

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



N° 06 Mars - Avril - Mai 2018

SOMMAIRE

Edito: Le mot du directeur: Notre organisation en soin.

Festivités intergénérationnelles: Journée mondiale de la Poésie, Plantation printanière, Château Gonflable

Evènements: Loto annuel, Une Pizza: une retraite!

Les tables d'Hôtes: Morgiou et Sormiou

Ateliers: Quand les animaux calme, Réminiscence, Coiffure pour les résidents,

Spectacles: Gospel, Fête des mères.

L'accueil de jour: Notre petite unité «Alzheimer»

Le PASA: L'Art de la terre

Spectacles: Les Joyeux anniversaires de mars, avril, mai

Evènements à venir: A vos agendas!

Portraits: Un résident et un membre du personnel.
Bienvenue aux nouveaux résidents de mars, avril, mai.

Détente: Mots mêlés et devinettes.

Horoscope du mois de Juin: Signes par signes.

Entre nous!

42, Bd Canlong
13009 Marseille

Tél.: 04 91 72 70 80
Fax: 04 91 72 66 35

dir-sormiou-
marseille@domusvi.com

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou

Le Mot du Directeur



Depuis le 1^{er} janvier 2018 notre organisation en soin a évolué, notamment par l'implication de notre nouveau médecin coordonnateur, le Docteur Philippe Perry, mais aussi celle de notre Infirmière coordinatrice, Christèle Durand.

Le jour, deux infirmiers et 9 aides-soignantes par équipe (auxquels s'ajoutent une apprentie aide-soignante en renfort) prennent en charge nos résidents. La nuit ce sont trois personnes par équipe : un infirmier, une aide-soignante et une aide hôtelière qui gèrent leur bien-être et leurs soins.

Deux psychomotriciens, un ergothérapeute, deux kinésithérapeutes, une responsable PASA (Pôle d'Activité de Soins Adaptés) les aident au quotidien par leur savoir-faire et leur expérience.

L'équipe soins a mis en place plusieurs commissions (Commission de suivi nutritionnel, Commission d'analyse et de prévention des chutes, Commission de suivi des contentions) qui se réunissent mensuellement pour analyser les critères indispensables au bon suivi médical des personnes âgées.

Le Docteur Philippe Perry est présent tous les jours de la semaine soit le matin soit l'après-midi. Nos quatre médecins généralistes, qui assurent avec le Dr Perry une astreinte la nuit et le week-end, viennent une à deux fois par semaine le matin ou l'après-midi.

Nous avons convaincu des spécialistes de venir consulter dans la résidence : dentiste, cardiologue, ORL, neurologue, géronto-psychiatre afin d'éviter de déplacer nos résidents. A ces spécialistes s'ajoute la télémédecine qui permet de gérer à distance la dermatologie et les plaies. Dans quelques temps la télémédecine nous permettra de gérer d'autres problèmes (anémies, démence, suspicion de fractures etc.).

Enfin les conventions passées avec la Clinique Bonneveine, l'Hôpital sainte Marguerite (services du professeur Villani), le Centre gériatrique Montolivet, L'hôpital St Joseph, la clinique Valmante, la Clinique Ste Elizabeth, la Clinique Beauregard nous permettent d'assurer un suivi rapide et efficace de nos résidents notamment lors d'une hospitalisation.

Comme vous pouvez le constater, le suivi médical de nos résidents est optimisé et l'organisation mise en place notamment avec les infirmiers de nuits et les différents centres médicalisés nous permet d'éviter ou limiter dans le temps les hospitalisations.

Pierre VIRGILE, Directeur

Edito...

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



La poésie ou l'art de la terre s'invite entre les générations, par des mots, des images, des dessins et des fleurs.

Journée mondiale de la Poésie!

Le 21 mars a été proclamée Journée mondiale de la poésie par la Conférence générale de l'Organisation des Nations-Unies pour l'éducation, la science et la culture.

