

RÉSIDENCE DU FORT 

HÉRA

LA MAISON HÉRA : DANS UN CADRE VERDOYANT, LA MAISON HÉRA A POUR BUT DE CULTIVER
DU BONHEUR ET DE LA BIENVEILLANCE



VOL.
2



0 35545 62336 78 1



JANVIER-FEVRIER-MARS



SOMMAIRE

LA MAISON HERA

Une nouvelle année commence, on vous en dit plus

03

NOS ACTIVITÉS

Nos journées sont généralement bien chargées, suivez nous dans notre quotidien

04

NOS ACTIVITÉS AVEC LES AUTRES FOYERS

Une balade dans les fagnes, une journée carnaval tout les moyens sont bons pour retrouver nos amis

11

NOS MOMENTS DU QUOTIDIEN

Tout ses petits moments qui crée la cohésion, et les souvenirs de chacun

12

LA MAISON HERA

Bienvenu à la découverte de la maison Hera



Le début d'année 2025

Une nouvelle année commence et sous la neige pour la Maison Héra, ce qui nous donne l'occasion d'assister à de magnifique vue à l'avant de notre Foyer. Mais également de beaux sourires sur le visage de résident, et ça, ça n'a pas de prix.



Vous vous rappelez, on vous avait parlé de projet? Et c'est le cas, pour un de nos résidents. Ce dernier rend service au premier étage du foyer de Thémis, il aide les résidents dans les tâches du quotidien. Les retours sont très positifs, alors nous prenons bien le temps de le féliciter, et ça vaut bien un gros câlin de la part des ses amis. Le pouvoir d'être un petit foyer et de se soutenir tous dans nos diverses projets.

Savez-vous qui était Héra? Héra était une déesse grecque antique, c'est la reine des Dieux et la déesse du Mariage, alors vous comprenez mieux d'où vient tout cet amour et toute cette bienveillance?

NOS ACTIVITÉS

A découvrir →



H Heures séjour est une maison de retraite, où nous allons un lundi sur deux afin d'apporter notre aide, et réaliser des activités.

Les activités que nous avons proposé pour l'instant :

- Quizz de culture générale
- Activité psychomotricité
- Chant
- Danse
- Cuisine



NOS ACTIVITÉS

A découvrir



Culinaire, on vous avait prévenu que les résidents de la Maison Héra devenaient des réels petits cordon bleu.

Alors on risque de vous donner encore faim, mais promis on va continuer à vous inviter.

Parce que oui, nous avons allié notre atelier culinaire à inviter les différents foyers à venir prendre le goûter.

Un réel moment de partage, ça nous fait plaisir de recevoir, de revoir des amis de longue date, ou rencontrer de nouvelles personnes.



NOS ACTIVITÉS

A découvrir



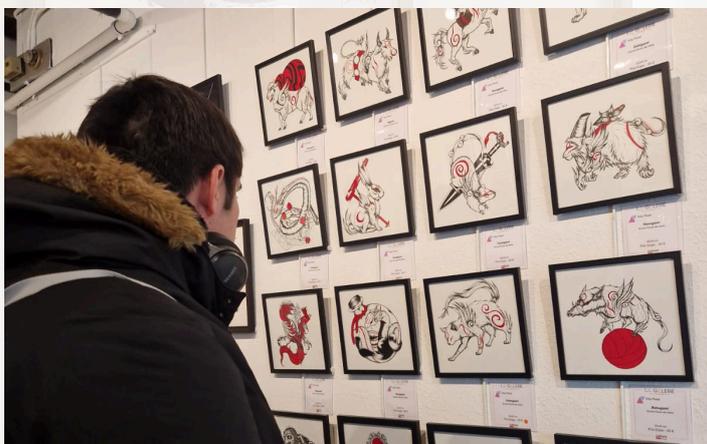
Nous avons déjà eu la chance d'accueillir le foyer d'Astrée, la Maison Domitille ainsi que le Foyer de Thémis. Au menu, on accueille nos amis avec une petite boisson, coca ou kidibull. On poursuit avec le service du gouter accompagné d'un petit café. Après c'est musique, danse, jeux de société ou encore discussions.

C'est un début, on vous promet de s'améliorer encore pour vous recevoir encore mieux à l'avenir.



