréable en terrasse autour d'un bon café et chocolat chaud à la Marina Baies des Anges en échangeant des souvenirs, des impressions dans la joie et la bon humeur





La Saint-Patrick est une fête que nous avons déjà célébrée l'année dernière au sein de notre résidence. Cette année, nous réitérons ce moment festif avec une animation autour de ce thème. Musique Celtique et répertoire contemporain avec une artiste jouant de la harpe.



Cette célébration a permis d'apporter de la gaieté et une bonne ambiance au sein de l'établissement. À travers une décoration aux couleurs de l'Irlande, de la musique entraînante et un temps de partage autour d'une collation thématique, les résidents profitent d'un moment chaleureux qui rompt avec le quotidien.



Ce type d'animation favorise le lien social, stimule les souvenirs liés aux fêtes et aux traditions, et contribue au bien-être général des résidents en créant une ambiance festive et fédératrice.





Jardin Thérapeutique



Dans le cadre du **jardin thérapeutique**, nous avons réalisé des semis de fleurs, d'herbes aromatiques et de tomates cerises en vue du printemps qui se rapproche. Cela a permis aux résidents de renouer avec la nature et de profiter d'un environnement apaisant et sécurisant. Il favorise la détente, diminue le stress et contribue au bien-être émotionnel.

Cela stimule également les sens (odeurs, couleurs, textures, sons), la mémoire et les souvenirs liés au jardinage ou aux saisons passées. Les activités proposées (planter, arroser, cueillir) encouragent la motricité fine et globale, tout en maintenant certaines capacités physiques.

Le jardin thérapeutique renforce aussi le lien social : les résidents peuvent partager un moment collectif, échanger autour des plantations et participer à un projet commun. Enfin, il valorise la personne en lui donnant un rôle actif, favorisant l'estime de soi et le sentiment d'utilité.





JANVIER-FÉVRIER-MARS 2026

Le Quotidien au Château de la Brague

APERÔ DES FAMILLES

Chaque mois, nous avons le plaisir d'organiser l'**Apéro des familles** au sein de la résidence.

C'est un moment simple et chaleureux qui permet aux familles de se rencontrer, de faire connaissance et d'échanger dans une ambiance sympathique autour d'un verre.

Ces rencontres sont aussi l'occasion de partager un temps agréable avec les résidents et l'équipe, de créer des liens et de faire vivre pleinement l'esprit de la résidence.





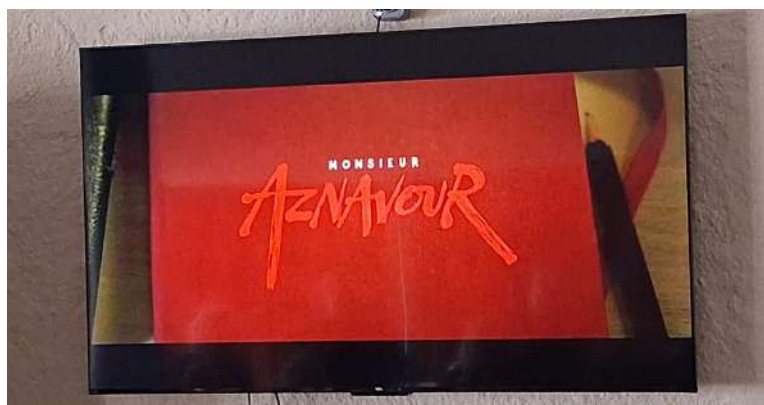
LES LUNDIS: CINÉMA



Une fois par semaine, nous organisons une projection de film pour les résidents du Château de la Brague. Ce rendez-vous cinématographique est un moment convivial et attendu, qui permet aux résidents de se retrouver et de partager une activité culturelle ensemble. Cette semaine, c'était **Mr AZNAVOUR**! Un film rappelant le grand artiste qu'il fut

Ces projections offrent une parenthèse de détente et d'évasion tout en favorisant les échanges et les souvenirs, notamment lorsque les films rappellent des époques ou des acteurs bien connus. Après la séance, les discussions se prolongent souvent autour du film, permettant à chacun de partager ses impressions et ses souvenirs.

