

# Le Journal



des résidences

Les Aigueillères

La Cyprière

La Martégale

N° 56 - MAI 2015



**LA RECETTE DU MOIS :**  
" Blanquette de veau "

**PAGE 8**

• **ACTUALITES DES RESIDENCES**

• Une double certification à venir  
pour Nouvéo Service !

• **PAGE 4**

**JEUX DE MOTS :**

**PAGES 9-10**



## nouvéo

Services à la personne

## 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 En mai, dansons sur les ponts !

Chères lectrices, chers lecteurs

Certains mois ont un petit "je ne sais quoi" qui leur donne une coloration toute estivale. Le mois de mai, avec ses nombreux jours fériés, fait bien évidemment partie de ceux-là !

Et en effet, toutes les conditions sont réunies pour passer de bons moments : le beau temps s'installe, les températures remontent, et avec tous ces ponts, du temps à passer en famille ou entre amis.

Cela commencera bien sur avec le vendredi 1<sup>er</sup> mai (Fête du travail), suivi du vendredi 8 (fête de la victoire de 1945), puis du jeudi de l'ascension le 14, pour finir avec le lundi de pentecôte, le 25 !

Toutes les équipes des Résidences vous souhaitent donc à toutes et à tous un excellent mois de mai et vous donnent rendez-vous dans la prochaine édition, bien reposés, pour commencer l'été !

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 : UNE DOUBLE CERTIFICATION À VENIR POUR NOUVEO SERVICES !

**N**ous vous l'annonçons déjà les derniers mois, l'agence de services à la personne du Groupe est en pleine expansion : services spécifiques aux résidents bien sûr, mais aussi et depuis peu, ouverts aux actifs du département de l'Hérault.

Intraitable sur la qualité de service au cœur de ses prestations, Nouvéo a souhaité accompagner son développement par un nouvel engagement dans une double certification : QUALISAP et Cap'Handéo !

Gage d'exigence et de reconnaissance, l'audit conjoint pour l'obtention de ces deux labels se déroulera les 20 et 21 mai prochains.

Nous vous tiendrons bien sûr informés des suites dans nos prochains numéros !



### Juvignac voyage dans le temps

Pour les fans d'Histoire et les autres, un café lecture passionnant se tiendra à la médiathèque le samedi 30 mai à 10h30. Une bonne occasion de voyager dans le temps pour découvrir ou redécouvrir l'histoire du 19<sup>ème</sup> siècle !

### Fête de l'été à la Martégale

La fête d'été de la résidence aura lieu le 26 juin, mais les préparatifs sont déjà en cours. Toutes les personnes souhaitant participer à l'élaboration de la décoration et des préparatifs seront les bienvenues : nous vous invitons donc à vous présenter auprès de votre animatrice !

### Commémoration à Montferrier

La cérémonie commémorative de la victoire de 1945 se déroulera place des Grèses le 8 mai à partir de 11h00. Une occasion de se souvenir de nos anciens et de participer à la vie de la commune !

## LA PAROLE AUX RESIDENTS !

### LA FÊTE DES MÈRES

Les Aigueillères  
Résidence

Quelques réflexions sur la Fête des Mère dans l'histoire de nos résidents :  
Quels souvenirs en avez-vous ? Est-ce que c'était important pour vous ?



*La fête des Mères, c'est le Maréchal Pétain*  
« qui l'a faite...vers 1940. Je ne me souviens pas de l'avoir souhaité à ma mère, mais mes enfants me l'on souhaitée ! » **MME G. A.**

*Mes enfants me l'on souhaitée avec de*  
« jolis cadeaux, du parfum, des crèmes de beauté etc....on faisait un repas familial et mon mari m'offrait des fleurs. » **MME O. E.**

*En Espagne, il n'y avait pas de fête des*  
« mères et pas de cadeaux... » **MME A. M.**

*J'offrais un bouquet de fleurs à ma femme*  
« et on faisait un petit repas en famille... »  
**MR V. M.**

*Je l'ai souhaité à ma maman, avec des*  
« fleurs et des cartes et mes enfants me l'on toujours souhaité aussi. Ça me fait plaisir »  
**MME N. F.**

*La fête des mères a tout de suite fait*  
« l'unanimité, c'était en 1941. C'était la guerre, ses mauvais souvenirs et Pétain ! Je ne l'ai pas souhaitée à ma mère en tant qu'enfant mais on me l'a fêtée, avec un bouquet de fleurs... » **MME G. M.**

*J'étais au Maroc, mes enfants étaient*  
« loin de moi, on le faisait par téléphone avec de longues discussions... »  
**MME G. R.**

*Mes filles me faisait un cadeau et*  
« on faisait un repas comme tous les dimanches. » **MME P. M-L**

*C'était une grande fête de famille très*  
« importante et encore maintenant, c'est l'occasion de se réunir, de se retrouver tous ensemble... » **MME N. A.**



## LA PAROLE AUX RESIDENTS !

### MUSICOTRICITE : TEMOIGNAGES

#### Le groupe de musicotricité en quelques mots :

C'est un groupe, animé par **Elodie la psychomotricienne** et **Mélanie la musicothérapeute** tous les mardis après-midi. Par la médiation musicale (jeux instrumentaux, écoute musicale, mémorisation de paroles et de gestes), nous cherchons à utiliser toutes les possibilités du corps : mouvements, actions, détente, expression, coordination. La musique

soutient la communication et l'expression des émotions. L'utilisation du rythme favorise quant à lui la motricité et l'engagement corporel. C'est aussi mais surtout un espace de créativité où chacun est libre de s'exprimer comme il le souhaite.

