

Le Journal



des résidences

Les Aigueillères

La Cyprière

La Martégale

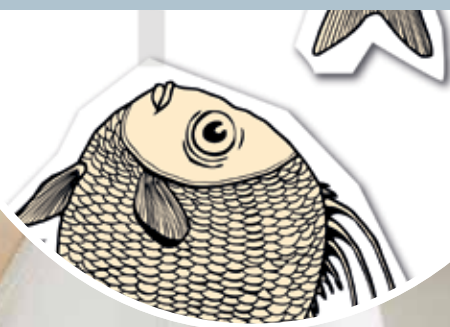
N° 55 - AVRIL 2015



LA RECETTE DU MOIS :

**" Filet de loup, sauce au
crémant de Bourgogne "**

PAGE 8



ACTUALITES DES RESIDENCES

Nouvéo prend son envol !

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

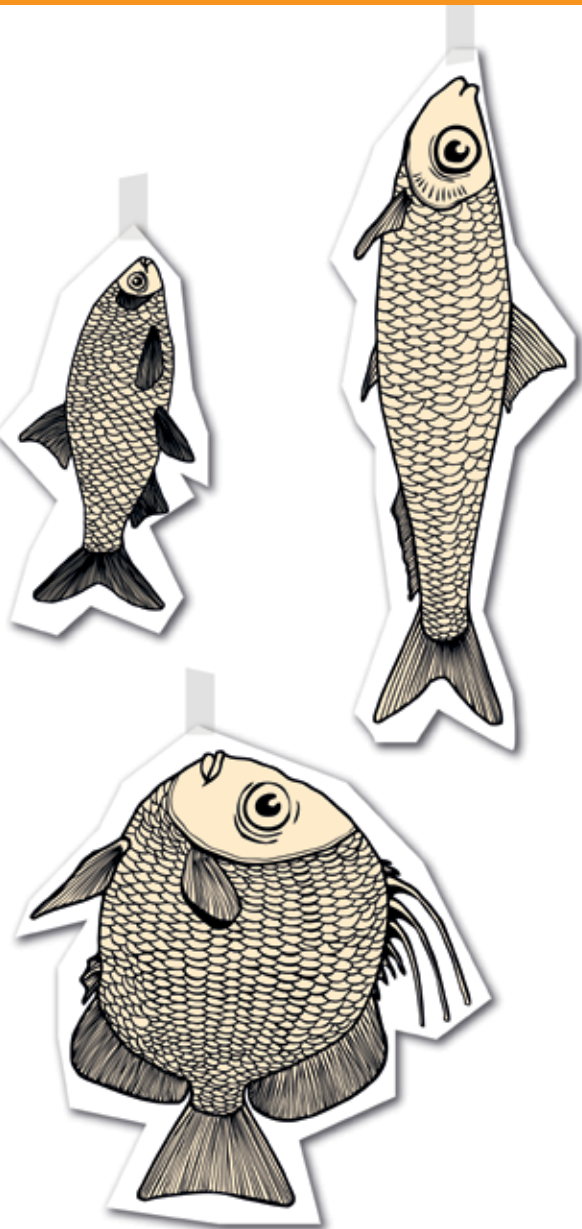
Adresse :

Groupe E4
18 chemin de la Plaine
34990 Juvignac



Ce journal est imprimé dans le respect de l'environnement

66 Poisson d'avril !



Chères lectrices, chers lecteurs

Ce mois d'avril ne dérogera pas à la règle. L'actualité des Résidences est toujours très chargée.

Par contre, poisson d'avril oblige ! Alors dans les pages de ce journal, vous devrez trouver l'intruse qui s'est imiscée parmi toutes vos actualités.

Rassurez vous, une lecture attentive et réfléchie vous permettra de séparer en un clin d'œil le bon grain de l'ivraie.

Concernant les "vraies" actualités, n'oubliez pas de fêter Pâques (le 5), la journée mondiale de la santé (le 7), le Nouvel An bouddhiste (le 13) ou encore de souhaiter à vos secrétaires préférées une bonne fête le 16 !

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 : NOUVEO PREND SON ENVOL !

Vous connaissez déjà Nouvéo, la société de services à la personne partenaire de vos Résidences, dont nous vous donnons régulièrement des nouvelles... Spécialisée dans l'accompagnement des personnes âgées, et devant le succès rencontré ces derniers mois ainsi que les nombreuses sollicitations de personnes actives, l'entreprise ouvre désormais ses services dits "classiques" à l'ensemble des Héraultais !