Cette activité contribue ainsi à maintenir le lien social, à stimuler la mémoire et à apporter un moment de rire, de plaisir, d'aventure dans la semaine des résidents.





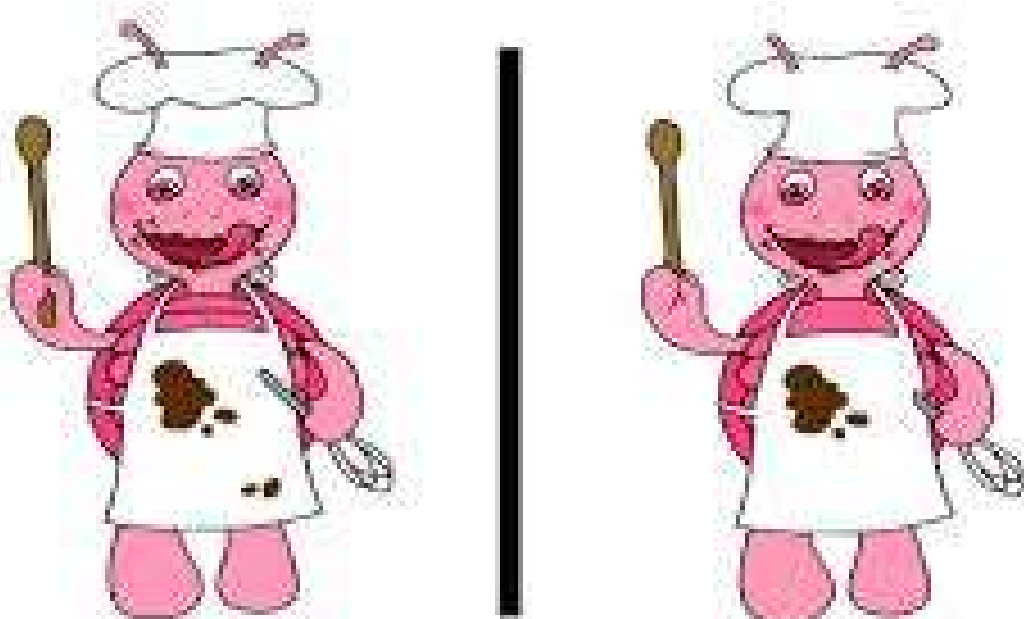
MOTS MELÉS

G	S	E	T	T	E	L	U	O	B	C	I	T
A	L	D	E	U	D	N	O	F	R	E	T	E
L	N	A	B	I	S	Q	U	E	E	D	O	V
A	I	L	C	S	S	I	M	B	N	A	R	I
N	R	L	L	E	L	E	A	B	O	N	S	C
T	A	I	S	I	H	C	A	H	T	N	U	U
I	V	R	E	E	R	U	P	I	O	O	O	T
N	A	G	E	D	A	D	N	A	R	B	C	U
E	N	L	E	G	A	T	O	P	I	R	S	O
S	E	L	L	E	N	E	U	Q	M	A	U	G
G	E	T	U	O	R	C	U	O	H	C	O	A
A	E	E	S	S	A	C	I	R	F	O	C	R

- CARBONNADE
 - CHOUCROUTE
 - QUENELLES
 - GALANTINE
 - BOULETTES
 - FRICASSEE
 - BRANDADE
 - GRILLADE
 - COUSCOUS
 - MIROTON
 - NAVARIN
 - POTAGE
 - FONDUE
 - BISQUE
 - HACHIS
 - RAGOUT
 - GELEE
 - GLACE
- CREME
 - PUREE
 - CIVET
 - ROTI



JEUX DES 7 ERREURS



© CABOUCAPRI.COM EST UNE MARQUE DÉPOSÉE. TOUS DROITS RÉSERVÉS.



Aux Belles
Journées
Printanières