

Le Journal



des résidences

Les Aigueillères

La Cyprière

La Martégale

N° 52 - JANVIER 2015



LA RECETTE DU MOIS :
" Consommé à l'ail doux "

PAGE 8

25



ACTUALITES DES RESIDENCES

Vers une nouvelle certification !

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

6 Bonne année 2015 !



Chers résidents, chères familles et chers partenaires,

l'ensemble des équipes du Groupe E4 et des Résidences vous adresse leurs meilleurs vœux pour cette nouvelle année. Que santé et bonheur soient au rendez-vous en 2015 !

L'ambiance festive de fin d'année sera encore bien présente en janvier. Les fêtes s'enchainent tout au long du mois avec l'épiphanie, les voeux, etc...

Pour bien commencer l'année, vous trouverez dans ce premier numéro les actualités du mois écoulé, les pages de vos Résidences, et bien sûr, votre agenda mensuel ! Pour les photos de Noël, il faudra encore patienter jusqu'au mois prochain, la date de bouclage ayant été légèrement avancée pour une sortie à l'heure, le 1^{er} janvier !

Encore une fois, bonne année, et 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



Fidèle à son engagement en faveur du Développement Durable, la Direction a souhaité engager son groupe dans une nouvelle labélisation : **EMAS** (Pour **S**ystème de **M**anagement **E**nvironnemental et d'**A**udit), plus communément appelé "éco-audit".

Outil de reconnaissance internationale, cette certification issue de la réglementation européenne identifie et récompense les entreprises faisant de la performance environnementale un axe majeur de leur développement.

Le groupe recevant l'équipe de certification les 5, 6 et 7 janvier, les Directions vous tiendront informés des suites données à notre candidature !

RETOUR EN IMAGES SUR LE "TROPHÉE DES DIRECTIONS 2014"

Nous vous l'avons promis en décembre, voici quelques photos souvenirs de la Remise du Trophée des Directions pour lequel le groupe a été récompensé par le 1er prix dans la catégorie "Développement Durable – Démarche Responsable"



LA PAROLE AUX RESIDENTS !

MEILLEURS VOEUX

Les Aigueillères
Résidence

Les résidents proposent de présenter leurs vœux par une acrostiche .

N *Nous résidents des Aigueillères*
O *Offrons*
U *Unanimement nos*
V *Vœux*
E *Éloquents, élogieux et*
L *Lumineux*
A *Aux*
N *Nombreux lecteurs, Personnel et Direction*

LA PAROLE AUX RÉSIDENTS !

SOUVENIRS, SOUVENIRS...

Je me souviens de quand j'étais enfant où j'adorais faire le sapin à la maison et j'ai toujours été très impatiente de fêter Noël. Ces fêtes me redonnent le moral et le sourire.

Mme Chevalier



J'ai passé 4 ans au Maroc à Agadir où je fêtais Noël là-bas dans une atmosphère très particulière car il fait toujours très chaud à cette époque de l'année. Nous faisons le réveillon sur la plage, il y avait mon mari, ma fille, des amis et nous pique-niquions tous ensemble dans une ambiance détendue. Et je me souviens même avoir pris mon premier bain de minuit le jour de Noël.

Mme Delattre

Je me rappelle d'un fameux Noël que j'ai passé en Suisse. La surprise ne fut pas celle qu'on attendait mais une panne d'électricité. Nous avons donc du manger à la bougie. Mon mari étant anglais nous avons eu le plaisir de déguster en fin de repas un délicieux thé anglais. Professeur et toujours passionnée de livres, mon meilleur cadeau était les bouquins que j'attendais.

Mme Guérini



LA PAROLE AUX RESIDENTS !