NOS ACTIVITÉS

A découvrir



Art, nous nous lançons également dans un projet Artistique. Dans un premier temps, nous sommes allé voir une exposition sur l'Art Abstrait. Sans plus attendre, tant que les idées sont fraîches, on s'y met. On ne vous montre pas encore le résultat de nos oeuvres, car on a encore du travail. Mais on va se faire aidé par des personnes talentueuses, et continuer à visiter différentes expositions afin d'améliorer nos techniques. Et peut-être qu'on vous réserve une petite surprise...



BUBBLE PLANET

12 FEVRIER 2025

MAISON HERA

UNE EXPÉRIENCE IMMERSIVE



UN MONDE EN ROND

Une expérience immersive sur les balles; Une piscine de balle, des décors enchantés, des jeux à réaliser. Un vrai moment de partage, de rire, et de souvenirs.

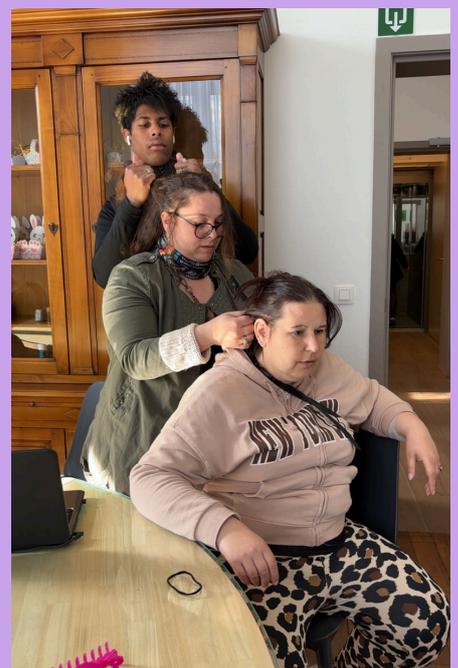


PROJET BIEN-ÊTRE

La définition du bien-être : Sensation agréable procurée par la satisfaction de besoins physiques.

Notre projet esthétique a pour but de former nos résidents dans le domaine de l'esthétique (coiffure, manucure, ...) Des études ont montrés que l'esthétique améliore l'estime et la confiance en soi.

Dans un premier temps, leurs apprentissages leurs permet de répondre à leurs propres besoins. Mais dans un seconde temps, nous souhaitons faire partager notre savoir aux autres foyers.



HIPPOTHÉRAPIE

Tous les mardis

Hippotige



L'hippothérapie, ça consiste en quoi ?

C'est une thérapie qui se fait par le lien entre l'humain et les chevaux. Selon des recherches, l'hippothérapie aide à améliorer l'estime de soi, la conscience émotionnelle, ainsi que la confiance en l'autre.



Nos séances

Chaque séance est différente. Dans un premier temps, nous avons rencontré les chevaux/poneys. Après cette prise de contact, nous avons commencé à nous en occuper (brossage, caresse, câlin, ...). Par la suite, des balades, monter à cheval ainsi que tenter de comprendre l'attitude des chevaux. La séance est toujours un moment d'apaisement et de partage qui fait du bien à tous.



L'avis de nos résidents sur l'hippothérapie

Laetitia : L'hippothérapie c'est un moyen de s'évader du quotidien. On en ressort toujours content et heureux.

Stevent : J'y vais depuis peu, mais mon ressenti est que le cheval a des émotions comme les humains. C'est souvent un moment qui m'apaise, et ça permet de se rapprocher entre résident d'Héra.

Kevin : Au début, j'avais très peur. A l'heure actuel, j'adore y aller toutes les semaines et je monte même à cheval. C'est une réelle découverte, et un moment que j'adore.

Elodie: Je me suis réconcilié avec les chevaux. Je ne voulais pas y aller, puis un jour j'ai demandé à Clara pour tester, et maintenant je me réjouis d'y aller.

NOS ACTIVITÉS

AVEC LES AUTRES FOYERS



JOURNÉE PROMENADE

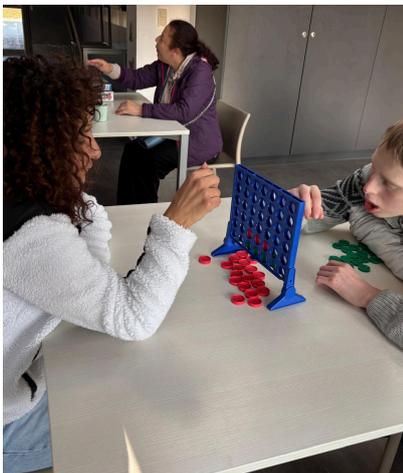
En collaboration avec Thémis et Domitille, nous sommes allés faire une journée randonner dans les fagnes. Une bonne marche, de l'air frais, des bons copains et un pique-nique, de super ingrédients pour une magnifique journée.