L'objectif de cette journée est d'encourager la lecture, la rédaction, la publication et l'enseignement de la poésie

dans le monde entier et de "donner une reconnaissance et une impulsion nouvelles aux mouvements poétiques nationaux, régionaux et internationaux". Avec les enfants de l'école des Calanques et nos résidents, nous avons échangé notre vision de la poésie.

Plantation printanière...



Ce rassembler autour d'un jardin thérapeutique, telle était la mission de cet après-midi. Petits et grands autour de la nature en y mettant la main à la «terre» avec les enfants de l'école des Calanques et des résidents qui ont la main verte. Planter, travailler la terre

avec un objectif commun c'est de s'amuser ensemble tout en posant symboliquement des gestes de respects à la nature et à l'environnement. Ce partage d'embellir donne le sourire à chacun. Les animaux ont aussi eu droits à de l'attention.

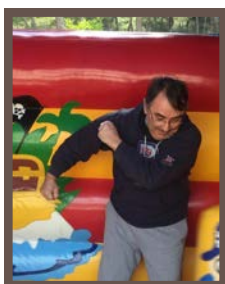
Intergénérationnel...

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



Quand le château (gonflable) du domaine de Sormiou, invite les petits et les grands a vivre un après-midi rebondissant!

Château gonflable et hop!



Le 18 mai dernier, le château a refait son apparition sur le domaine de Sormiou.

Pour l'occasion, les enfants de ***l'école des calanques*** sont venus pour

la cérémonie d'ouverture. Nous avons ainsi profité d'un petit concert de violon en constatant que les enfants avaient appris de nouveaux morceaux.

Puis il est temps d'aller visiter ce somptueux château en sautant.

Les enfants semblent apprécier la visite et en redemandent. Leur joie est communicative et se transmet rapidement aux résidents.

Une fois la visite des enfants achevée,

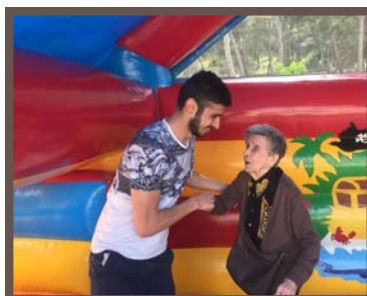
il est temps pour tout le monde de profiter d'un goûter royal! Suite au départ des enfants, l'âme aventurière de certains de nos résidents se réveille.

Ils s'élancent à la conquête de ce château qui leur réserve certaines belles surprises.

Chacun renoue avec son âme d'enfant tout en travaillant sans s'en rendre compte sur l'équilibre, le système vestibulaire et la revalorisation de soi.

Chacun repart fatigué mais heureux dans les appartements du domaine de Sormiou.

Céline, *Psychomotricienne*



Intergénérationnel...

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



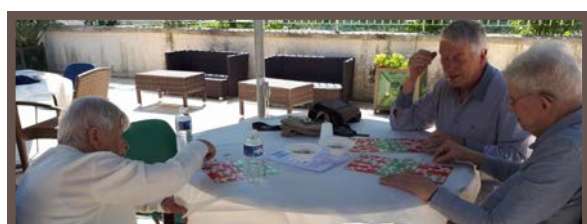
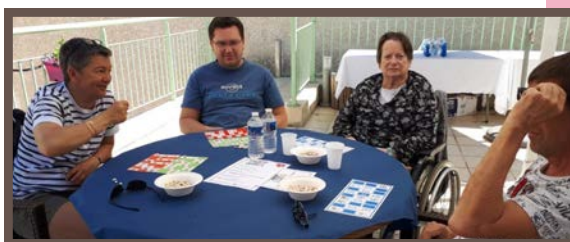
Le temps est au beau fixe pour vivre un Loto riches en lots offert par nos fournisseurs et Domusvi.