GALETTE DES ROIS

La Martégale
Résidence

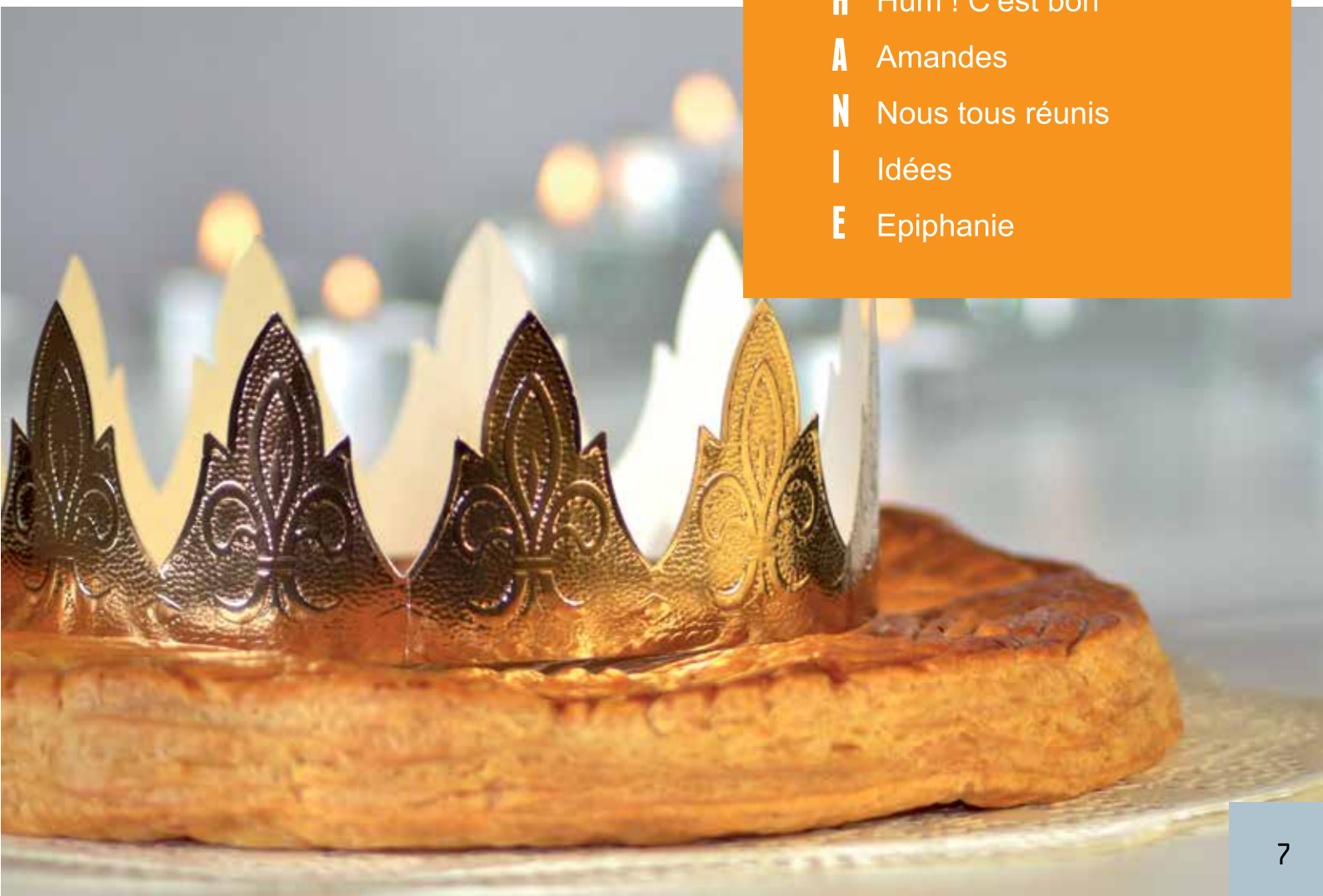
Aujourd'hui c'est la fête des rois et donc nous allons manger la galette.

