

Le Journal



des résidences

Les Aigueillères

La Cyprière

La Martégale

N° 45 - MAI 2014



LA RECETTE DU MOIS :
" Flan d'asperges
au parmesan "

PAGE 8



• **ACTUALITES DES RESIDENCES**
• Un excellent cru pour les
• "Journées Citoyennes" du 2 avril !
• **PAGE 4**

JEUX DE MOTS :

PAGES 9-10



• **DOSSIERS DES RÉSIDENTS**

• Les Aigueillères en page 5

• La Cyprière en page 6

• La Martégale en page 7





Ours

Édition : Groupe E4

Rédaction : Groupe E4 - DP News

Adresse :

Groupe E4
18 chemin de la Plaine
34990 Juvignac



Ce journal est imprimé dans le respect de l'environnement



Le mois le plus oisif de l'année ?

Cette année 2014 réserve d'agréables surprises avec trois jeudis fériés ! Il y a fort à parier que nombre de travailleurs vont profiter des ponts et à s'offrir des petites escapades bien méritées.

Et du côté météo, tous les signaux sont au vert : chaleur quasi estivale, beau temps et animations extérieures à foison !

Avant de vous laisser vous plonger dans votre journal préféré, les Résidences adressent leur plus vives félicitations aux nouvelles équipes municipales, suite aux élections du mois derniers, dont les résultats n'avaient pu encore être annoncés avant le bouclage.

Bonne lecture à toutes et tous !

Sommaire >>

> Actualités des résidences	→ Page 4
> Dossier des résidents des Aigueillères	→ Page 5
> Dossier des résidents de la Cyprière	→ Page 6
> Dossier des résidents de la Martégale	→ Page 7
> Recette du mois	→ Page 8
> Jeux	→ Page 9
> Résultats des jeux du mois précédent	→ Page 10
> Vos représentants institutionnels	→ Page 11
> Contacts et plans	→ Page 12

ACTUALITÉS DES RÉSIDENCES : "UN EXCELLENT CRU POUR LES "JOURNÉES CITOYENNES" DU 2 AVRIL !"

Comme les photos le montrent, les journées citoyennes ont été cette année particulièrement animées. Et si la présence des enfants des centres de loisirs en est pour beaucoup, il faut rendre également justice à la qualité des interventions. Interactives et vivantes, tous ont pu y participer.

La Martégale a accueilli en son sein le spectacle "Patatri – Patatra", qui a ravi petits et grands.

Les Résidents de **La Cyprière** sont désormais incollables sur l'apiculture, avec l'installation d'une véritable ruche sur la Résidence.

Aux Aigueillères, les participants ont pu admirer le talent d'un sculpteur sur métal, qui a réalisé une oeuvre d'art en direct avec des matériaux de récupération.

Vous pouvez dès à présent retrouver la vidéo de cette journée sur notre site internet : www.maison-retraite-montpellier.com

Cette fois ça y est, les nouvelles équipes municipales sont bien en place. Toutes les équipes des Résidences se réjouissent à l'idée de collaborer avec les nouveaux maires récemment élus :

M. Jean-Pierre RICO à Pérois
M. Michel FRAYSSE à Montferrier-sur-Lez
M. Jean-Luc SAVY à Juvignac.

Pérois pour la Martégale :

Le 17 mai à partir de 18h00 à la Maison des Arts : concert baroque gratuit, (pensez à réserver !).

Le 24 mai à 20h30 dans le jardin de la mairie : concert de musiques actuelles !

La Cyprière :

Un "joyeux anniversaire" exceptionnel à Mme Rigollot qui fêtera ses 100 ans le 15 mai !

Un nouvel atelier voit le jour : la "musicoctricité" (musicothérapie et psychomotricité), animée par Mélanie et Elodie.

Montferrier-sur-Lez pour les Aigueillères :

Le 17 mai à partir de 14h00, place des Grèses : fête des familles avec le service enfance et jeunesse.

Le 24 mai à 17h30 au Devezou : présentation théâtrale des ados et des enfants de Montferrier-sur-Lez.

LA PAROLE AUX RESIDENTS !

