

C'est Noël avant l'heure !



Chères lectrices, chers lecteurs.

Alors qu'il faut encore attendre la fin du mois pour les fêtes de Noël, décembre débute cependant sous les meilleurs auspices. Un beau cadeau que nous vous dévoilons ici en avant-première !

Après avoir déjà été primés au concours national, l'année dernière, le Groupe E4 et ses Résidences sont officiellement lauréats d'or depuis le 1^{er} décembre 2014 dans la catégorie "Développement Durable – Démarche Responsable" du Trophée des Directions 2014, organisé sous le haut patronnage de Madame Marisol TOURAINE, Ministre des Affaires sociales et de la santé.

Bien sur, nous aurons l'occasion d'y revenir en images dès le mois de janvier, mais cela nous donne dès à présent l'occasion de tous vous remercier. Cette récompense est celle de tous, la direction, les salariés, les familles et nos résidents.

Bonnes fêtes de fin d'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

ACTUALITÉS DES RÉSIDENCES : LA TÉLÉMEDECINE EN AVANT PREMIÈRE DANS NOS RÉSIDENCES !

C'est une grande première en région : les Résidences du Groupe E4 sont désormais équipées d'une surveillance par télé-médecine en cardiologie 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7.

Des téléconsultations psychiatriques et gériatriques sont aussi possibles.

Fruit d'un projet novateur soutenu par l'Agence Régionale de Santé du Languedoc-Roussillon, un cardiologue d'astreinte à la Clinique du Parc pourra dès maintenant rendre sa télé-expertise au personnel soignant des Résidences sans avoir besoin de se déplacer et ainsi permettre de gagner un temps précieux en cas de doute sur les symptômes d'un patient.

Cette « médecine de demain », entièrement opérationnelle sur les établissements du groupe E4, présente ainsi de nombreux avantages, en particulier en permettant l'économie de déplacements complexes aux patients fragilisés.



NOËL AUX AIGUEILLÈRES

Samedi 13 décembre, goûter et spectacle de Noël au Devevou, offert par la Mairie de Montferrier. Si vous désirez accompagner vos parents adressez vous rapidement à l'animatrice.

Cette année, **Notre fête de Noël aura lieu le jeudi 18 décembre à 16h15** avec un très joli spectacle du Duo Sainclair « Au temps de Noël » suivi du traditionnel apéritif de Noël pour nos résidents et leur famille.

La messe de Noël aura lieu le vendredi 19 décembre à 16h45.

FÊTE DE NOËL À LA CYPRIÈRE

La Cyprière fête Noël à la Résidence le **samedi 18 décembre.**

Au programme, spectacle de Noël avec la troupe de danseuses indiennes « Pooja » de 15h30 à 17h30. Il sera suivi de Chants de Noël interprétés par la paroisse de Juvignac.

Un apéritif dinatoire en compagnie des intervenants extérieurs et des familles est prévu à 18h45. Et enfin, la traditionnelle distribution de cadeaux par le Père-Noël débutera à 19h45.

LA MARTÉGALE

La psychologue sera absente du 22 au 27 décembre.
Notre fête de Noël sera célébrée le mercredi 17 décembre.
Le vendredi 19 décembre nous ferons un marché de Noël.

LA PAROLE AUX RESIDENTS !

LE BEAUJOLAIS

Ce mois-ci, tradition oblige, nous avons travaillé sur le thème des vignes, du vin et donc du Beaujolais. Des activités manuelles, pour réaliser un décor mural que nous vous invitons à découvrir.

Une anicroche a été créée en atelier écriture par le collectif des résidents.



LA DÉGUSTATION DU BEAUJOLAIS

- B** *Bon, buvable et bienvenu...*
- E** *Evaporer, excellent et enivrant...*
- A** *Ârome, abondant et agréable...*
- U** *Unique...*
- J** *Jovial et jeune...*
- O** *Odorant, original et onéreux...*
- L** *Liquide et léger...*
- A** *Actualité et amicale*
- I** *Imagination, imprévu et idéal...*
- S** *Sympathique et savoureux.*



LA PAROLE AUX RESIDENTS !

LE TRICOT MYSTÉRIEUX

Madame CROZAT nous raconte un merveilleux Noël de son enfance

Un jour, à l'approche de Noël, nous attendions le père Noël avec impatience et maman tricotait.

« - Tiens qu'est-ce-que tu tricotes ? C'est pour un autre bébé ?

- Non, non, ce n'est pas pour un autre bébé. Je tricote c'est tout ! »

Le temps passait et nous n'avions effectivement jamais revu ce tricot sur quelqu'un d'autre et cela nous intriguait beaucoup. Nous cherchions sans cesse pour qui pouvait bien être ce tricot.