LOTO ANNUEL

Samedi 21 avril, le son des boules résonne sur la terrasse ... et que ça tourne, tourne,... avec le regard de chacun fixé sur son carton prêt à crier le premier! Les familles et le personnel aident les résidents à placer les graines sur les bons numéros.

Entre les quines et les cartons pleins, les lots se distribuent petit à petit.

Nos fournisseurs n'ont pas lésiné sur la qualité des lots, l'évolution fait que cette année nous avons offert beaucoup d'objets technologiques et bien sûr les fidèles électro-ménager. La grande télévision de la tombola fut remportée par notre assistante sociale, Marie Laure. Le gâteau du goûter a eu un franc succès et a remontés les troupes pour continuer la deuxième partie. Ce fût un moment chaleureux et joyeux pour nos résidents et leurs familles.



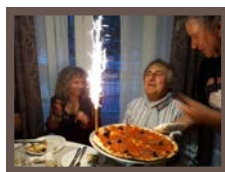
Evènements...

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



Le 14 mai, l'heure de la Pizza a sonné! Les familles et le personnel ce sont retrouvé à partager un morceau de Pizza pour un moment très particulier!

Une PIZZA et une retraite!



Ce 14 mai fût un repas à thème particulier.

Le rendez-vous est donné au restaurant pour une soirée pizza pas comme

les autres! La retraite d'Ange Raphael, notre kiné ancré dans la résidence depuis de longues années! Nous levons notre verre pour fêter sa nouvelle vie qui commence. Ange a vécu l'évolution de la résidence au fil des années. Il est la mémoire des lieux, il aime raconter et partager les anecdotes, les évolutions, les transformations et l'histoire de notre résidence. Il reste un

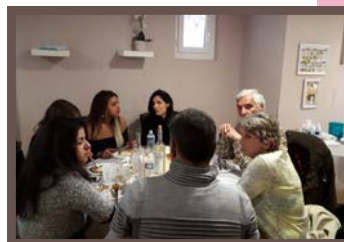
des piliers qui a vécu année après année de belles rencontres.

Aujourd'hui, c'est l'heure pour lui, de vivre sa retraite bien méritée.

Nous avons dégusté avec les familles et le personnel, les fameuses Pizza de Jacky.

Vivre ce moment ensemble permet aussi de se rencontrer autrement. L'ambiance est détendue et festive, les discussions permettent de nous rencontrer dans un autre contexte et de nous découvrir aussi

Isabelle, *Responsable du PASA*




BON À SAVOIR

**JOURNEE MIXI-VOILE: 14 juin, 21 juin, 28 juin!
Venez nombreux accompagner vos parents sur
un voilier durant une matinée! Départ 9h00.**

Evènements...

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



Tous les 4^{ème} mardi et mercredi du mois, des tables d'hôtes s'organisent au sein de différents secteurs de la résidence!

Tables d'Hôtes...

Chaque mois une table d'Hôtes s'organise avec un membre du personnel et quatre résidents pour partager un repas convivial hors du restaurant habituel. A Sormiou, cela se passe à la bibliothèque Marcel Pagnol et à Morgiou dans le salon de détente de l'unité de vie Protégée. Le partage de ce repas plus intime reste un moment privilégié pour chacun. Ce moment est bien vécu par les résidents qui sont mis à l'honneur d'un service spécifique et attentif. Ils se sentent, au restaurant, et/ou en famille. Être en lien autour d'un repas avec les résidents, permet de prendre une place différente avec eux. Être dans des actes techniques de soin peut parfois distancer la rencontre. Lors de ces repas, le cadre permet de parler, d'échanger et de se rencontrer vraiment et de vivre un moment plus intime avec nos résidents.