"RENCONTRE CITOYENNE"

Les Aigueillères
Résidence

La rencontre citoyenne s'est déroulée autour du thème du développement durable. Les enfants du Centre Aéré étaient invités à partager cette après-midi avec les résidents.



L'association « Le Relais », propose aux résidents et aux enfants un tri de vêtements en commun. Pour certains il n'y a rien à jeter !!!

L'œuvre réalisée par l'artiste, M. Moksa, au cours de l'après-midi. La nouvelle mascotte de la Résidence !!



« C'était une journée formidable et très intéressante pour nous et aussi pour les enfants. On a pu leur expliquer qu'à notre époque on ne jetait pas facilement les choses, on récupérait tout, on raccommodait les chaussettes et même les draps. On détricotait les pulls usés pour en refaire d'autres... Pendant le tri de vêtements avec l'association « le relais » et les enfants, on s'est rendu compte que les enfants aimaient aussi garder des choses déjà usagées et étaient aussi conservateurs.

Le goûter était délicieux et comme l'an passé, les enfants nous ont servi le goûter avec beaucoup de gentillesse, ils ont été très sages, curieux et attentifs. Une belle après-midi !!! » *Paroles collectives*

LA PAROLE AUX RÉSIDENTS !

La Cyprière
Résidence

Que vous évoque le mois de mai ?

Madame Murat

Le premier mai, va en forêt chercher du muguet pour tes amis chers à ton cœur... porte bonheur.

Joli mois de mai... c'est le printemps qui éclate au soleil !

Monsieur Bouloiseau

Bizarrement le mois de mai me fait penser aux cerises. Quand on avait 16-17 ans, nous allions avec une copine chiper les cerises dans les vergers. Comme j'étais un peu coquin, je la faisais monter aux arbres en premier et quand elle était en haut, du coin de l'œil je regardais sous sa jupe. Quand elle redescendait, manque de bol, les cerises n'étaient pas mûres, on s'était trompé d'époque !

Poème lu aux résidents

JOLI MOIS DE MAI

Pour égayer vos yeux
Et réchauffer vos coeurs
Je vous offre ce doux poème
Qu'il vous apporte joie et bonheur...
Joli mois de Mai...
Ô joli mois de mai, tu ouvres une à une
De tes doigts délicats, les roses du jardin
Et tu déposes en pluie la rosée du matin,
Offerte par la nuit à un rayon de lune.
Tu murmures aux buissons la chanson du Zéphyr,
Jetant à la volée des fleurs sur les chemins.
Tu fais valser les cœurs, joyeux petit lutin,
Au rythme des passions et des éclats de rire.
Sur le calendrier avec tes saints de glace,
Des affres de l'hiver, il reste encore la trace,
Entre soleil et pluie, nuages et éclaircies.
Les oisillons s'emplument et le vent les emporte
Adieu le mauvais temps et les intempéries
L'été s'annonce enfin et il frappe à ta porte.

LA PAROLE AUX RÉSIDENTS !

La Martégale
Résidence

Ce mois-ci deux résidents sont venus de leur propre initiative me donner chacun un texte sur des réflexions personnelles.



Texte de M.LORENTZ Jacques

Réflexion sur le mot « MERCI »

MERCI,

Quel mot merveilleux quand on l'utilise pour exprimer une gratitude particulière.

Il marque encore bien d'avantage quand il vient du fond du cœur, et des pensées toutes particulières.

« MERCI »

Signifie bien des choses :

- Quand on prend le temps de montrer que l'on n'est pas indifférent.

- Grâce à vous, ma journée a été bonne et toutes les autres tellement meilleures, je me sens si bien que j'aimerais pouvoir vous rendre la pareille, en vous faisant simplement savoir combien vous comptez pour moi.

- Que vous avez fait quelque chose d'extraordinaire que je n'oublierai jamais.

JE VOUS REMERCIE DU FOND DU CŒUR



Texte de Mme BERTRAND Andrée

Ma solitude,

Elle me suit pas à pas, on s'écoute, se parle, se conseille, nous chantons, rions, pleurons, mais toujours ensemble, on se connaît si bien (depuis 88ans, 1925-2014). Quelle fidélité, quelle amitié, elle sera ma dernière compagne et là pour l'éternité

« comme dans la chanson ». Non je ne suis jamais seule avec ma solitude.



