

Le Journal



des résidences

Les Aigueillères

La Cyprière

La Martégale

N° 57 - JUIN 2015



LA RECETTE DU MOIS :
" Firi-Firi, la recette
tahitienne "

PAGE 8



ACTUALITES DES RESIDENCES

Ne manquez pas les journées
citoyennes !

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



C'est déjà l'été !

Chères lectrices, chers lecteurs

Bien que la saison estivale ait déjà pointé le bout de son nez, l'été ne débutera que le 21 juin, le jour le plus long de l'année. La Terre présente alors son pôle nord au Soleil et cache son pôle sud.

Le 24 juin, la Saint-Jean fête le solstice d'été, une festivité détrônée depuis de nombreuses années par la fête de la musique devenue très populaire.

Ainsi, pour célébrer les beaux jours, vos Résidences ont programmé plusieurs événements et notamment les journées citoyennes à ne pas manquer !

Les équipes des Résidences vous souhaitent un agréable mois de juin et vous donnent rendez-vous dans la prochaine édition toute aussi ensoleillée !

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 : NE MANQUEZ PAS LES JOURNÉES CITOYENNES !

Chaque année, l'été rime avec festivités, et vos Résidences ne l'ont pas oublié ! De nombreuses animations et surprises sont prévues à l'occasion de la fête de l'été et des journées citoyennes.

Le 3 juin, dans le cadre de la journée citoyenne, vos Résidences poursuivent leur engagement en faveur du **développement durable**. Les artistes de la compagnie « Les Arts Verts » vous transportent dans leur univers « arts et nature » au travers de spectacles multipliant les techniques artistiques : musique, chant, théâtre, marionnette, magie...

Dès 14h15, les enfants des centres de loisirs seront accueillis dans les différentes Résidences et ils participeront aux animations prévues à partir de 14h30 :

- ▶ aux Aigueillères, le nouveau spectacle de marionnettes « meuh »,
- ▶ à la Cyprière, un atelier création de teintures végétales sur tissu,
- ▶ à la Martégale, un spectacle sous forme de « veillée contes ».

A partir de 15h45, un goûter permettra de redonner des forces à l'ensemble des participants. Les enfants du centre de loisirs prendront le chemin du retour vers 16h15.

N'oubliez pas de cocher cette date sur votre calendrier pour profiter de merveilleux moments en compagnie des petits et grands !

Fête de l'été à la Cyprière

Mercredi 17 juin la Cyprière fête l'été. Dans l'après-midi un spectacle country animé par l'association « country chris cross » suivi d'un repas fastfood festif animé en extérieur par Christian et l'association country. Venez nombreux !

Fête de l'été à la Martégale

La fête de l'été de la Résidence aura lieu le vendredi 26 juin sur le thème : Journée évasion sur l'île de tahiti !!! Nous vous rappelons que toutes les personnes souhaitant participer à l'élaboration de la décoration et des préparatifs sont les bienvenues.

Journée citoyenne et Fête de l'été aux Aigueillères

Un mois de juin animé aux Aigueillères ! Les rendez-vous sont nombreux. Une journée citoyenne est prévue le 3 juin et le vendredi 19 juin c'est la fête de l'été ! Un spectacle dansant « Salsa du sud » sera suivi d'un apéritif dans le patio.

LA PAROLE AUX RESIDENTS !

SORTIE À LA FERME

Les Aigueillères
Résidence

Mercredi 22 avril, par une belle journée de printemps, nous sommes partis pour une après-midi à la ferme. Un espace agréable où les résidents ont pu retrouver un monde un peu oublié. Un joli jardin avec des légumes et des plantes aromatiques variées ainsi que des fleurs, qui faisaient remonter de nombreux souvenirs.

Et quel plaisir d'aller à la rencontre de ces animaux et de les observer ! Une occasion de raconter quelques anecdotes ! Voici les impressions des résidents. En tout cas, je peux témoigner qu'à notre retour ils étaient tous ravis et les yeux brillants !

