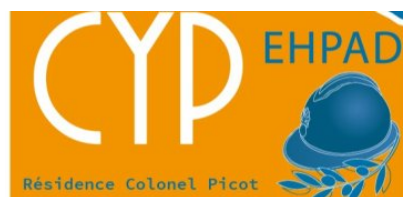




Bulletin de Résidence Colonel Picot

- Édition du 30 juin 2026 -

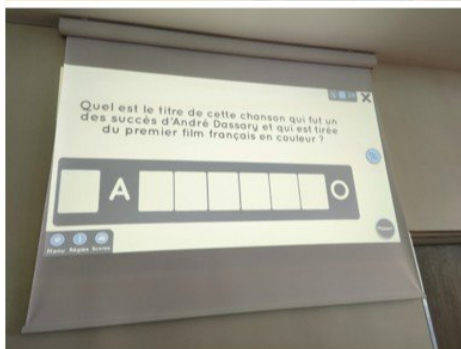


Mot d'accueil

Bulletin famileo du 8 au 30 juin 2026

Challenge les éclaireurs

Retour en photos sur nos éclaireurs qui ont participé, ce vendredi, à faire grimper notre compteur de kilomètres en direction de l'objectif des 3 333 km !



Jeu interactif

Pour bien terminer la semaine, place au jeu sur grand écran avec Wivy, l'occasion de stimuler nos méninges dans la bonne humeur !

Atelier créatif

Nouvelle séance d'atelier créatif en ce lundi après-midi. Grâce à tous les habitants présents lors de ces séances, nous arrivons à réaliser de belles décorations. Merci à chacun pour sa participation et son implication !



Challenge les éclaireurs

On ne lâche rien, tout le monde se mobilise pour atteindre les 3 333 km !!!

A yellow poster for the 'LES ÉCLAIREURS' challenge. At the top, the text 'LES ÉCLAIREURS' is written in a large, stylized font, with 'LE DÉFI À VÉLO QUI RASSEMBLE' underneath. Below this, the year '2026' is prominently displayed. The date 'Lundi 8 juin 2026' is written in a smaller font. The distance '208.7 km de parcourus' is shown, followed by 'Encore 2640.3 km pour réaliser le challenge de 3.333 km.' The poster includes illustrations of a bicycle, a calendar, and a person celebrating. There are also small logos in the top corners.

Rencontre intergénérationnelle à la crèche

Les rencontres
intergénérationnelles sont toujours
très attendues par nos habitantes.
Chaque semaine, elles partagent
de beaux moments de convivialité,
dans la joie et la bonne humeur.
Les sourires sont toujours au
rendez-vous.





Sortie vernissage

La rencontre intergénérationnelle avec les enfants des Moineaux de l'Ermitage s'est déroulée cette fois-ci à la mairie de Toulon, située sur le port. Un vernissage y était organisé afin de présenter le travail réalisé par les enfants et les habitants tout au long de ces six derniers mois. Ce moment de partage a permis de mettre en valeur leur implication, leur créativité et les liens tissés au fil de cette belle aventure intergénérationnelle.