Flan d'asperges au parmesan



Ingédients (pour 6 personnes)

2 bottes d'asperges

50g de parmesan rapé

4 œufs

50cl de crème liquide

30g de beurre

Sel et Poivre



Lavez, retirez le bout des tiges des asperges si elles semblent trop fermes. Coupez-les en morceaux, placez-les dans le panier d'un cuit vapeur et faites-les cuire pendant 15 minutes. Réservez six têtes d'asperges. Puis, placez le reste dans le bol d'un mixeur.

Préchauffez le four thermostat à 6 ou 7 (200°C)

Beurrez six ramequins. Répartissez-y la préparation et saupoudrez de parmesan râpé.

Placez les ramequins dans un grand plat. Versez de l'eau à mi-hauteur des ramequins. Enfournez et faites cuire 30 minutes.

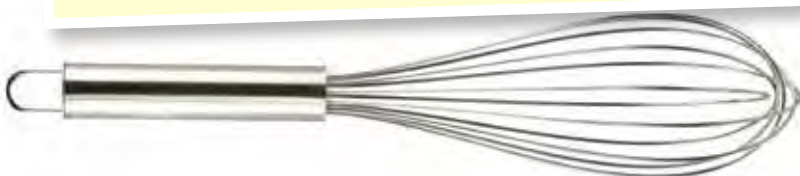
Coupez le reste des têtes d'asperges en deux dans la longueur. Décorez-en chaque ramequin.

Servez aussitôt.

C'est prêt, dégustez !

Bon appétit.

Probablement originaire du bassin méditerranéen, l'asperge est d'abord consommée – le plus souvent à l'état sauvage – chez les Égyptiens et les Grecs. Ce sont les Romains, plus tard, qui en développent la culture, mais ce légume était alors réservé aux riches gastronomes.



ENIGME

Oiseau des champs
au cri strident,
il est auteur anonyme
et pousse-au-crime.

Qui est-il ?

ENIGME

Si de sable, il est.
Ou de maison est
composé.
On peut aussi bien le
manger.
Et c'est une tâche sur le
papier

Qui est-il ?

ENIGME

Elle chagrine le matin, mais
le soir elle redonne l'espoir.
Fileuse infatigable,
elle tisse des fils
impalpables

Qui est-elle ?

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A										
B										
C										
D										
E										
F										
G										
H										
I										
J										

Agnès Dujardin. Grille 01

- | | |
|---|---|
| <p>A. Rajouterais</p> <p>B. Petit bout de notre Terre
· Se moque</p> <p>C. Nouer aux extrémités
· Juste achevée</p> <p>D. Remède d'arrière-grand-mère</p> <p>E. Dedans
· Par-dessus les toits
· Numéro un</p> <p>F. À une heure où l'on aimerait
peut-être se reposer
· Petit solide dans du liquide</p> <p>G. Elle dépasse les normes</p> <p>H. Dérangée
· Un peu de musique</p> <p>I. Rongeur
· En abrégé, quelle mémoire !
· Pour l'adresse</p> <p>J. Pas très raisonnable</p> | <p>1. Vraiment pas très frais
· Transport en commun</p> <p>2. Sans but
· Garçon de courses</p> <p>3. Personnel
· Secoue</p> <p>4. Au reflet irisé</p> <p>5. Plutôt agitée</p> <p>6. Boîte fermée
· La lumière de la ville</p> <p>7. Source potentielle de
conflits</p> <p>8. Boissons insulaires
· Article
· Exprimé sa joie</p> <p>9. Pronom
· Naguère maître d'une
grande nation</p> <p>10. Attendu pendant de longs
mois</p> |
|---|---|

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A	C	O	M	B	I	N	A	R	D	S
B	A	P	E	R	O	S		E	R	E
C	N	E	R	I	S		A	L	U	N
D	C	R	E	S		A	V	I	S	E
E	R	A	S		U	S	E	E		S
F	E	T		A	R	E	C		P	C
G	L	O	A	D	E	R		P	R	E
H	A	I	G	R	E		C	A	I	N
I	T	R	I	E		P	E	R	E	C
J	S	E	R	T	I	S	S	U	R	E

Michel Labeaume. Grille 1277



RÉSULTATS DES JEUX DU MOIS PRÉCÉDENT

Résultats des énigmes :

Enigme 1 : Le savon.