Cette sortie m'a beaucoup plu, Il y avait beaucoup d'enfants mais finalement ils étaient sur les jeux, faisaient de la barque sur le petit cours d'eau et chacun avait assez d'espace ! J'ai adoré les animaux, en particulier la cane et ses petits ainsi que les lamas très beaux et les ânes vraiment costauds ! Les petites chèvres étaient très gourmandes et nous suivaient partout ! On nous avait donné des petits granulés pour leur donner. » M. H. R.



C'était un cadre très plaisant, la promenade dans le jardin des plantes et plantations était très agréable avec de bonnes odeurs et de jolies fleurs ! Je n'avais jamais vu de lamas, j'étais impressionnée ! » MME. P. C.

J'ai aimé les lamas, ils étaient très beaux. Mon fils nous a accompagnés avec son petit chien mais il a dû le mettre dans un sac pour ne pas effrayer les autres animaux, certaines rencontres étaient drôles ! J'ai beaucoup aimé cette sortie printanière, la météo était idéale ! » MME. B. S.



LA PAROLE AUX RÉSIDENTS !

L'ÉTÉ

Pour annoncer l'été, nous avons partagé avec les résidents ce magnifique poème de Théodore de Banville.

Il brille, le sauvage Été,
La poitrine pleine de roses.
Il brûle tout, hommes et choses,
Dans sa placide cruauté.
Il met le désir effronté
Sur les jeunes lèvres décloes ;
Il brille, le sauvage Été,
La poitrine pleine de roses.
Roi superbe, il plane irrité
Dans des splendeurs d'apothéoses
Sur les horizons grandioses ;
Fauve dans la blanche clarté,
Il brille, le sauvage Été.

Théodore de Banville (1823-1891)

Voici un commentaire anonyme :

*" J'ai relu avec grand plaisir ce gentil poème de Théodore-de-Banville.
C'est une écriture très fraîche et sans chichi mais tellement belle et tellement française, dans l'esprit de la poésie française je veux dire. "
Merci Monsieur de Banville.*

QUELQUES ÉVÈNEMENTS MARQUANTS DE CE MOIS DE JUIN

► Le 3 juin dans notre Résidence, aura lieu la journée **la journée du développement durable**. Au cours de cette journée, sont prévues plusieurs animations avec des intervenants extérieurs et la présence des enfants du centre de loisirs de Juvignac. Nous rappelons que les familles sont cordialement conviées à partager cet évènement avec nous.

► Une date à retenir ! **Le 17 juin à la Cyprière, nous fêterons l'été** dans une ambiance country. A partir de 15h15, l'association védasienne "Country Chris Cross" nous offrira un spectacle. Puis à partir de 18h30, ce sera repas guinguette

en extérieur avec frites, saucisses... Toujours sur fond musical country avec notre ami et partenaire Christian.

Afin de partager un moment convivial, la présence des familles auprès de leur proche est vivement souhaitée.

► **Le 27 juin** à 17 heures, nous inaugurons une **nouvelle exposition** qui restera un mois sur les murs de notre Résidence. Nous aurons l'honneur de recevoir l'artiste peintre Virginie Guidée, membre de l'association « le schème » partenaire de notre résidence. Nous espérons vous voir nombreux pour l'accueillir.

LA PAROLE AUX RESIDENTS !

La Martégale
Résidence

MOIS DE JUIN

Journal de Mme CAPEL

Juin doit son nom à Junius Brutus, l'un des fondateurs de la république romaine. C'est le mois brillant de Charlemagne, celui des jours les plus longs, celui des roses, des fauchaisons et de la fenaison dans le midi. C'est aussi le temps des cerises, des groseilles et des framboises.

La nature y est splendide et les jours longs de seize heures, augmentent de douze minutes.