Sortie vernissage

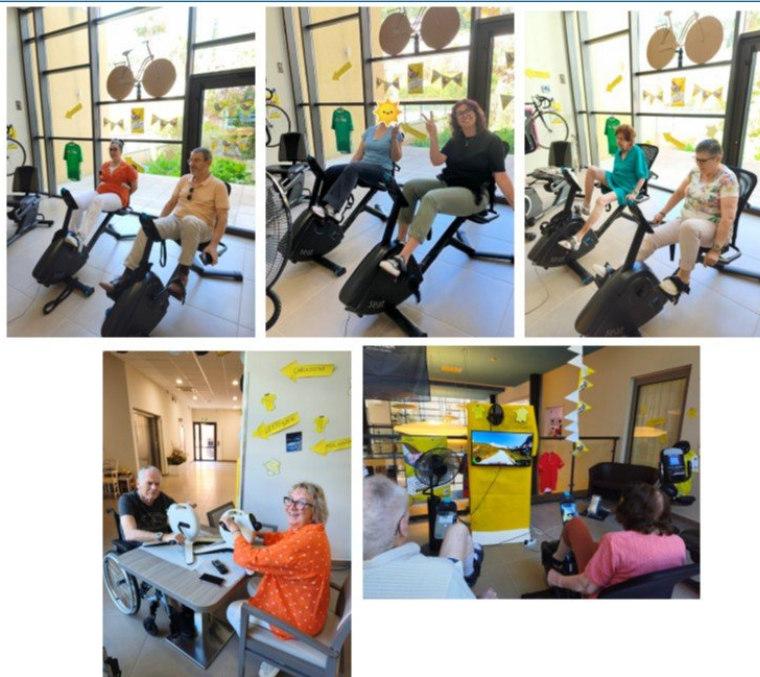


Lors de ces rencontres, les habitants ont partagé leurs souvenirs de la guerre d'Algérie et de la Seconde Guerre mondiale. Les échanges, riches en émotions et en témoignages, ont permis aux enfants de découvrir une partie de notre histoire à travers les récits de leurs aînés. Les paroles recueillies au cours de ces moments ont été retranscrites sur des panneaux décorés par les enfants. Ces réalisations constituent aujourd'hui de précieux souvenirs, témoins de ces instants de partage, de transmission et de convivialité.

Sortie vernissage



Un album photo a été réalisé par les éducatrices et la maîtresse afin de conserver un souvenir des beaux moments et des sourires partagés tout au long de l'année. D'ici quelques semaines, l'ensemble de ces travaux nous sera remis afin que nous puissions, à notre tour, les exposer au sein de la résidence. Avant de repartir, une petite pause s'est imposée pour s'hydrater et déguster une glace sur le port de Toulon. Un moment convivial qui a permis de clôturer cette belle après-midi dans la bonne humeur.



Challenge les éclaireurs

Les habitants, le personnel et les familles ne lâchent rien et poursuivent avec beaucoup d'enthousiasme leurs efforts pour relever notre défi des 3 333 kilomètres. Chacun contribue à sa manière afin d'atteindre ensemble cet objectif.



Karaoke

Mercredi, à la résidence, la journée était placée sous le signe de la chanson ! Le matin, les habitants ont participé à la chorale afin de s'entraîner pour la représentation des Chœurs des Picotins, qui aura lieu le samedi 20 juin à la résidence. L'après-midi, place au karaoké ! Un moment de détente et de convivialité où chacun a pu prendre le micro, chanter ses chansons préférées et partager un agréable moment dans la bonne humeur.



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Voici les ateliers thérapeutiques proposés au sein des unités, art thérapie pour l'unité de Port Cros : liberté d'expression



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Au Levant nous avons préparé la fête de la musique avec un atelier « musique et souvenirs » un moment musical, des souvenirs partagés et qui a fini par la décoration de notes de musiques





Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Sur l'unité de Porquerolles un atelier mémoire sonore, bruits du quotidien et animaux



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Préparation d'une salade de fruits, épluchage découpage des fruits



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Cette pratique conviviale implique les résidents à stimuler leur capacités cognitives, favorise le partage et l'épanouissement personnel

LES ÉCLAIREURS
LE DÉFI À VÉLO
QUI RASSEMBLE
2026

Lundi 15 juin 2026

395.9 km
de parcourus

Encore **1819.1 km** pour réaliser le
challenge de 3.333 km.

Challenge les éclaireurs

Le compteur continue de diminuer pour notre défi des 3 333 km avant le 3 juillet ! Un grand merci aux membres des Gueules Cassées ainsi qu'à leur délégué départemental du Var, qui nous ont apporté leur soutien aujourd'hui et nous ont permis de nous rapprocher encore un peu plus de notre objectif.