Isabelle, Responsable du PASA

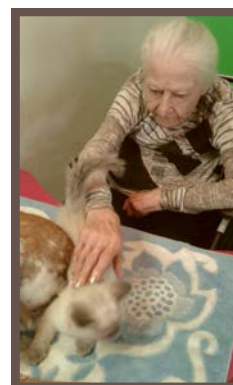
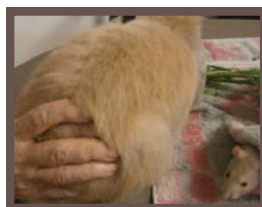
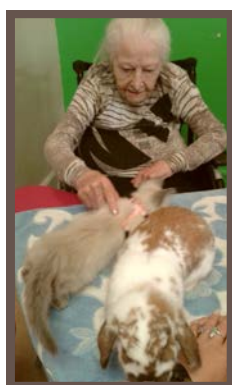


Un repas ensemble...


BON À SAVOIR

LECTURE-SPECTACLE le 4 juillet 2018 à 14h.
A l'occasion du centenaire de l'armistice:
« Bien à vous », spectacle avec Laetitia Langlet,
Catherine Swartenbroekx, Muriel Tschaen.

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



Tous les lundi, Magali arrive avec ses amis les animaux. C'est un moment chaleureux et apaisant pour les résident.

Quand les animaux calme !

Les séance de Zoothérapie avec Magali a l'Unité de vie de confort ce passe tous les lundi en début d'après-midi. Entre le petit chat, les lapins, le chien, les résidents sont interpellés. Les mains s'avancent pour caresser,

les sourires s'inscrivent sur les visages. L'effet calmant est visible. Certains parle et raconte aussi des petites histoires. Une ambiance calme et sereine s'installe dans l'unité.

Hafida, AS

Réminiscence !

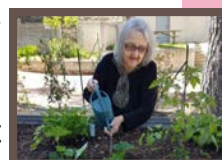
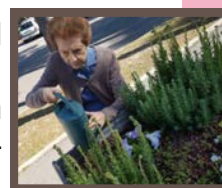
« Les Jardins de Sormiou » offre un cadre hors norme à travers ses jardins, son potager, et son parc animalier. Ce cadre exceptionnel permet aux résidents de maintenir un cadre de vie de qualité.

Des ateliers de réminiscence sont mis en place pour les résidents de l'Unité de Vie Protégée. Ils peuvent entretenir et faire vivre notre potager avec nos psychomotriciens. Cela leur rappelle des faits de leur vie. A travers l'arrosage de celui-ci, les résidents exercent un mouvement qu'ils ont connu, et ont la possibilité de se remémorer des événements de vie à travers la notion sensoriel que propose le potager.

A la suite de l'arrosage du potager les résidents profitent des jardins et parcs

animaliers dans lequel ils se baladent.

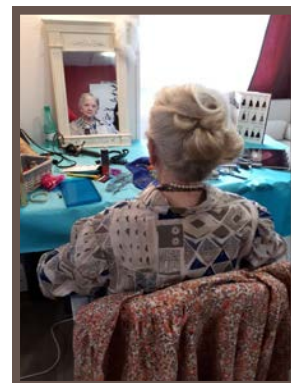
De plus la création d'un espace ouvert avec jardin et terrasse est en cours pour les résidents de l'Unité de Vie Protégée. Un espace qui propose sécurité et bien-être. Toutes ces installations permettent aux résidents de bénéficier d'une réminiscence (Souvenirs).



Romain,
Psychomotricien

Ateliers...

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



Durant un après-midi, la fille d'une résidente est venue réaliser des belles coiffures aux résidents !

Coupe fine !

La fille d'une de nos résidentes a passé un après-midi en notre compagnie pour nous faire partager son savoir faire artisanal. En effet, dans la famille nous comptons deux coiffeuses : la mère et l'une de ses filles. Le virus de la coiffure semble bien se transmettre aux générations suivantes.

Celles qui le souhaitaient ont ainsi pu profiter du salon de coiffure éphémère

créé tout spécialement pour l'occasion dans la salle d'animation.