Enigme 2 : La colle.

Enigme 3 : Le pied.

➔ VOS REPRÉSENTANTS INSTITUTIONNELS

Vous trouverez ci-dessous la liste de vos représentants au Conseil de la vie sociale. N'hésitez pas à vous adresser à eux pour donner votre point de vue sur l'établissement et sur son fonctionnement ! Les coordonnées respectives de vos représentants sont disponibles à l'accueil de votre résidence. Le compte rendu de la commission des menus est à votre disposition au secrétariat.

RÉSIDENCE LES AIGUEILLÈRES

REPRÉSENTANTS DES RÉSIDENTS :

- **Mme Yvette Sacomant**
- **M. René Hatton**

REPRÉSENTANTS DES FAMILLES :

- **M. Fourriques**, président du conseil de la vie sociale
- **M. Agostini**



RÉSIDENCE LA CYPRIÈRE

REPRÉSENTANTS DES RÉSIDENTS :

- **M. Nicodème**
- **Mme Soler**, présidente du conseil de la vie sociale

REPRÉSENTANTES DES FAMILLES :

- **Mme Massé**
- **Mme Durrieu**



RÉSIDENCE LA MARTÉGALE

REPRÉSENTANTS DES RÉSIDENTS :

- **M. Mayer**, président du conseil de la vie sociale
- **M. Lorentz**

REPRÉSENTANTS DES FAMILLES :

- **Mme Antoine**
- **Mme Lauwereins**
- **M. Cazejust**
- **M. Mathe**



Afin de vous prodiguer les meilleurs soins et d'assurer votre sécurité, des défibrillateurs sont installés dans chacune des 3 Résidences du groupe E4 : Les Aigueillères, la Cyprière et La Martégale.



Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse suivante :
contact@groupe-e4.com

Visitez notre site internet :
www.maison-retraite-montpellier.com

Montferrier-sur-Lez

Résidence Les Aigueillères

Maison de retraite Médicalisée

192, chemin des Aigueillères
34980 Montferrier-sur-Lez

Tél 04 67 55 16 50

Fax 04 67 55 16 59

aigueilleres@maison-retraite-montpellier.com

Juvignac

Résidence La Cyprière

Maison de retraite Médicalisée

14, chemin de la Plaine
34990 Juvignac

Tél 04 67 10 41 50

Fax 04 67 10 41 59

cypriere@maison-retraite-montpellier.com

Pérols

Résidence La Martégale

Maison de retraite Médicalisée

129, allée Jacques Brel
34470 Pérols

Tél 04 99 53 22 70

Fax 04 99 53 22 79

martegale@maison-retraite-montpellier.com



- Animatrice : **Corinne.**
- Aide soignante : **Cathy.**
- Psychologue : **Stéphanie.**
- Ergothérapeute : **Magali.**