APRÈS-MIDI FUN CENTER

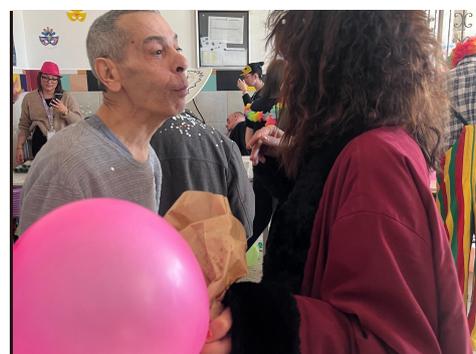
Domitille, nous a proposé une après-midi au fun center à Verviers. Au programme, laser game, bowling et salle d'arcade. Les résidents ont passé une après-midi qu'ils ne sont pas prêts d'oublier !



TOURNOI PUISSANCE 4



Domitille nous a proposé un tournoi de puissance quatre. En dehors de l'activité en elle-même, nous apprécions beaucoup revoir nos amis. D'activités en activités, nous tissons des liens et prenons le temps de se découvrir un peu plus. Merci à Domitille, pour l'activité.

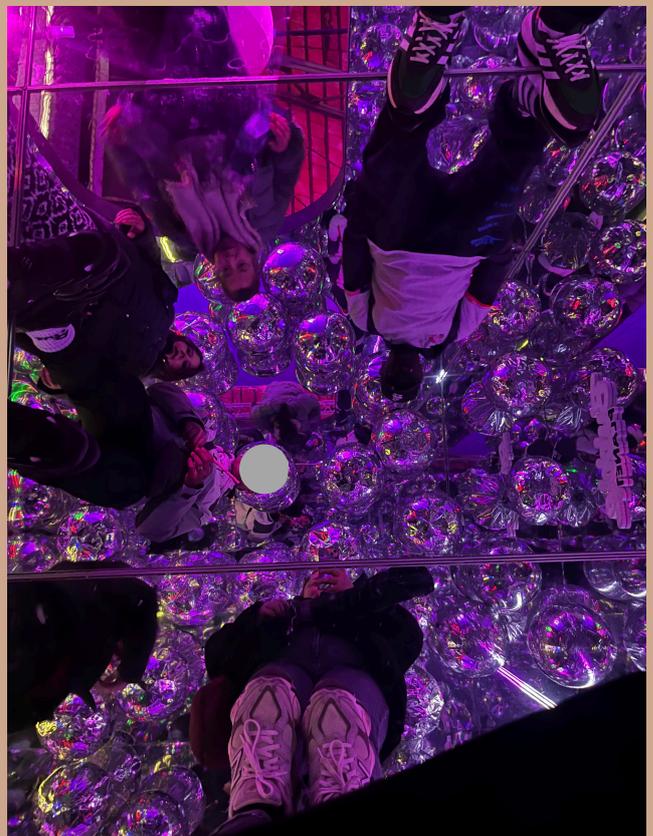


Le carnaval de Thémis. Les magnolias nous ont invité à leur carnaval. Une ambiance garantie !



NOS MOMENTS DU QUOTIDIEN

On adore tout autant, les moments du quotidien. Une virée chez Ikea avec un shooting photo pour Vincent, une soirée à soutenir nos joueurs de mini-foot, ou simplement l'arrêt dans un magasin sur le thème d'Harry Potter. Mais aussi, des petits restaurants qui font plaisir à tous et surtout à nos estomacs. 😊





NOS MOMENTS DU QUOTIDIEN

Des balades au couché du soleil, des après-midi au carnaval, des simples balades et un petit café dans un bar à chat. Tout c'est petits moments qui rendent la vie un peu plus douce.



RÉSIDENCE DU FORT 

HERA

LA MAISON HERA SE REJOUIT DE PARTAGER SES
PROCHAINES AVENTURE AVEC VOUS.



0 35545 62336 78 1



A BIENTOT, POUR DE NOUVELLE AVENTURE