Les chignons, les tresses ou autres brushings ont été proposés pour ces dames, dans l'ambiance conviviale propre au salon de coiffure. Nous remercions encore vivement la fille de notre résidente pour cette intervention fort chaleureuse.

Gospel et Fête des Mères...

Un groupe de Gospel de la région aixoise est venue au sein de la résidence pour nous faire vivre un après-midi au son du Gospel. La vingtaine de chanteur dirigés par leur chef de chœur ont transmis leur amour du Gospel à nos résidents. Certains ont pu reconnaître les bests sellers tels que la chanson « Oh Happy day » et bien d'autres, repris en chœur par l'assemblée. Ils ont su nous faire voyager dans leur univers grâce à leurs costumes et leurs voix si caractéristiques de ce style musical.

Céline, Psychomotricienne



Festivités...

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



La traditionnelle tarte aux pommes
a fait son apparition sur demande des résidents
qui trouvent l'été bien long à venir !!



L'Accueil de Jour

C'est donc l'époque des pâtisseries plutôt que celles des salades que nous dégusterons dès que nous le pourrons sur la terrasse. L'odeur des pommes chaudes et sucrées, un véritable plaisir, qui nous aide à attendre que le beau temps s'installe enfin!

Alors, nous poursuivons nos activités en intérieur, quoi qu'il en soit. Ici dessous, Elise travaille sur le concept de «l'intrus» à trouver.

Il s'agit d'isoler, oralement, l'objet qui ne correspond pas à la même famille d'objet. L'image aide parfois à retrouver le mot, qui lui-même, permet d'identifier une autre image et un autre mot, pour au bout du compte raisonner, et trouver quel est l'intrus !

Et oui, le cerveau à ses raisons que la raison ignore !!

Elise était institutrice et elle aime bien jouer avec les mots et les images. L'âge qui avance, nous rouille parfois un peu le chemin vers l'information présente.

Aussi, à l'accueil de jour, c'est un peu comme une séance d'orthophonie en groupe, on tâche de retrouver les informations enfouies...

Pendant ce temps, Lucienne, notre ancienne dentiste, à une dent contre les jeux de logique !! Elle préfère lire son journal pendant la digestion !

Safia, l'Assistante de Soins en Gériatrie a proposé d'éplucher les légumes. C'est d'accord pour la majorité qui s'installe les uns à côté des autres. Nous allons passer un bon moment à discuter et à nous concentrer sur ces gestes si connus...

C'est réellement le prolongement du domicile, et de ce que chacun peut encore faire en rentrant chez lui. Joseph, le seul homme de la table est un habitué, il fait souvent ici, tout comme il le fait aussi avec sa dame à son domicile.

Pendant ce temps, d'autres vont marcher, et agir sur leur motricité aidés et guidés par le kiné. Toutes les stimulations et occupations sont les bienvenues, d'autant plus qu'elles sont partagées en groupe

Il nous est essentiel, de sortir de chez soi, d'avoir une vie sociale et active autant que faire se peut. L'accueil de jour est un lieu de vie, de retrouvaille. Toujours du mouvement, les familles, les ambulances et le chauffeur se relaient tous les matins et tous les soirs pour accompagner tout ce petit monde !

La maison est ouverte aux anciens des environs, si vous le souhaitez, des places vous attendent ...

Catherine, Responsable Accueil de Jour


BON À SAVOIR

BESOIN DE PARLER: Les groupes de paroles pour les familles, vont reprendre prochainement avec différentes thématiques. Si vous êtes intéressés, prenez contact avec notre psychologue Justine, le lundi matin et les mardi et jeudi après-midi.

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



L'action de modeler permet aux résidents de vivre entre le réel et l'imaginaire et d'observer son œuvre en décalage avec sa pensée.

L'Art de la terre!