Mme Amiot nous dit :

Mon père était pâtissier, il faisait la galette. Le plus jeune des enfants allait sous la table et au moment de servir, on demandait pour qui était la part. Quand on avait la fève, on la mettait dans un verre de champagne pour choisir son roi ou sa reine.

Acrostiche collective : Mesdames
Amiot, Lorin, Decons, Capel,
Barault, Lajous, Hyvervaud, Basile.

E Epiphanie
P Partage en famille
I Invités
P Pate feuilletée
H Hum ! C'est bon
A Amandes
N Nous tous réunis
I Idées
E Epiphanie



Consommé à l'ail doux



Pour 4 personnes :

- 4 têtes d'ail
- 1 l de bouillon de poule
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 1 demi poivron rouge
- 3 brins de ciboulette
- 1 sachet de petits croûtons à l'ail
- sel et poivre



Epluchez les têtes d'ail. Dégagez toutes les gousses. Otez le germe des gousses d'ail.

Dans une casserole d'eau bouillante, plongez les gousses d'ail et laissez les cuire 5 min. Egouttez les.

Blanchissez 3 min le poivron rouge et taillez le en petite brunoise.

Réservez 2 ou 3 gousses d'ail que vous émincerez en fines rondelles.

Passez au mixer le reste de l'ail avec la crème fraîche.

Portez le bouillon de poule bien dégraissé à ébullition et incorporez la crème d'ail. Laissez frémir 7 min. Salez et poivrez.

Servez aussitôt dans des assiettes creuses.

Parsemez de rondelles d'ail, de poivron rouge, de ciboulette hachée, de croûtons à l'ail et dégustez de suite.

C'est prêt. Bon appétit !

L'ail, 'superaliment', prévient certains cancers et aide à lutter contre le vieillissement à raison d'une consommation de deux gousses par jour.

Préférez le cru ou peu cuit (maximum 20 minutes) pour conserver toutes ses propriétés.

Mais surtout, l'ail apporte un fumet incomparable à de nombreux plats, dont les salades et, bien sûr, les pâtes.



ENIGME

Le fou peut être à ses côtés.
 Son enfant est souvent gâté.
 Lorsqu'il est bleu, il est très vif.
 Sur l'échiquier, c'est l'objectif.

Qui est-il ?

ENIGME

On le déguise à l'occasion.
 Cultivé mais pas érudit.
 Plutôt acide est sa passion
 Lorsqu'il est mûr, on l'apprécie.

Qui est-il ?

ENIGME

Connue pour ses galeries,
 et le ton de son gris.
 Elle évoque la mauvaise vision.
 C'est aussi un espion.

Qui est-elle ?

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

Kalimero. Grille 04

- | | |
|--|---|
| A. Sur eux, on trouve des clés | 1. Petits tambours |
| B. Différent | 2. Petit ruisseau |
| C. Chérirait | . Qui a de gros os |
| . Ramena sa fraise | . Acquis |
| D. Blanche avec un chapeau rouge sur la route des vacances | 3. Elles sont voisines des phoques |
| . Permet à l'oiseau de voler | . Mais oui ! |
| E. Avec eux, on fabrique des paniers | 4. Feras pipi |
| . Rigole | 5. Jettera des graines |
| F. Abîmerait | 6. Sur laquelle on a posé une signature |
| . Appris | 7. Traîna dans les rues |
| G. Fit le finaud | . Essais |
| . Elle est royale chez les abeilles | 8. C'est lui que l'on respire |
| H. Sensationnel, super ! | . Etendues d'eau douce |
| I. Arrivés au monde | 9. Employés |
| . Et caetera en abrégé | 10. Entêtées |
| J. Habitantes d'un petit pays neutre | |

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

Michel Labeaume. Grille 1295



RÉSULTATS DES JEUX DU MOIS PRÉCÉDENT

Résultats des énigmes :

Enigme 1 : l'exemple.

Enigme 2 : l'élastique.

Enigme 3 : les mots.