TAHITI Evasion sur l'île de Tahiti à la Martégale :

Bonjour
laorana

Bonne journée
ia oaoa parahi anae

Au revoir
Nana

Merci
Mauruuru

Bienvenue dans notre résidence la Martégale
Manava ite tae raa mai ite fare matahiapo nô Martegale.

Nous sommes heureux de partager cette belle journée avec vous
Mauruuru nô teie fareireiraa no tatou paatoa ia amui hoe to tatou mau hinaaro.

Bon appétit
Tamaa maitai

Je préfère le dessert
Meau nàu te monamona

Désirez-vous un café ?
Hinaaro outou te taofe

Désirez-vous danser ?
aorera e oriori rii

C'était magnifique, je suis ravi
Aita tuaia hope te au

Pour la fête de l'été nos résidents - *Mesdames Centi, Real, Capel, Piron, Cros, Gauthier, Basile, Messieurs Mayer et Pacull* - se mettent dans l'ambiance Tahitienne en apprenant quelques mots.



Firi-Firi (beignets tahitiens) une recette de la Martégale



300 g de farine,
une pincée de sel,
100 g de sucre,
15 g de levure de boulanger,
20 cl de lait de coco,
(noix de coco rapée, optionnelle)
huile,
sucre glace



Étape 1

Dans un large saladier, mélanger farine, sel, levure et sucre en poudre.

Étape 2

*Pétrir fermement en ajoutant le lait de coco et près de 80 ml d'eau tiède.
La pâte obtenue est assez liquide.*

Étape 3

Couvrir le saladier et laisser reposer 3 heures.

Dans une poêle, faire chauffer l'huile de friture.

Étape 4

Cuire nos beignets (en forme de petites boules, ou si vous utilisez une poche à pâtisserie à grosse douille, en forme de 8 ou circulaires), pendant 2-3 minutes sur chaque face.

Les plonger dans le sucre glace et déguster.

C'est prêt. Bon appétit !

Les mamans Tahitiennes préparent les FIRI-FIRI pour le petit déjeuner du dimanche matin. Chacune a sa recette, son petit "plus".



ENIGME

D'avril c'est une farce,
De mer ou d'eau douce,
Il est excellent pour la
santé,
Il est parfois volant.

Qui est-il ?

ENIGME

On en use pour persuader,
En accorder, c'est faire
confiance.

Qui est-il ?

ENIGME

Quand on y est , on ne sait
pas où on est.

Qui est-il ?

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

C.J. Belz. Petite grille 25

- | | |
|--|---|
| <p>A. Elle connaît bien la capitale de la France</p> <p>B. Âcres
. Nombre multiple de 2 et 3</p> <p>C. Il a pris du plaisir
. Lycée professionnel abrégé</p> <p>D. On fabrique de l'acier dans ces usines</p> <p>E. Il fit connaître la pomme de terre aux Français</p> <p>F. Au milieu du ballon
. A l'entrée et à la sortie du bâtiment
. Disque solaire de Cléopâtre</p> <p>G. L'Europe
. Il a gagné les élections</p> <p>H. Le couteau du chirurgien</p> <p>I. Être, paraître, demeurer, rester, sont des verbes d'...
. Lac des Pyrénées</p> <p>J. Petit siège de théâtre qui se relève</p> | <p>1. Très utiles en cas d'averse</p> <p>2. Aimable
. Aux bords du toit</p> <p>3. Note de musique proche de do
. 2^{ème} groupe
. Poisson d'eau de mer recherché</p> <p>4. Il a ri à l'envers
. Mit l'un dans l'autre</p> <p>5. Quelque chose de confidentiel</p> <p>6. Ville près de Dijon
. A la sortie du bain
. Pour relier 2 mots</p> <p>7. (Il) enfile
. Ce n'est pas tout près</p> <p>8. Nous sans voyelles
. Condition
. Le tutu sans consonnes</p> <p>9. Cléopâtre y naviguait
. Fin du 1^{er} groupe</p> <p>10. Le contraire de l'inspiration</p> |
|--|---|

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

Michel Labeaume. Grille 1283



RÉSULTATS DES JEUX DU MOIS PRÉCÉDENT

Résultats des énigmes :

Enigme 1 : la ficelle.