L'activité de création laisse une trace et le regard qui contrôle le résultat passe par la pensée qui construit l'image d'où souvent le besoin que l'objet soit représentatif de quelques choses que l'on

reconnais. Nous sommes entre le réel et l'imaginaire. Il est important d'observer comment vit et est perçu le corps, soit comme un aspect investi, soit comme quelque chose d'étrange voire rejeté par des jugements.

Cela renseigne sur la faculté de nous maîtriser, car en maîtrisant la matière, c'est nous que nous maîtrisons.



Modeler la terre c'est aussi apprendre à supporter la frustration, par le décalage entre l'objet imaginé et l'œuvre modelée. Ensuite, il va aussi falloir attendre que la terre sèche pour pouvoir la faire cuire, il va falloir la peindre, la cirer ou l'émailler, afin d'avoir une œuvre achevée. On se retrouvera face à la joie de la réussite ou à la déception face aux imperfections. Entre l'idée créatrice et le geste créateur, il y a tout un monde imaginaire.

Isabelle, Responsable du PASA



PASA...

Le Journal de la Résidence Les Jardins de Sormiou



Joyeux anniversaires aux résidents du mois de mars, avril, mai 2018

Mme Raimon, Mme Renault, Mr Esteve, Mme Rico, Mme Tron, Mme Dasi, Mme Muraton, Mme Maitrejean, Mme Colombani, Mr Dei, Mme Vernerey, Mme Raspail, Mr Bennourine, Mme Metzger, Mme Cosson, Mr Rivière, Mme Roguet, Mme Noden, Mme Rosset.

Les Joyeux Anniversaires!



Résidents en fête!

Le Journal de la Résidence **Les Jardins de Sormiou**

Bienvenue aux nouveaux résidents

Bienvenue aux nouveaux résidents qui ont intégré «Les Jardins de Sormiou» depuis mars: Mme Alfonsi, Mme Claverie, Mr et Mme Dei, Mme Figueres, Mme Richaud, Mme Vernerey, Mme De Riz

Portrait d'un résident

Portrait de Mme Richaud:

Quelle est votre année de naissance?

Je suis né en Octobre 1934.

Quel est votre signe astrologique?

Je suis du signe de la balance.

D'où venez-vous?

Ma mère est de Cannes et mon père des Alpes de Haute Provence.

Mes parents se sont installés sur Marseille, ville où je suis née et où j'y ai passé toute ma vie.

Quelle était votre profession?

J'ai réalisé des études de comptabilité, puis j'ai commencé à travailler en tant que comptable. Par la suite je suis devenue commerçante dans une entreprise appartenant à ma famille.

Quelle est votre situation familiale?

Je suis célibataire et sans enfant.

Votre plat préféré?

Je n'ai pas de plat préféré mais j'apprécie la blanquette de veau.

Donnez-moi un souvenir marquant?

Je n'ai pas de souvenir marquant, mais je me rappelle beaucoup des voyages que j'ai pu réaliser plus petite avec mes parents.

Parlez-moi de vos loisirs?

J'aime beaucoup les voyages et les rencontres qu'ils induisent.

Portrait d'un membre du personnel

Portrait de Christelle Durant (IDEC)

Quel âge avez-vous? J'ai 30 ans.

Quel est votre signe astrologique?

Je suis du signe du poisson

D'où venez-vous? Je suis née à Paris mais +/- tous les 2 ans mes parents déménageaient dans la France, entre la Bretagne, l'Aveyron, etc. Depuis 7 ans je suis à Marseille.

Quelle est votre situation familiale?

Je serai mariée dans quelques semaines.

Quels sont vos loisirs? J'aime le Yoga, le chant mais ma passion première c'est l'équitation.

Et votre plat préféré?

Je suis plutôt salée, j'aime les viandes blanches et je cuisine plutôt style Japonais.

Ce que vous aimez dans votre métier?

Le relationnel avec les gens, l'étude des relations humaines, manager les équipes.

Portraits...