➔ 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

JANVIER

2015



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

Rendez-vous :

→ **Tous les dimanches de janvier**
LOTO FOOT
 Foyer et Café -
 Salle Devevou
 À 18h00 et 17h00.

JEUDI 1 JANVIER		VENDREDI 2 JANVIER		SAMEDI 3 JANVIER		DIMANCHE 4 JANVIER	
 JOUR DE L'AN FÉRIÉ Après-midi Animation avec l'équipe		11h00 Groupe de partage et de prières 15h30 Jeux en petit groupe 17h00 Chant, écoute musicale		10h15 et 11h15 Atelier mémoire 16H30 Animation		 ÉPIPHANIE 11h00 Messe télévisée Après-midi Animation avec l'équipe	
LUNDI 5 JANVIER		MARDI 6 JANVIER		MERCREDI 7 JANVIER		JEUDI 8 JANVIER	
11h00 Atelier sensoriel à la Gloriette 15h00 Gym douce 16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice		10h30 Atelier corporel 17h00 Jeux de lettres avec l'équipe		15h45 Atelier poésie 16h45 Jeux en équipe		12h00 Repas convivial 15h00 Atelier de réminiscence 15h30 et 16h30 Activ'forme 16h30 Activités à la Gloriette	
LUNDI 12 JANVIER		MARDI 13 JANVIER		MERCREDI 14 JANVIER		JEUDI 15 JANVIER	
11h00 Atelier sensoriel à la Gloriette 15h00 Gym douce 16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice		10h30 Atelier corporel 17h00 Jeux de lettres		 16h00 Les vœux de la Municipalité Et la galette des rois		12h00 Repas convivial 15h00 Atelier de réminiscence 15h30 et 16h30 Activ'forme 16h30 Activités à la Gloriette	
LUNDI 19 JANVIER		MARDI 20 JANVIER		MERCREDI 21 JANVIER		JEUDI 22 JANVIER	
10h30 Parcours moteur 11h00 Atelier sensoriel à la Gloriette 14h30 Activités à la Gloriette 15h00 Gym douce 16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice		10h30 Atelier corporel 17h00 Jeux de lettres		15h45 Atelier poésie 16h45 Jeux en équipe		12h00 Repas convivial 15h00 Atelier de réminiscence 15h30 et 16h30 Activ'forme 16h30 Activités à la Gloriette	
LUNDI 26 JANVIER		MARDI 27 JANVIER		MERCREDI 28 JANVIER		JEUDI 29 JANVIER	
10h30 Parcours moteur 11h00 Atelier sensoriel à la Gloriette 14h30 Activités à la Gloriette 15h00 Gym douce 16h45 Lecture à voix haute avec une lectrice		10h30 Atelier corporel 17h00 Jeux de lettres		15h45 Atelier poésie 16h45 Activités manuelles créatives		12h00 Repas convivial 15h00 Atelier de réminiscence 15h30 et 16h30 Activ'forme 16h30 Activités à la Gloriette	
LUNDI 19 JANVIER		MARDI 20 JANVIER		MERCREDI 21 JANVIER		JEUDI 22 JANVIER	
10h30 Lecture de la presse 16h45 Ecoute & vidéos musicales		10h15 et 11h15 Atelier mémoire 16h30 Animation		11h00 Messe télévisée Après-midi Animation avec l'équipe		10h45 et Repas « Rencontre avec le langage des signes et la jeunesse » 15h30 Lecture de la presse 16h45 Ecoute & vidéos musicales	
LUNDI 23 JANVIER		MARDI 24 JANVIER		MERCREDI 25 JANVIER		JEUDI 26 JANVIER	
15h30 Lecture de la presse 16h45 Messe à la Résidence célébrée par le Père Baral		10h15 et 11h15 Atelier mémoire 16H30 Animation		11h00 Messe télévisée Après-midi Animation avec l'équipe		10h45 et Repas « Rencontre avec le langage des signes et la jeunesse » 15h30 Lecture de la presse 16h45 Ecoute & vidéos musicales	
LUNDI 30 JANVIER		MARDI 31 JANVIER					
10h45 et Repas « Rencontre avec le langage des signes et la jeunesse » 15h30 Lecture de la presse 16h45 Ecoute & vidéos musicales		10h15 et 11h15 Atelier mémoire 16H30 Animation					