Ainsi, si vous êtes actif et avez besoin d'aide pour votre ménage, vos repassages ? Pour vos travaux de bricolage ou de jardinage ? De l'aide et de l'assistance administrative à domicile ? N'hésitez plus, Nouvéo est aussi fait pour vous, contactez nous : www.nouveau-services.com



Chasse aux trésors aux Aigueillères

La Directrice de la Résidence a caché deux diamants de 25 carats dans deux chambres de la Résidence, saurez vous les retrouver ?

Bal à la Cyprière

Les équipes de la Résidence vous proposent un authentique "Bal Musette" le jeudi 9 avril à partir de 15h00, en présence de la troupe "Photo-Vidéo" !





























Pérols

L'école municipale de musique organise le 3 avril une belle "rencontre autour de l'Alto" ouverte à tous, profanes comme mélomanes : rendez-vous à 18h30 à la Maison des Arts (Rue Alphonse Daudet) !

LA PAROLE AUX RESIDENTS !

JEUX

En atelier « jeux d'écriture », les résidents ont réalisé ce tableau à partir du mot Pâques en nous proposant tous les mots qui font penser à cette fête. Les voici !

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

LA PAROLE AUX RESIDENTS !

PÂQUES

*Quand
j'étais petite je n'ai
pas vraiment le souvenir
d'avoir fêter Pâques, car je
n'étais pas gourmande.*

*Etant fille unique, Papa travaillait et
maman faisait des petits boulots pour
garder son indépendance et avoir un peu
d'argent rien que pour elle.*

*Mais ce dont je me souviens et que
j'adorais c'est qu'à chaque moment
nous recevions des amis, ça bougeait,
ça dansait, on faisait la fête et c'était
toujours une joie d'être ensemble.*



LA PAROLE AUX RÉSIDENTS !

DU BONHEUR

La Martégale
Résidence

Quelques écrits de nos résidents

M. Mayer Jean

La bonne humeur

Bonne humeur, recette : rayez les lettres composant le mot menu ; que vous reste-t-il ?
Réponse : le bonheur.

Le bonheur, on ne l'attend pas, on le cherche ; mieux, on le fait. C'est parfois bien difficile ! Mais essayez toujours.

Si vous en avez trop, donnez-en autour de vous ; vous verrez, on trouve preneur.
« Dans le bonheur d'autrui je cherche mon bonheur » Pierre CORNEILLE

Mme Cros Simone

Un baiser

Il y a toutes sortes de baisers...

Le baiser fraternel, maternel...Le baiser chacun le voit comme il veut...

Le baiser c'est magnifique pour toutes les générations, c'est merveilleux, c'est un signe d'amitié, d'amour, de réconciliation...

Mme Choin Sabine

Les parfums

C'est curieux, ça sent le beurre dans un premier temps. Un parfum qui picote le nez. Nous avons évoqué l'odeur du thym et Mme CHOIN s'est souvenue de balades qu'elle faisait dans la garrigue du côté de Gignac dans leur maison de campagne. Au cours de ces promenades elle cueillait du thym pour sa famille, elle en faisait un gros bouquet, elle adorait cette odeur. En fin d'atelier Mme BARAULT Paulette qui venait de sentir toutes ses odeurs nous dit : La maman d'une copine d'école était fleuriste et on sentait toutes ces bonnes odeurs de fleurs. Elle nous dit aussi qu'elle nettoyait le visage de sa fille à l'eau de rose.



Filet de loup, sauce au crémant de Bourgogne



Pour 4 personnes :

- 4 filets de loup
- 30 cl de Crémant de Bourgogne
- 1 cuillère à soupe de liqueur de mûre
- 30 g de beurre + 1 noix de beurre
- 1 échalote
- 4 feuilles de sauge verte ou violette
- quelques brins de coriandre, sel, poivre



Hacher dans un robot la sauge et la coriandre (garder quelques feuilles pour la décoration). Dans une casserole, émincer finement l'échalote et la faire rissoler 1 minute dans le beurre. Ajouter le Crémant de Bourgogne, la sauge et la coriandre, saler et poivrer. Laisser mijoter 20 minutes en remuant de temps en temps. A la fin de la cuisson, arrêter le feu et verser la liqueur de mûre. Mélanger et laisser sur le feu éteint. Pendant ce temps, préparer un riz blanc basmati.