Le PASA avec Séverine

La semaine du 08 au 12 juin, au Pôle d'Activités et Soins Adaptés est marquée par ces moments forts où nos habitants se sont donnés à la musique: chants, tong drum (instrument au son clair qui invite à l'improvisation et la relaxation), piano (quand le savoir faire des doigts reprend ses droits!).





Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Un peu de calinothérapie avec Alpaga, petite chienne de l'une de nos adhérentes PASA. Nous avons fêté entre nous les anniversaires de Monique, Denise et Anne-Marie en dégustant deux délicieuses tartes aux fruits préparées par nos soins. Toujours de l'entretien aux gestes de la vie quotidienne avec Gabrielle (stagiaire ergothérapeute) et du remue-méninges avec Nelly notre psychologue. Bonne semaine à vous et à bientôt !

La réalité virtuelle

Pour nos habitants, les séances de réalité virtuelle sont une belle occasion de s'évader et de découvrir de nouveaux horizons sans quitter l'établissement. Ces voyages immersifs réveillent les souvenirs, stimulent la curiosité et offrent un agréable moment de détente et de partage. Rendez-vous le mois prochain pour une nouvelle aventure virtuelle !



Rencontre intergénérationnelle avec la crèche

Comme chaque semaine, quelques habitantes se sont rendues à la crèche des Bleuets pour partager un moment avec les enfants. Une activité de collage de pétales de fleurs sur un joli dessin leur a été proposée. Petits et grands ont été ravis de ce temps d'échange et de créativité. La rencontre s'est poursuivie autour de différents jeux, dans une ambiance chaleureuse .





Challenge les éclaireurs

Nos habitants restent pleinement mobilisés pour atteindre l'objectif des 3 333 km ! Grâce à leur motivation et à leur engagement, chaque kilomètre parcouru contribue à faire avancer ce beau défi solidaire. Nous avons également eu le plaisir d'accueillir le délégué départemental du Vaucluse ainsi que plusieurs membres venus encourager et accompagner nos habitants dans cette aventure. Petit retour en photos sur ces beaux moments de partage, de convivialité et de solidarité vécus ces derniers jours.



Sortie au restaurant chez les amis

Dernière sortie au restaurant avant de commencer les pique-niques au bord de la mer. Comme le mois dernier, le restaurant « Chez les Amis » avait fait l'unanimité, nous y sommes retournés cette semaine. À la carte : escargots persillés, beignets de fleurs de courgettes ou encore soupe de poisson accompagnée de sa rouille. Côté plats, nous avons le choix entre un pavé de saumon grillé au citron confit, servi avec du riz et une ratatouille, une daurade au pistou accompagnée d'un clafoutis de petits pois, ou encore des noix de Saint-Jacques panées, nappées d'une bisque de crustacés et servies avec un risotto.



Sortie au restaurant chez les amis

Et parce qu'un bon repas se termine toujours par une note sucrée, plusieurs desserts étaient proposés : la traditionnelle fraise Melba, le baba au rhum ou encore la délicieuse tarte au citron. Une nouvelle fois, cette adresse a tenu toutes ses promesses et a ravi l'ensemble de la table.

LES ÉCLAIREURS
LE DÉFI À VÉLO
QUI RASSEMBLE
2026

Mardi 16 juin 2026

233.2 km
de parcourus

Encore **1585.9 km** pour réaliser le
challenge de 3.333 km.