Le Journal de la Résidence
Les Jardins de Sormiou

En Août...



Evènements à vivre
en famille!

Baignade!

C'est l'occasion de vivre un moment chaleureux au bord de l'eau avec votre parent. Beaucoup de souvenir de baignade en famille sont présents dans les mémoires. Amenez vos maillots et ceux de vos parents et venez avec nous pour une matinée les pieds dans l'eau. Infos auprès de Céline et Isabelle

En Septembre...
Voiture ancienne!

Une occasion unique de vivre une journée à admirer de belles voitures anciennes avec un défilé de cylindrées des plus insolites et de toutes les couleurs!
Infos auprès de Gabrielle



Evènements à venir...

Le Journal de la Résidence

Les Jardins de Sormiou

Autour de l'eau

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
I													
II													
III													
IV													
V													
VI													
VII													
VIII													
IX													
X													
XI													
XII													
XIII													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

Horizontal

- I. Endroit où le fleuve se jette dans la mer.
 II. Magasin africain. Presque bien. Durillons sur les doigts de pieds. III. Celui des Bermudes est dangereux. Presque hier.
 IV. Unité d'enseignement et de recherche. Serpent. Récipients où l'on dépose des fleurs.
 V. Ville des Cévennes. Grande Section. Doses mélangés. VI. Troisième personne. Possessif. Colonie d'insectes. VII. Courte référence. Ce que l'on faisait respirer pour ranimer. On y prépare un DUT. VIII. Elle est souvent avec A.R. Possessive. Blessée dans son amour-propre. IX. Dans "la fureur de vivre". Peau tannée. Régime Matrimonial. X. Période chaude. Avoir le courage. Qui tient la tête.
 XI. Sacs de couchage garni de plumes. Unique. XII. Qui recouvre la plus grande partie du globe. Terrains où l'on fait évaporer l'eau de la mer pour recueillir le sel. XIII. Pronom personnel. Note. Période. Windows. Première lettre.

Vertical

1. Embouchure d'un fleuve envahie par la mer. Ceux qui sont dans l'adolescence. 2. Plante parfois toxique. Sans violence.
 3. Vase ancien. Cours d'eau qui aboutit à la mer. 4. Fromage canadien proche du Port-Salut. Au service d'Hitler. Instrument de jardinage à long manche muni de dents. 5. Symbole chimique du niobium. On peut parfois tomber dessus. Explosif.
 6. Oiseaux échassiers migrateurs. Ouvrier Spécialisé. 7. Exprime le regret. Grandes étendues d'eau entourées de terres. Possessive. 8. Unique. En matière de. Union européenne. Période. 9. Possessif. Faire changer de direction. 10. Oiseau carnivore à longues pattes, vivant près de l'eau. Mesure de l'âge. 11. Couverts de plumes. Perdu (fam.). 12. Remettons une oeuvre en vente. 13. Champion. Sécurité Sociale Minière. Prise d'émotion.

Blagues:

La visite médicale

Deux gamins sont assis dans la salle d'attente d'un dispensaire médical. L'un des deux pleure comme une madeleine.

- Pourquoi pleures-tu ? lui demande son pote Raoul.
- Je viens pour une analyse de sang, répond le premier.
- Eh alors ! C'est ça qui te fait peur ?
- Oui. Pendant l'examen ils te coupent le bout du doigt. C'est mon frère qui me l'a dit !

À son tour Raoul commence à sangloter. Le premier gamin hoquette de surprise. Son pote Raoul le téméraire qui pleure ?

- Pourquoi tu pleures, toi ?
- Parce que moi, je viens pour une analyse d'urine !

L'instinct de survie

Un homme accoudé au bar raconte à la cantonade :

- Hier soir, vers deux heures du matin, une forte odeur de fumée me réveille et je me rends compte qu'il y a le feu dans mon appartement. Je me précipite, au milieu des flammes et de la fumée, pour sauver ma belle-mère qui dormait dans la chambre à côté.