Dès la fin de la cuisson de la sauce, faire rissoler dans une poêle le loup avec une noix de beurre, côté peau d'abord. Ne pas dépasser 2 à 3 minutes de cuisson par face selon la grosseur des filets.

Pour finir, servir dans une assiette en disposant un filet de loup et le riz puis verser de la sauce en abondance. Décorer avec quelques brins de sauge et / ou de coriandre.

C'est prêt. Bon appétit !

Le loup est un poisson maigre, contenant seulement 1,8g de lipides pour 100g. Cette qualité combinée à la finesse de sa chair permet de se faire plaisir, même dans le cadre d'un régime. Notez toutefois que le bar d'élevage est plus gras que le loup sauvage.

Pour vous assurer de sa fraîcheur, vérifiez que ses écailles sont bien brillantes et adhérentes.



ENIGME

C'est un corps en mouvement,
qui égaille les chambres d'enfant.

On s'efforcera de le découvrir,
car l'auteur du crime il permet de saisir.

Qui est-il ?

ENIGME

On peut en trouver des carrés.
On peut la prendre sans bouger.
C'est par elle qu'on attaque le mal.

Elle est souvent végétale

Qui est-elle ?

ENIGME

Sur une planche, il fait bûcher.
Sa bouchée n'est pas très cotée.
D'une bouche il peut être ôté.
S'il est perdu, il est mangé.

Qui est-il ?

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

Michel Labeaume. Grille 1285

- | | |
|--------------------|------------------------|
| A. Beaucoup | 1. En mettre partout |
| B. Etais lourd | 2. Utile |
| . Oiseau | 3. Se permettent |
| C. Qui coupe | . Vieux ruminant |
| . Pas mal | 4. Dur à trouver |
| D. Guide équin | . Soude |
| . Parla en argot | 5. Dans le pain |
| E. Appel discret | . Sens |
| . Ami | 6. Avant le docteur |
| F. Près de Dijon | . Prénom masculin |
| . Sirotées | . Papillon urbain |
| . Ordinateur | 7. Bagages |
| G. Pas Hardy | . Envoi |
| . Mois | 8. Poivre |
| H. Seras à la page | . Un douzième |
| . Nord connu | 9. Tintin à Moscou |
| I. Epoques | . Pour jouet au hockey |
| . Plisser | 10. Tient la boutique |
| J. Militaire civil | |

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

Michel Labeaume. Grille 1297



RÉSULTATS DES JEUX DU MOIS PRÉCÉDENT

Résultats des énigmes :

Enigme 1 : le pois.

Enigme 2 : le globe.

Enigme 3 : le glacier.

➔ 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

REPRÉSENTANTES DES RÉSIDENTS :

- **Mme Crozat**
- **Mme Soler**, présidente du conseil de la vie sociale

REPRÉSENTANTES DES FAMILLES :

- **Mme Massé**
- **Mme Durrieu**



RÉSIDENCE LA MARTÉGALE

REPRÉSENTANT DES RÉSIDENTS :

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

REPRÉSENTANTS DES FAMILLES :

- **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



La commission des menus aura lieu le mercredi 22 avril à 14h00.