Challenge les éclaireurs

Toujours aussi motivés, nos habitants

Loto



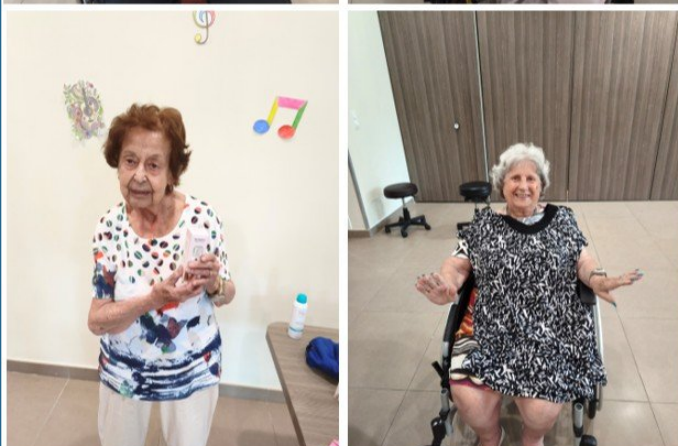
Comme chaque mois, une après-midi loto a été organisée. Deux parties ont été proposées, pour le plus grand plaisir des habitants



Loto



Félicitations à nos quatre gagnants du mois ! Ils ont remporté de jolis lots, parmi lesquels du parfum, des vêtements, des diffuseurs rafraîchissants, des éventails et bien d'autres cadeaux.





Challenge les éclaireurs

Plusieurs habitants ont travaillé pendant plusieurs jours à la réalisation d'une arche à l'occasion de l'événement du 18 juin, lors duquel des administrateurs d'AG2R La Mondiale sont venus découvrir le projet « Les Éclaireurs du Défi à Vélo qui Rassemble ». Cet événement a également été marqué par la venue de cyclistes partis de notre résidence jeudi matin. Ils se sont rendus à l'EHPAD La Mirauté puis au Saphir avant de revenir à la résidence Colonel Picot. Ils y ont partagé un moment chaleureux et convivial avec les habitants, dans un esprit de rencontre, de solidarité et de partage.

Challenge les éclaireurs



Avant cet événement, nos habitants ont également pédalé aux côtés de membres des Gueules Cassées ainsi que d'Eliot, représentant de Resantez-Vous, venu prêter main-forte aux préparatifs. Cette rencontre a été l'occasion de partager un moment sportif et convivial, de faire connaissance et d'échanger dans la bonne humeur. Pour l'occasion, chacun avait revêtu son plus beau maillot, apportant une touche de couleur et d'enthousiasme à cette belle journée placée sous le signe du partage et de la solidarité.

Challenge les éclaireurs



Nos cyclistes du club vélo Le PAFF (Peloton Associatif des Fiers et Fondus) sont arrivés aux environs de 12 h 45, sous les applaudissements de tous. Leur arrivée a été accueillie avec beaucoup d'enthousiasme et d'émotion par les habitants et les participants. Afin de clôturer cet événement en beauté, le verre de l'amitié a été partagé dans la bonne humeur, les sourires et la convivialité. Ce moment chaleureux a permis à chacun de se retrouver et d'échanger autour de cette belle aventure collective.



Plancha de l'été

Et pour clôturer cette matinée placée sous le signe de la convivialité, notre traditionnelle plancha de l'été a réuni habitants, familles et professionnels autour d'un repas partagé en musique.



Plancha de l'été

Pour l'occasion, notre chef avait préparé un délicieux menu composé d'un melon au porto en entrée, d'un émincé de dinde mariné au pesto accompagné d'une salade de pâtes aux poivrons rouges, puis d'un sorbet au citron en dessert. Une journée riche en rencontres, en partage et en bonne humeur, qui laissera de beaux souvenirs à nos habitants !



Messe

Un moment important pour nos habitants. Chaque mois, le Père Serge vient célébrer la messe au sein de la résidence, offrant aux habitants un temps de recueillement, de partage et de spiritualité très apprécié. Il est accompagné de M. et Mme Trabac, dont l'aide précieuse contribue au bon déroulement de cette célébration religieuse. Nous les remercions chaleureusement pour leur présence et leur engagement auprès de nos habitants.



Challenge les éclaireurs

On continue à pédaler !



Jeu remeu-méninge

Le jeu Remue-Méninges est apprécié par nos habitants. Il fait travailler la mémoire, notamment les souvenirs et, selon les thèmes proposés, la mémoire visuelle.