Enigme 2 : la féerie.

Enigme 3 : le passé.

➔ 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 JUIN	MARDI 2 JUIN	MERCREDI 3 JUIN	JEUDI 4 JUIN	VENDREDI 5 JUIN	SAMEDI 6 JUIN	DIMANCHE 7 JUIN
14h45 Épluchage de légumes à l'Atelier 17h00 Jeux de mots au grand salon	10h30 Messe avec la paroisse au grand salon 13h30-17h00 Psychologue 14h30 Tricot à la bibliothèque 15h00 et 16h30 Musicotricité	Présence de la psychologue 10h00 Zoothérapie 13h45 Psychomotricité individuelle  14h45 Journée développement durable	Présence de la psychologue 9h00 - 11h00 ; 15h00 - 17h00 Musicothérapie individuelle 14h45 Médiathèque à la Résidence 15h00 Vannerie 15h00 Psychomotricité 17h00 Atelier sensoriel	10h00 Atelier musical à l'Atelier 11h15 Écoute musicale en salle de rééducation 14h00 Musicothérapie 14h45 Médiathèque à la Résidence 16h45 Scrabble, jeux et belote	10h00 Atelier musical à l'Atelier 11h15 Écoute musicale en salle de rééducation 14h00 Musicothérapie 15h00 Pétanque 17h00 Quiz au grand salon	11h00 Messe télévisée au grand salon 16h30 Projection d'un film
LUNDI 8 JUIN	MARDI 9 JUIN	MERCREDI 10 JUIN	JEUDI 11 JUIN	VENDREDI 12 JUIN	SAMEDI 13 JUIN	DIMANCHE 14 JUIN
9h30 Gym douce & assise 14h45 Cuisine à l'Atelier 16h45 Jeux de lettres et de mots au grand salon	10h30 Temps de prière avec la paroisse 13h30-17h00 Présence de la psychologue 14h30 Tricot à la bibliothèque 15h00 et 16h30 Musicotricité	Présence de la psychologue 10h00 Zoothérapie 13h45 Psychomotricité individuelle 15h00 Atelier mémoire en salle de réunion	Présence de la psychologue 9h00 - 11h00 ; 15h00 - 17h00 Musicothérapie individuelle 15h00 Psychomotricité individuelle 17h00 Atelier sensoriel	9h00 - 11h00 ; 15h00 - 17h00 Musicothérapie individuelle 10h00 Atelier mémoire 10h15 Prévention des chutes à l'Atelier	14h30 Pétanque 17h00 Quiz au grand salon	11h00 Messe télévisée au grand salon 16h30 Projection d'un film
LUNDI 15 JUIN	MARDI 16 JUIN	MERCREDI 17 JUIN	JEUDI 18 JUIN	VENDREDI 19 JUIN	SAMEDI 20 JUIN	DIMANCHE 21 JUIN
9h30 Gym douce & assise 11h00 Vannerie à l'Atelier 15h45 Cuisine à l'Atelier 16h45 Jeux de lettres et de mots au grand salon	10h30 Temps de prière avec la paroisse 13h30-17h00 Psychologue 14h30 Tricot 14h45 Activités manuelles 15h00 et 16h30 Musicotricité 16h45 Quiz	Présence de la psychologue 10h00 Zoothérapie  FÊTE DE L'ÉTÉ SPECTACLE COUNTRY avec l'association « country chris cross » 18h30 repas fastfood festif animé en extérieur	Présence de la psychologue 9h00 - 11h00 ; 15h00 - 17h00 Musicothérapie individuelle 15h00 Psychomotricité individuelle  15h15 Spectacle des aînés «chorale Lou Cantou» 17h00 Atelier sensoriel	10h00 Atelier mémoire 10h15 Prévention des chutes à l'Atelier 16h45 Scrabble, jeux et belote	10h00 Atelier musical à l'Atelier 11h15 Écoute musicale en salle de rééducation 14h00 Musicothérapie  15h15 Fête de la musique spectacle musicaux	 ÉTÉ FÊTE DE LA MUSIQUE FÊTE DES PÈRES 11h00 Messe télévisée au grand salon 16h30 Projection d'un film
LUNDI 22 JUIN	MARDI 23 JUIN	MERCREDI 24 JUIN	JEUDI 25 JUIN	VENDREDI 26 JUIN	SAMEDI 27 JUIN	DIMANCHE 28 JUIN
9h30 Gym douce & assise 11h00 Vannerie à l'Atelier 15h45 Cuisine à l'Atelier 16h45 Jeux de lettres et de mots au grand salon	10h30 Temps de prière avec la paroisse 13h30-17h00 Présence de la psychologue 14h30 Tricot à la bibliothèque 15h00 et 16h30 Musicotricité	 FÊTE DE LA SAINT JEAN Présence de la psychologue 10h00 Zoothérapie 13h45 Psychomotricité individuelle 15h00 Atelier mémoire en salle de réunion	Présence de la psychologue 9h00 - 11h00 ; 15h00 - 17h00 Musicothérapie individuelle 15h00 Psychomotricité 17h00 Atelier sensoriel  17h00 Anniversaires du mois	10h00 Atelier mémoire 10h15 Prévention des chutes à l'Atelier 16h30 Scrabble, jeux et belote	10h00 Atelier musical à l'Atelier 11h15 Écoute musicale en salle de rééducation 14h00 Musicothérapie 17h00 Vernissage de l'exposition de l'artiste peintre Virginie Guidée	11h00 Messe télévisée au grand salon 16h30 Projection d'un film
LUNDI 29 JUIN	MARDI 30 JUIN					
9h30 Gym douce & assise 15h45 Cuisine 16h45 Jeux de lettres et de mots au grand salon	10h30 Temps de prière avec la paroisse 13h30-17h00 Psychologue 14h30 Tricot à la bibliothèque 15h00 et 16h30 Musicotricité					