LUNDI 5 MAI		MARDI 6 MAI		MERCREDI 7 MAI		JEUDI 8 MAI		VENDREDI 9 MAI		SAMEDI 10 MAI		DIMANCHE 11 MAI	
10h30 Parcours moteur		10h30 Gymnastique douce		15h45 et 16h45 Revue de presse et jeux de société		FÊTE DU TRAVAIL		11h00 Groupe de partage et prières		10h15 et 11h15 Atelier mémoire		11h00 Messe télévisée	
16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice		17h00 Jeux de lettres et de mots				Après-midi Animation avec l'équipe		17h00 Chant		16h30 Animation		Après-midi Animation avec l'équipe	
LUNDI 12 MAI		MARDI 13 MAI		MERCREDI 14 MAI		JEUDI 15 MAI		VENDREDI 16 MAI		SAMEDI 17 MAI		DIMANCHE 18 MAI	
10h30 Parcours moteur		10h30 Gymnastique douce		15h45 et 16h45 Revue de presse et jeux de société		VICTOIRE 1945		11h00 Groupe de partage et prières		10h15 et 11h15 Atelier mémoire		11h00 Messe télévisée	
16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice		17h00 Animation				Après-midi Animation avec l'équipe		17h00 Chant		16h30 Animation		Après-midi Animation avec l'équipe	
		Après-midi d'activités à la Gloriette				15h00 Atelier de Réminiscence		11h00 Groupe de partage et prières		Repas		11h00 Messe télévisée	
						15h30 et 16h30 Activ'forme		16h45 Messe à la résidence Avec le Père Barral		Animation «Fête au village» avec Elior		Après-midi Animation avec l'équipe	
						17h00 Zoothérapie				16h30 Animation			
						Après-midi d'activités à la Gloriette							
LUNDI 19 MAI		MARDI 20 MAI		MERCREDI 21 MAI		JEUDI 22 MAI		VENDREDI 23 MAI		SAMEDI 24 MAI		DIMANCHE 25 MAI	
10h30 Parcours moteur		10h30 Gymnastique douce		15h45 et 16h45 Revue de presse et jeux de société		15h00 Atelier de Réminiscence		11h00 Groupe de partage et prières		10h15 et 11h15 Atelier mémoire		FÊTE DES MÈRES	
16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice		17h00 Jeux de lettres et de mots				15h30 et 16h30 Activ'forme		17h00 Chant		16h30 Animation		11h00 Messe télévisée	
		Après-midi d'activités à la Gloriette				17h00 Zoothérapie						Après-midi Animation avec l'équipe	
						Après-midi d'activités à la Gloriette							
LUNDI 26 MAI		MARDI 27 MAI		MERCREDI 28 MAI		JEUDI 29 MAI		VENDREDI 30 MAI		SAMEDI 31 MAI			
10h30 Parcours moteur		10h30 Gymnastique douce		15h45 et 16h45 Revue de presse, écoute musicale et chant		ASCENSION		11h00 Groupe de partage et prières		10h15 et 11h15 Atelier mémoire			
16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice		17h00 Jeux de lettres et de mots avec l'équipe				Après-midi Animation avec l'équipe		17h00 Jeux		16h30 Animation			
		Après-midi d'activités à la Gloriette											

Rendez-vous :

→ **Dimanche 25 mai**
VIDE GRENIER
organisé par le FOOTBALL club
Au stade
À 8H00.

→ **Vendredi 30 mai**
PETANQUE
Concours avec le comité de jumelage
Aux Aigueillères
À 18H30

La date de la commission des menus vous sera communiquée par voie d'affichage.

Guillaume Benes : Neuropsychologue - Atelier de mémoire.
Edwin Garzon : Zoothérapeute - Atelier de zoothérapie.

Colette Domergue : Bénévole bibliothèque - Lecture à voix haute.
Vincent Granell : Enseignant APA (Activités Physiques Adaptées) - Gymnastique douce.

Jeanne Bensehila : APA (Aide physique Adaptée) - Activ'forme.

► Le mois dernier... En photos



Gymnastique douce avec Jeanne le jeudi après-midi.



Avec le zoothérapeute, Isy la nouvelle amie des résidents.



Reprise des ateliers Mandalas, un moment de calme et de concentration pour tous...



Des réalisations personnelles au profit du collectif.



Journée Citoyenne sur le développement durable.



Rencontre intergénérationnelle avec les enfants du Centre Aéré autour d'un délicieux goûter et d'une présentation instructive sur le recyclage pour nos petites têtes blondes !!



Participation d'un artiste sculpteur en ferronnerie pour illustrer le thème du recyclage.

► Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- Mme PALOC-TAURY Clorinde, le 14 mai
- Mme BOUREL Gabrielle, le 17 mai
- Mme NOLD Frieda, le 19 mai
- Mme CLOUVEL Madeleine, le 22 mai

► Fête

Nous souhaitons une joyeuse fête à

- Mme MAXIMIN, la Sainte Gisèle, le 7 mai

► Bienvenue

Nous souhaitons la bienvenue à :

- M. et Mme LATORRE François et Laurette
- M. et Mme PALEIRAC Gérard et Paulette

► Nos condoléances

Nous adressons nos condoléances à la famille et aux personnes proches de madame GRANIER Marthe.