Représentation inter-chorale

Retour en photos sur notre représentation inter-chorale du Chœur des Picotins et de la Voix Aurélienne, qui s'est déroulée le samedi 20 juin à l'occasion de la Fête de la Musique. Ce moment a été très apprécié par les habitants, les familles et les membres du personnel présents. Cette représentation est l'aboutissement d'une année de travail pour le Chœur des Picotins, dont les membres mettent tout leur cœur à l'ouvrage afin d'offrir un beau moment de chant à tous. Un grand merci également à la Voix Aurélienne qui, chaque année, nous enchante par ses magnifiques chansons et la qualité de ses voix. Bravo à tous les choristes pour cette belle prestation !



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Dans le cadre du défi à vélo « les éclaireurs », les résidents des unités protégées ont bien joué le jeu en participant avec fierté



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Création d'un panneau sensoriel sur le secteur du levant, après le toucher des différentes textures ce fut place à l'assemblage



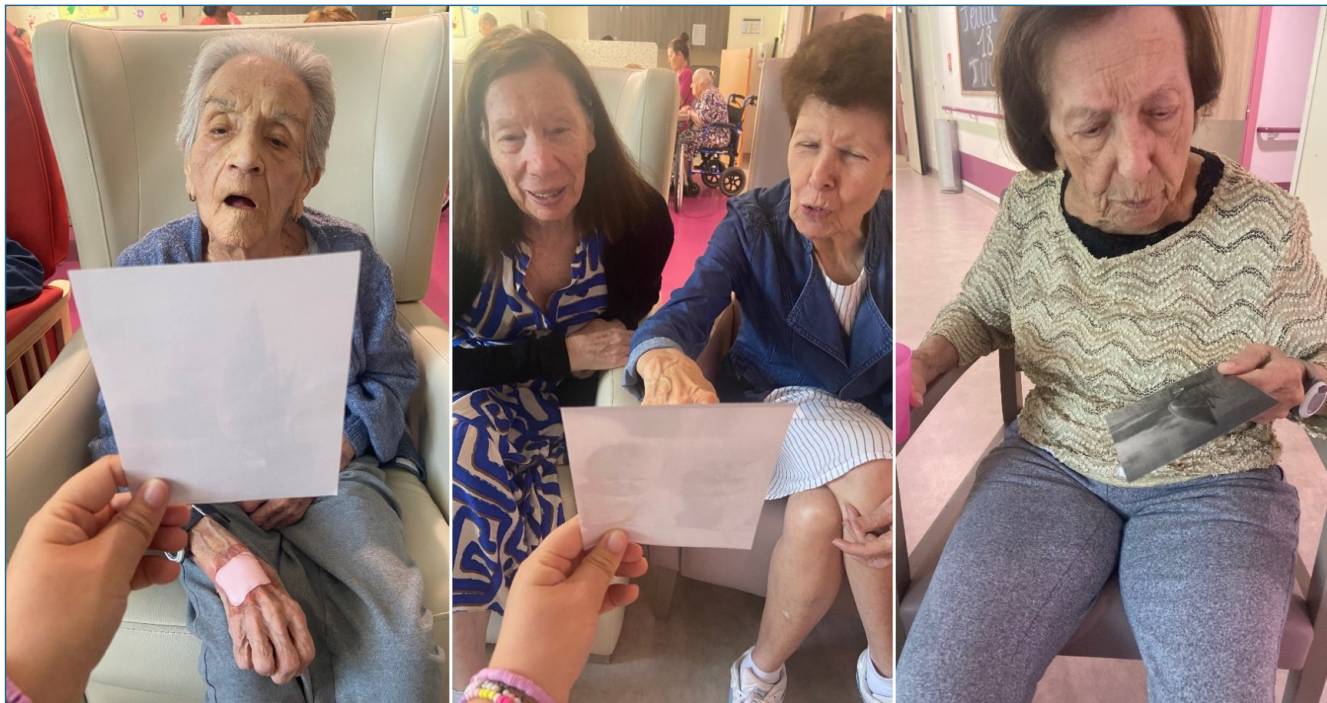
Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Sur l'unité de Porquerolles un atelier artistique, liberté d'expression a été proposé