MERCREDI 1 AVRIL	JEUDI 2 AVRIL	VENDREDI 3 AVRIL	SAMEDI 4 AVRIL	DIMANCHE 5 AVRIL		
 POISSON D'AVRIL 15h00 Animation Kodro 17h00 Activités manuelles créatives	12h00 Repas convivial à la gloriette 15h00 Atelier de réminiscence 16h00 et 17h00 Activités physiques 16h30 Activités à la Gloriette	11h00 Groupe de partage et de prières 15h00 Animation Kodro 17h00 Biographie musicale	10h15 et 11h15 Atelier mémoire 16h30 Loto	 PÂQUES 11h00 Messe télévisée Après-midi Animation avec l'équipe		
LUNDI 6 AVRIL	MARDI 7 AVRIL	MERCREDI 8 AVRIL	JEUDI 9 AVRIL	VENDREDI 10 AVRIL	SAMEDI 11 AVRIL	DIMANCHE 12 AVRIL
 FÉRIÉ LUNDI DE PÂQUES 11h00 Messe télévisée Après-midi Animation avec l'équipe	10h30 Zoothérapie 11h00 Atelier corporel 17h00 Jeux de lettres	15h00 Animation Kodro 17h00 Danses écossaises avec l'association de Montferrier-sur-Lez	12h00 Repas convivial à la gloriette 15h00 Atelier de réminiscence 16h00 et 17h00 Activités physiques 16h30 Activités à la Gloriette	11h00 Groupe de partage et de prières 15h00 Animation Kodro 17h00 Ecoute vidéo musicale	10h15 et 11h15 Atelier mémoire 16h30 Animation	11h00 Messe télévisée Après-midi Animation avec l'équipe
LUNDI 13 AVRIL	MARDI 14 AVRIL	MERCREDI 15 AVRIL	JEUDI 16 AVRIL	VENDREDI 17 AVRIL	SAMEDI 18 AVRIL	DIMANCHE 19 AVRIL
11h00 Atelier sensoriel à la Gloriette 15h00 Gym douce 16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice	10h30 Zoothérapie 11h00 Atelier corporel 17h00 Jeux de lettres	15h00 Animation Kodro 17h00 Activités manuelles créatives	12h00 Repas convivial à la gloriette 15h00 Atelier de réminiscence 16h00 et 17h00 Activités physiques 16h30 Activités à la Gloriette	15h00 Animation Kodro 16h30 Messe à la Résidence célébrée par le Père Barral	10h15 et 11h15 Atelier mémoire Après-midi Animation	11h00 Messe télévisée Après-midi Animation avec l'équipe
LUNDI 20 AVRIL	MARDI 21 AVRIL	MERCREDI 22 AVRIL	JEUDI 23 AVRIL	VENDREDI 24 AVRIL	SAMEDI 25 AVRIL	DIMANCHE 26 AVRIL
11h00 Atelier sensoriel à la Gloriette 15h00 Gym douce 16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice	10h30 Zoothérapie 11h00 Atelier corporel 17h00 Jeux de lettres	15h00 Animation Kodro 17h00 Activités manuelles créatives	16h00 et 17h00 Activités physiques 16h30 Animation avec l'équipe	11h00 Groupe de partage et de prières 15h00 Animation Kodro 17h00 Ecoute vidéo musicale	10h15 et 11h15 Atelier mémoire 16h30 Animation	11h00 Messe télévisée Après-midi Animation avec l'équipe
LUNDI 27 AVRIL	MARDI 28 AVRIL	MERCREDI 29 AVRIL	JEUDI 30 AVRIL			
11h00 Atelier sensoriel à la Gloriette 15h00 Gym douce 16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice	10h30 Zoothérapie 11h00 Atelier corporel 17h00 Jeux de lettres	15h00 Animation Kodro 17h00 Activités manuelles créatives	12h00 Repas convivial à la gloriette 15h00 Atelier de réminiscence 16h00 et 17h00 Activités physiques 16h30 Activités à la Gloriette			

Rendez-vous :

→ **Dimanche 1 avril**
POISSON D'AVRIL !

→ **Dimanche 5 avril**
PÂQUES

→ **Lundi 6 avril**
LUNDI DE PÂQUES
Jour férié

- 🌀 Animatrice : **Corinne.**
- 🌀 Aide soignante : **Véronique.**
- 🌀 Psychologue : **Stéphanie.**
- 🌀 Ergothérapeute : **Cyrielle.**
- 🌀 Psychomotricienne : **Marion.**

Guillaume Benes : Neuropsychologue - Atelier de mémoire. Colette Domergue : Bénévole bibliothèque - Lecture à voix haute. Maxime François : Activités physiques.
 Caroline Carrière : Zoothérapeute - Atelier de zoothérapie. Jean-Christophe Deleage : STAPS (Sciences et techniques des activités physiques et sportives) - Gymnastique douce.

► Le mois de mars... En photos



Des résidents attentifs pendant la conférence sur l'Alsace et la Lorraine de 1871 à 1945 présentée par M. Jung, auteur du roman historique "Brême d'Or" qui relate cette période.



Eve est venue nous présenter son spectacle « Lumières d'Orient ». De la musique, des voiles, des couleurs et du rêve pour une après-midi de plaisir. un voyage au cœur de l'Egypte !!



«Crêpes party» du samedi après-midi, si elles ne sont que quelques unes à s'occuper de la cuisson, tous aiment déguster.



► Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- Mme DURAND Simone, le 2 avril
- M. FAQUIER Maurice, le 7 avril
- Mme HOUARD Evelyne, le 11 avril
- Mme COSTE Marguerite, le 21 avril

► Fête

Nous souhaitons une joyeuse fête à
M. LACROIX, la Saint Robert, le 30 avril