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

Guillaume Benes : Neuropsychologue - Atelier de mémoire. Colette Domergue : Bénévole bibliothèque - Lecture à voix haute. Jeanne Bensehila : APA (Aide physique Adaptée) - Activ'forme. Edwin Garzon : Zoothérapeute - Atelier de zoothérapie. Jean-Christophe Deleaye : STAPS (Sciences et techniques des activités physiques et sportives) - Gymnastique douce.

► Le mois de décembre... En photos



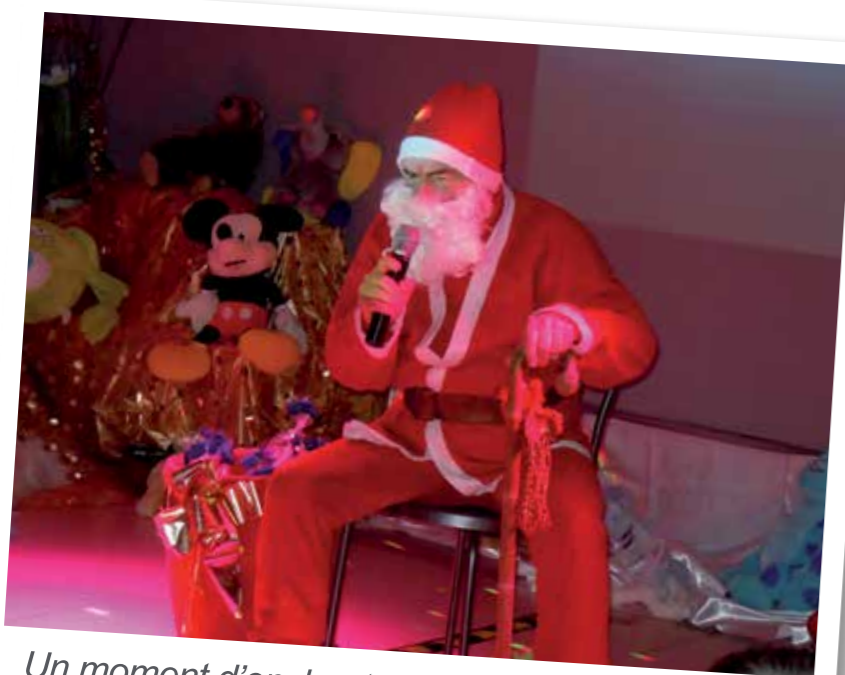
Châtaignes grillées et beaujolais nouveau en musique !



La fête de Noël pour les enfants du personnel et les résidents !



De délicieuses bûches et un joli discours pour nos aînés !



Un moment d'enchantement avec notre superbe Père Noël !



Le spectacle magnifique et le goûter à la salle Devezou, cadeaux de la Mairie, sont chaque année une réussite.

► Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- Mme LANDRAULT Marie-Thérèse, le 16 janvier
- Mme ROUSSEAU Colette, le 18 janvier
- Mme SIAU Simone, le 21 janvier
- Mme CROMBEZ Antoinette, le 31 janvier

► Fêtes

Nous souhaitons une joyeuse fête à :

- Mme SACOMANT, la Sainte Yvette, le 13 janvier
- M. CHAMPAGNOL, la Saint Paul, le 25 janvier

► Bienvenue

Nous souhaitons la bienvenue à
Mme CHAVEROU Michelle

► Nos condoléances

Nous adressons nos condoléances à la famille et
aux personnes proches de
Madame BOURREL Gabrielle.