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Chacun a laissé parler ses émotions et sa créativité



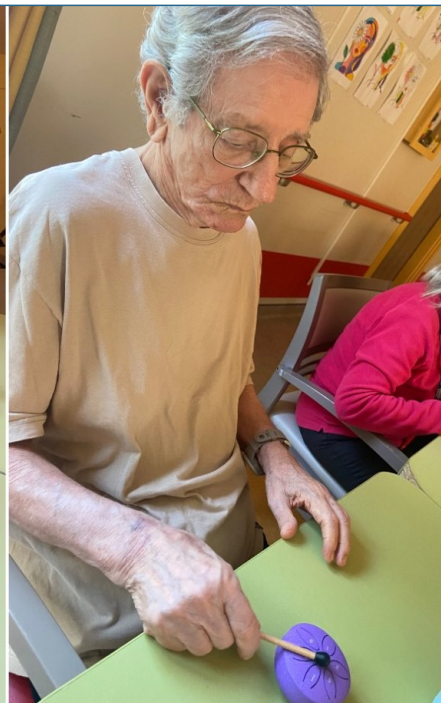
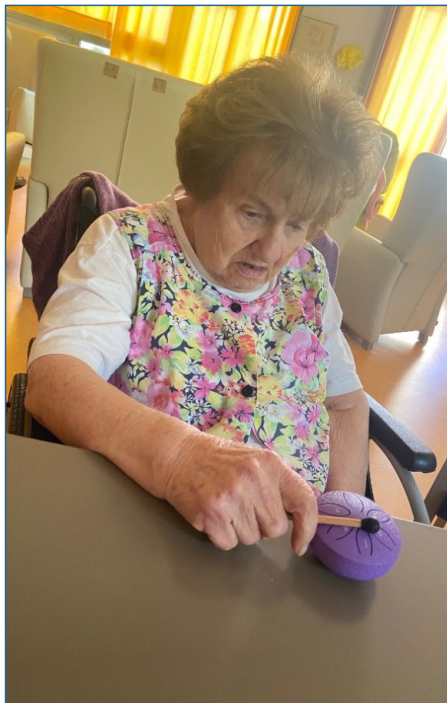
Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Sur l'unité de Port Cros les résidents ont participé à un atelier « photo langage » celui ci aide les résidents à se reconnecter avec leurs souvenirs et créer du lien social



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Au Levant, un moment de relaxation avec une proposition d'initiation au steel drum cet instrument de musique relaxant est utilisé pour favoriser la détente grâce aux doux sons émis



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Initiation au steel drum



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Au sein de l'unité de Porquerolles l'atelier de réveil musculaire contribue à réduire les signes d'anxiété mais aussi à l'amélioration de la mobilité



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Une agréable sortie dans le jardin du 2eme étage à enchanter les résidents de l'unité Porquerolles, elles ont pu se détendre devant la fontaine au son des cigales



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Un petit jeu de dominos à Port Cros, ce jeu de logique stimule la mémoire, favorise la concentration et préserve l'autonomie



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Ce matin nous avons commencé par une séance de réveil musculaire avec au programme échauffement des parties du corps, puis une petite séance de parachute, parfait pour travailler la coordination



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

À l'unité de Porquerolles ce fut un atelier sensoriel : toucher de sable magique, moulage, malaxage. Une découverte qui éveille le sens du toucher



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Tandis qu'une autre partie des résidents ont fait un jeu montessori, encastrement de formes de couleurs différentes



Ateliers thérapeutiques aux unités protégées

Un éveil des sens olfactif sur l'unité de Port Cros, des senteurs différentes qu'il fallait reconnaître



Rencontre intergénérationnelle avec la crèche

Cette semaine, les enfants de la crèche Les Bleuets ont rendu visite aux résidents, accompagnés de l'équipe encadrante et de quelques parents. À cette occasion, petits et grands se sont réunis pour célébrer la Fête de la musique, partageant un agréable moment de joie, de chansons et de convivialité.