Et parmi les habitués, quelqu'un ajoute :

- Eh oui, en de telles circonstances, on perd facilement la tête.

Détente...

Le Journal de la Résidence

Les Jardins de Sormiou



Bélier

Climat paisible tout au long de ce mois. Vous pourrez compter sur votre entourage pour vous changer les idées. Vous aurez davantage de chance d'être en phase avec certaines personnes et de pouvoir commencer une aventure qui a toutes les chances de durer...

Taureau

Calme et lent, mais vous n'en resterez pas moins actif. Vous avancez à votre rythme, doucement mais sûrement et il est vrai que votre énergie ne sera pas à son maximum. Mais méfiance, vous pourriez bien pécher par excès d'assurance et finir par passer plus de temps à vous reposer sur vos lauriers qu'à agir.

Gémeaux

Dépêchez-vous de mettre en place les actions qui vont dans le sens de vos objectifs ; vous aurez comme ça le reste du mois pour profiter des résultats. La communication ira bien, vous aurez des idées et ferez preuve d'une grande ingéniosité.

Cancer

Vous aurez la chance de profiter d'un ciel astral excellent qui vous permettra d'envisager de vrais virages dans tous les domaines. Vous aurez le vent en poupe sur l'ensemble de ce mois.

Lion

Votre vision se clarifie, et vous parvenez peu à peu à dessiner nettement vos objectifs en devenir. Vous profiterez aussi de ce mois pour trouver bon

nombre de réponses à vos doutes et l'incertitude qui pouvait vous gagner dernièrement s'envole au fil des jours.

Vierge

Vous aurez la latitude pour continuer sur la lancée des semaines passées et vous ne manquez pas de détermination pour aller au bout des choses et surtout de vos objectifs. Relationnel harmonieux et ensoleillé.

Balance

De votre côté, vous serez ouverte, altruisme, empathique et vous aurez véritablement à cœur de prendre soin des autres, qu'ils vous soient proches ou non. Vous entraînez tout le monde dans votre sillage grâce à votre bonne humeur et votre énergie communicative. Vous aurez parfois tendance à idéaliser les autres et si vous n'y prenez garde, vous pourriez être déçue.

Scorpion

Si vous avez laissé couler pas mal de choses ces derniers temps, ce mois sera celui des choix clairs et tranchés. Vous aurez l'occasion de vous imposer pour évoluer ; mais ce sera aussi le moment d'assumer les décisions prises et leurs conséquences.

Sagittaire

Vous ne manquerez pas de confiance en vous et aurez

l'impression d'un mois fluide, facile, comme si la route s'ouvrait devant vous et rendait tous vos projets possibles. Vous brillez, et rien ne semble pouvoir vous arrêter, ni même vous ralentir...

Capricorne

Vous vous ouvrez de plus en plus au fil des jours et si vous avez encore tendance à regarder en arrière, vous profiterez d'un ciel favorable pour les projets d'avenir. Le climat reste mitigé mais s'améliore au fil du mois et votre forme s'annonce bonne. Attention à ne pas rester dans votre coin à ruminer, vous tirerez davantage de bénéfique à partager avec votre entourage et à exprimer ce que vous ressentez.

Verseau

Vous débordez d'énergie et de projets ; vous voulez que ça aille vite, que ça bouge, qu'il se passe des choses et vous ferez tout pour que votre mois soit dans cette dynamique. Il vaudra mieux que les autres vous suivent et tiennent la cadence, car gare à qui vous ralentira.

Poissons

Vous serez enfin prêt à faire tout votre possible pour amorcer le changement dans les différents domaines de votre vie et rien ni personne ne pourra vous en empêcher. Vous serez en grande forme et votre détermination sera à toute épreuve.

Fiez-vous à vos ressentis, ils vous permettront d'être au bon endroit, au bon moment.

Horoscope de juin.