Un jour, alors qu'on jouait à la poupée, quelque chose nous a mis sur la voie. Nous ne pensions plus du tout à un bébé mais à une poupée. Mais aucune des poupées n'a jamais été habillée avec cette jolie brassière.

La nuit de Noël, attirés par un remue-ménage nous nous sommes levés les uns après les autres.

C'est là que quelque chose d'extraordinaire venait de nous apparaître, là, juste sous nos yeux.

Quelle stupéfaction ! Nous découvrons avec surprise que le tricot pour lequel nous avons tant cherché à savoir à qui il était destiné, été maintenant porté. Tous émerveillés, nous avons découvert un magnifique bébé, notre petite sœur.

Hors de nos préoccupations quotidiennes d'enfants, nous n'avions jamais remarqué la grossesse de Maman qui n'avait pas souhaité nous en parler.

Quant à papa, il s'était occupé de nous durant son absence, invoquant toutes autres raisons.

Nous avons tout de suite accueilli avec joie et amour cette petite sœur au sein de notre foyer.



LA PAROLE AUX RESIDENTS !

NOËL

La Martégale
Résidence

Idées et souvenirs évoqués par Mesdames Amparo CALIMAR, Eliane CAPEL, Jacqueline BASILE, Georgette AMIOT et Jeanne DECONS.

Noël est à la porte de la Martégale pour l'installation du sapin et de toutes les décorations. Les enfants seront très heureux d'habiller le sapin, ils sont pleins de joie. Les résidents vont aider les enfants ce jour-là et ensuite ils vont les féliciter. C'est une joie pour tout le monde. Une belle rencontre !

Mme CALIMAR Amparo

Tous les Noëls je suis invitée chez mes enfants, le réveillon et les repas se passent en famille, mais moi, je reste au chaud quand tout le monde va faire du ski.

Mme CAPEL Eliane

Le moment où l'on décorait le sapin. Je préparais la dinde aux marrons.

Mme AMIOT Georgette

Avec mon frère on cherchait les cadeaux dans la maison et souvent on les trouvait dans la cheminée mais on ne disait rien aux parents.

Mme GAUTHIER Augusta

On faisait la fête comme tout le monde pour le réveillon. Ma fille avait peur du Père Noël quand elle avait 7 ou 8 ans. Elle regardait les cadeaux au pied du sapin le lendemain. Il y avait aussi des cadeaux pour les grands.

Mme BASILE Jacqueline

C'est symbolique Noël. Les familles se regroupent, on attend le Père Noël pour les enfants, on couche tout ce petit monde et les grands jouent aux cartes.

Mme DECONS Jeanne

Noël en famille, c'était bien. Ma maman me disait, tu m'aideras à préparer.

Petits biscuits de Noël



Pour 6 personnes :

250 g de farine	Cannelle, gingembre, muscade,
100 g de beurre ramolli	girofle...
125 g de sucre	Zestes de citron (orange ou
50 g d'amandes en poudre	mandarine)
1 œuf	1 jaune d'œuf
1 cuillère à café de levure	



Préchauffer le four à 200°C (thermostat 6-7).

Mélanger dans une grande jatte la farine, la levure, le sucre et la poudre d'amandes.

Ajouter le beurre et les œufs, puis travailler avec une fourchette.

Pétrir ensuite avec les mains (faire une "boule"), et l'assaisonner au choix avec 4 épices, cannelle-orange, citron...

Couper la boule en 3, et faire 3 assaisonnements différents !

Étaler la pâte avec un rouleau et découper des formes à l'emporte-pièce (sapins, lunes, étoiles.....) ; les disposer sur une plaque garnie de papier sulfurisé.

Étaler un peu de jaune d'œuf avec de la cannelle sur les biscuits, pour qu'ils soient bien dorés, et enfourner 7 à 10 min (à surveiller).

C'est prêt. Bon appétit !

On peut employer la canelle autant dans les plats salés que dans les desserts sucrés. Divine dans une compote de fruits d'automne ou dans la tarte à la citrouille, elle permet de préparer de réconfortantes boissons à siroter durant les soirées froides d'hiver.

Son pouvoir antioxydant est puissant. Elle étonne par sa richesse en fibres alimentaires.





ENIGME

Il aime à être montré et suivi,
et l'imiter est toujours bon.
Il peut servir de leçon
et de mise en garde aussi.

Qui est-il?



ENIGME

Il fait sauter les courageux,
et tomber les chaussettes
quand il est lâche.
Arme des potaches,
des petites filles, il tient les
cheveux.

Qui est-il ?



ENIGME

Si en amour ils sont
appréciés,
les gros, eux, sont à éviter.
Les auteurs en ont des
fameux,
et certains servent pour des
jeux.