Rencontre intergénérationnelle avec la crèche

Chacun a pu découvrir et jouer de l'instrument de musique qu'il souhaitait. Les enfants ont ensuite eu la surprise de rencontrer Yoda, le chien de la directrice, venu partager ce moment festif avec eux, pour le plus grand bonheur des petits comme des grands.

Journée à la mer



Première sortie estivale pour nos habitants à la plage de la Vignette, située au sein de l'hôpital René Sabran à Hyères. Cette plage, 100 % accessible, a permis à chacun de profiter pleinement de cette belle journée. Pour l'occasion, un pique-nique était prévu à l'ombre, ainsi que des baignades le matin et l'après-midi pour ceux qui le souhaitent. Une journée placée sous le signe de la détente, du partage et des plaisirs de l'été.

Journée à la mer



Un véritable moment de détente et de bien-être pour nos habitants. Ces journées permettent d'échanger dans un contexte différent du quotidien et de mieux connaître le personnel accompagnant. Elles favorisent également le partage, la convivialité et le renforcement des liens entre les habitants et les professionnels.



Challenge les éclaireurs

Pour information, en raison de l'épisode caniculaire qui touche actuellement la France, le Défi Solidaire des Éclaireurs prendra officiellement fin le mercredi 8 juillet au lieu du vendredi 3 juillet. Il nous reste donc quelques jours supplémentaires pour atteindre notre objectif, qui est désormais tout proche. Merci à toutes celles et ceux qui nous soutiennent dans cette belle aventure solidaire !



Les anniversaires du mois

Ce mercredi, nous avons célébré les anniversaires du mois de juin dans une ambiance joyeuse et conviviale. Patricia a animé l'après-midi et enchanté les habitants avec ses chansons françaises, son accordéon et ses nombreux déguisements. Une belle après-midi festive comme on les aime, remplie de sourires, de musique et de bonne humeur.



Les anniversaires du mois

Le gâteau préparé par le chef cuisinier a ravi les papilles de tous, et l'après-midi s'est poursuivi avec de la danse et des reprises de chansons, dans la joie et la bonne humeur. Nous souhaitons encore un très joyeux anniversaire à tous les habitants nés au mois de juin et leur adressons nos meilleurs vœux de bonheur et de santé.



Les plancha de l'été

Comme tous les jeudis, la plancha était à l'honneur. Cependant, en raison des fortes chaleurs de cette semaine, les habitants, les familles et le personnel ont partagé ce moment convivial à l'intérieur, afin de profiter du repas dans de meilleures conditions et en toute sécurité. Malgré les températures élevées, la bonne humeur et la convivialité étaient au rendez-vous.



Les planchas de l'été

Au menu : houmous et ses toasts en entrée, suivis d'anneaux de seiche panés à l'ail et au persil, accompagnés d'une salade de riz créole. Le repas s'est poursuivi avec un morceau de mimolette, avant de se terminer sur de délicieuses brochettes d'ananas caramélisé. Ces moments de partage et de convivialité sont toujours aussi appréciés par les habitants, les familles et le personnel, et constituent chaque semaine un rendez-vous attendu de tous.

Rencontre intergénérationnelle à la crèche

Ce lundi à la crèche Les Bleuets, tout le monde était en forme. L'activité principale était le jeu de ballon, très apprécié des enfants, qui en ont beaucoup demandé. La semaine a commencé sous le signe de l'activité physique, dans la bonne humeur. Elle a également été marquée par de nombreux échanges et de beaux moments de partage.