Rendez-vous :

→ **Mercredi 10 juin**
15^{ÈME} PRINTEMPS DES PEINTRES
 Concours de peinture
 Thème : Constellations
 Vernissage et remise des prix
 Hôtel de ville
 À 18h30.

→ **Dimanche 21 juin**
FÊTE DE LA MUSIQUE
 2 scènes : place du Soleil et Salle de Courpouyan.

→ **Samedi 27 juin**
MONTPELLIER DANSE De Soprano's (extraits)
 Création d'Emio Greco & Pieter C. Scholten
 Place du Soleil - Constellations
 À 11h00.

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

La commission des menus aura lieu le jeudi 18 juin à 16h00.

Vincent Granell : Enseignant APA (Activités Physiques Adaptées) - Gymnastique douce.

Guillaume Benes : Neuropsychologue - Atelier de mémoire. Boelle Briau : Zoothérapeute - Atelier de zoothérapie.

► Le mois de mai... En photos



Un duo de choc, Mathilde ergothérapeute et Mélanie musicothérapeute...



L'atelier cuisine avec épluchage de légumes chaque lundi.



Un anniversaire partagé !



99 ans pour Mme MURAT, notre deuxième doyenne dans la Résidence.

► Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- Mme GUERINI Denise, le 4 juin
- Mme BERARDI Suzanne, le 20 juin

► Fêtes

Nous souhaitons une joyeuse fête à tous les pères le 21 juin et à Mme MANINI, la Sainte Paule, le 29 juin

► Bienvenues

Nous souhaitons la bienvenue à :

- Mme FRECCERO Odette
- Mme TCHALIKIAN Pierrette
- M. GIMENEZ François
- Mme SABLAYROLLES Claire
- Mme BERTIN Jacqueline
- Mme GUIHAUMÉ Jacqueline