Qui sont-ils ?

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

Michel Labeaume. Grille 1295

- | | |
|-------------------------|--------------------------------|
| A. Dans la soupe | 1. Petit animal de la Fontaine |
| B. Aide | 2. Nettoyages |
| . Département | 3. Descente de police |
| C. Carabine | . Portion |
| . Ramena sa fraise | 4. Soulier papal |
| D. Mélange | . Dont la peau a été enlevée |
| . Honorer | 5. Cernée d'eau |
| E. Colère ancienne | . Se consacre (se) |
| . Personnel | 6. Désigne |
| F. Service discret | . Pour cuire |
| . Bêtes à l'école | . Parti |
| . Bande son | 7. Désires |
| G. Pompier | . Plante des fêtes |
| . Demi talisman | 8. Produits de beauté |
| H. Pareille | . Pour cuire |
| . Pas noir mais presque | 9. Renaud chez elle |
| I. Met au courant | . Fait des bouclettes |
| . Prend de l'eau | 10. Faits |
| J. Ont le chinois | |

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

Michel Labeaume. Grille 1290



RÉSULTATS DES JEUX DU MOIS PRÉCÉDENT

Résultats des énigmes :

Enigme 1 : la racine.

Enigme 2 : la banane.

Enigme 3 : le carnet.

➔ 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

Pérois

Résidence La Martégale
Maison de retraite Médicalisée
129, allée Jacques Brel
34470 Pérois
Tél 04 99 53 22 70
Fax 04 99 53 22 79
martegale@maison-retraite-montpellier.com



LUNDI 1 DECEMBRE	MARDI 2 DECEMBRE	MERCREDI 3 DECEMBRE	JEUDI 4 DECEMBRE	VENDREDI 5 DECEMBRE	SAMEDI 6 DECEMBRE	DIMANCHE 7 DECEMBRE
9h30 Gym douce & assise 10h00 Atelier vannerie à l'Atelier 14h45 Cuisine à l'atelier 15h00 Montage et décoration du sapin 16h45 Jeux de lettres et de mots au grand salon	10h30 Messe avec la paroisse en salle commune 13h30 Rendez-vous tricot à la bibliothèque 15h00 et 16h30 Musicotricité	<i>Présence de la psychologue</i> 10h00 Zoothérapie 13h45 Psychomotricité individuelle 15h00 Atelier mémoire en salle de réunion	<i>Présence de la psychologue</i> 9h00 Musicothérapie individuelle 15h00 Atelier vannerie 15h00 Psychomotricité 17h00 Atelier sensoriel 17h00 Musicothèque 17h00 Karaoké au grand salon	10h00 Atelier mémoire 10h15 Prévention des chutes à l'Atelier 11h00 et 14h00 Musicothérapie 16h45 Scrabble, jeux et belote au grand salon	14h30 Activités manuelles « Décoration de Noël » au grand salon 16h45 Quiz	11h00 Messe télévisée au grand salon
LUNDI 8 DECEMBRE	MARDI 9 DECEMBRE	MERCREDI 10 DECEMBRE	JEUDI 11 DECEMBRE	VENDREDI 12 DECEMBRE	SAMEDI 13 DECEMBRE	DIMANCHE 14 DECEMBRE
10h00 Atelier vannerie à l'Atelier 10h50 Gym douce & évaluation individuelle 14h45 Cuisine à l'Atelier 16h45 Jeux de lettres et de mots au grand salon	<i>Présence de la musicothérapeute</i>	<i>Présence de la psychologue</i> 10h00 Zoothérapie 13h45 Psychomotricité individuelle 15h00 Atelier mémoire en salle de réunion	<i>Présence de la psychologue</i> 9h00 - 11h00 ; 15h00 - 17h00 Musicothérapie individuelle  14h45 MARCHÉ DE NOËL 15h00 Atelier vannerie 15h00 Psychomotricité 17h00 Karaoké	10h00 Atelier mémoire 10h15 Prévention des chutes à l'Atelier 16h45 Scrabble, jeux et belote au grand salon	11h00 Atelier musical à l'Atelier 14h30 Activités manuelles « Décoration de Noël » au grand salon	11h00 Messe télévisée au grand salon
LUNDI 15 DECEMBRE	MARDI 16 DECEMBRE	MERCREDI 17 DECEMBRE	JEUDI 18 DECEMBRE	VENDREDI 19 DECEMBRE	SAMEDI 20 DECEMBRE	DIMANCHE 21 DECEMBRE
9h30 Gym douce & assise 11h00 Atelier vannerie à l'Atelier 14h45 Cuisine à l'Atelier 16h45 Jeux de lettres et de mots au grand salon	10h30 Temps de prière avec la paroisse en salle rééducation 13h30-17h00 Psychologue 14h30 Rendez-vous tricot à la bibliothèque 15h00 et 16h30 Musicotricité	<i>Présence de la psychologue</i> 10h00 Zoothérapie 13h45 Psychomotricité individuelle 15h00 Atelier mémoire 16h00 Goûter partagé & chants de Noël avec les enfants de l'école de Musique de Juvignac	<i>Présence de la psychologue</i> 9h00 Musicothérapie individuelle  15h15 FÊTE DE NOËL À LA RÉSIDENCE Spectacle, chants, Apéritif dinatoire et distribution de cadeaux	10h00 Atelier mémoire 10h00 Atelier musical 10h15 Prévention des chutes à l'Atelier 11h15 Écoute musicale 14h00 Musicothérapie 16h45 Scrabble, jeux et belote au grand salon		11h00 Messe télévisée au grand salon
LUNDI 22 DECEMBRE	MARDI 23 DECEMBRE	MERCREDI 24 DECEMBRE	JEUDI 25 DECEMBRE	VENDREDI 26 DECEMBRE	SAMEDI 27 DECEMBRE	DIMANCHE 28 DECEMBRE
9h30 Gym douce & assise 11h00 Atelier vannerie à l'Atelier	10h30 Messe avec la paroisse au grand salon 13h30-17h00 Psychologue 14h30 Rendez-vous tricot à la bibliothèque 15h00 et 16h30 Musicotricité	<i>Présence de la psychologue</i> 10h00 Zoothérapie 13h45 Psychomotricité individuelle 15h00 Atelier mémoire  19h00 REPAS DE RÉVEILLON avec les familles	 NOËL FÉRIÉ Repas organisé avec les familles	10h00 Atelier mémoire 10h15 Prévention des chutes à l'Atelier	10h00 Atelier musical à l'Atelier 11h15 Écoute musicale en salle de rééducation 14h00 Musicothérapie en salle de rééducation	11h00 Messe télévisée au grand salon
LUNDI 29 DECEMBRE	MARDI 30 DECEMBRE	MERCREDI 31 DECEMBRE				
9h30 Gym douce & assise 11h00 Atelier vannerie à l'Atelier	10h30 Messe avec la paroisse au grand salon 13h30-17h00 Psychologue 14h30 Rendez-vous tricot à la bibliothèque 15h00 et 16h30 Musicotricité	<i>Présence de la psychologue</i> 10h00 Zoothérapie 13h45 Psychomotricité individuelle 15h00 Atelier mémoire  19h00 REPAS DE RÉVEILLON avec les familles				

Rendez-vous :

→ Samedi 13 décembre NOËL, un jour en fête

Le parvis de la mairie de Juvignac s'anime pour les fêtes de Noël le temps d'une journée en accueillant de nombreux stands et activités qui raviront petits et grands De 10h00 à 20h00.

→ Jeudi 18 décembre GOÛTER DE NOËL DES AÎNÉS

Animation musicale offerte par Douce France et ARCM Animation Salle Lionel de Brunélis À 15h00.



La commission des menus aura lieu le jeudi 11 décembre à 16h00.

- 👤 Animatrice : **Stéphanie.**
- 👤 Psychomotricienne : **Élodie.**
- 👤 Psychologue : **Caroline.**
- 👤 Musicothérapeute : **Mélanie.**
- 👤 Ergothérapeute : **Mathilde.**

Vincent Granell : Enseignant APA (Activités Physiques Adaptées) - Gymnastique douce
 Guillaume Benes : Neuropsychologue - Atelier de mémoire. Edwin Garzon : Zoothérapeute - Atelier de zoothérapie.

► Le mois de novembre... En photos



Un après-midi réussi avec les résidents de la Martégale pour le loto de la semaine bleue !



Des anniversaires fêtés en musique avec notre ami Joseph !



Le papa de Madame Ferracci qui nous a fait le plaisir de nous interpréter quelques morceaux de violon... Magnifique !



Une vraie complicité entre une maman et sa fille !



Un petit au revoir à Mme Cabirou qui a changé de maison de retraite pour un rapprochement familial.

► Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- Mme FLORAC Anne-Marie, le 6 décembre
- Mme DELPONT Louise, le 9 décembre
- Mme RIDELLER Monique, le 20 décembre
- Mme PLANTON Ginette, le 29 décembre

► Fête

Nous souhaitons une joyeuse fête à

- Mme MARES, la Sainte Etienne, le 26 décembre
- M. BOULOISEAU, la Saint Jean, le 27 décembre

► Nos condoléances

Nous adressons nos condoléances à la famille et aux personnes proches de Monsieur SICRE Jean et Madame SCHMIDT Liliane