En quelques mots des résidents : **Bouger / Chanter / Rigoler / S'instruire / S'amuser / Bonne entente / Favoris.**

« Au début j'ai cru qu'on allait se barber et ben finalement j'ai découvert un groupe gai, où les gens entre eux font connaissance et c'est sympa. Et puis moi ce qui m'intéresse aussi c'est qu'on apprend à se déplacer harmonieusement entre nous et ça c'est important, voilà » **Marie Thérèse Ferracci**



« Le groupe, je n'en pense que du bien (surtout que je suis dedans). Je fais sourire mes collègues. J'aime bien les mouvements de mes copines. Je ne parle pas très bien car je suis malade mais je dis bravo aux chefs qui nous font ça, c'est quelque chose d'extraordinaire. On vient parce qu'on va passer un moment tranquille et convivial » **Donata Hernandez**

« Ce groupe est très sympathique. Il y a une bonne équipe et ça nous occupe une bonne partie du mardi » **Cécile Delattre**



« Maintenant je n'en pense que du bien. J'ai eu peur au début : je pensais que ça serait comme bien des choses qui s'effacent. Je constate que ce n'est pas du tout ça et je suis bien contente. J'ajoute que je vous dois beaucoup. Heureusement que vous êtes là et que vous faites quelque chose de formidable » **Pierrette Vas**

## LA PAROLE AUX RESIDENTS !

La Martégale  
Résidence

### INSPIRATION

M. MAYER Jean nous offre un poème...

*La joie est une Visiteuse,  
Ouvrez lui donc, elle rentrera,  
Mais ne faite pas grise mine,  
Elle a vraiment horreur de ça,  
Invitez vos amis, vos frères,  
Vos voisines, des inconnues,  
Elle sourit à tous, la belle,  
Elle a du soleil dans les yeux.  
Gardez vos Jambes, votre tête,  
Mais avant tout,  
Soyez joyeux.*



« Le travail ça  
ressemble à des coups  
sur la tête, ça fait du  
bien quand on arrête »



## Blanquette de veau



Pour 4 personnes :

1 kg de blanquette de veau  
1 cube de bouillon de poulet  
1 cube de bouillon de légumes  
2 ou 3 carottes  
1 gros oignon  
1 petite boîte de champignons  
(émincés)

1 petit pot de crème fraîche  
1 jus de citron  
1 jaune d'œuf  
farine  
25 cl de vin blanc



Faire revenir la viande dans du beurre jusqu'à ce que les morceaux soient un peu dorés. Saupoudrer de 2 cuillères de farine.

Bien remuer. Ajouter 2 ou 3 verres d'eau et remuer.

Ajouter les 2 cubes de bouillon. Ajouter le vin et couvrir d'eau.

Couper les carottes en rondelles et les oignons, puis les ajouter, ainsi que les champignons.

Laisser mijoter à feu très doux environ 1h30 à 2h00 en remuant.

Si nécessaire, rajouter de l'eau de temps en temps.

Dans un bol, bien mélanger la crème fraîche, le jaune d'œuf et le jus de citron. Ajouter ce mélange au dernier moment, bien remuer et servir tout de suite.

C'est prêt. Bon appétit !

**C'**est une viande maigre, qui s'intègre bien à une alimentation visant à prévenir les maladies cardiovasculaires. Le veau est une source majeure de plusieurs vitamines et de minéraux essentiels, dont le fer, le zinc et les vitamines du groupe B.





**ENIGME**

C'est un artifice caché,  
Un bonhomme indélicat,  
Un galon pour l'officier,  
Un pain mince en tout cas.

Qui est-elle ?

**ENIGME**

Spectacle magnifique,  
On y rencontre un monde fantastique  
Peuplé d'êtres surnaturels  
Aux pouvoirs immatériels

Qui est-elle ?

**ENIGME**

Il est hier ou éloigné,  
Et peut remonter à l'Antiquité  
Car, sans lui, demain  
Ne signifie rien.

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 1283

- A. Collectionne des pages de feuilles
- B. Vend
  - . Atome
- C. Siffler
  - . Est utile
- D. Fils de Robert le Fort
  - . Pas lourd
- E. Travail postal
  - . Mauvaise à laine
- F. Conjonction
  - . Partie de couteau
  - . Début d'opération
- G. La moitié de pépère
  - . Jeune
- H. Bâtit
  - . Dans le Gard
- I. Foutu
  - . Avant de navire
- J. Qui a rapport aux tissus organiques

- 1. Ahurissement
- 2. Couperai
- 3. Dur
  - . Belle dame
- 4. Robe de moine
  - . Dit pour des navires vides
- 5. Cri d'arène
  - . Trou d'eau
- 6. Note
  - . A ongles
  - . Cas d'astre
- 7. Ville de Georges
  - . Perroquet
- 8. Ejectable parfois
  - . Toujours de bon
- 9. Moulure
  - . Peut être nauséabonde
- 10. Rangée

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

Michel Labeaume. Grille 1285



RÉSULTATS DES JEUX DU MOIS PRÉCÉDENT

Résultats des énigmes :

Enigme 1 : le mobile.

Enigme 2 : la racine.

Enigme 3 : le pain.



## ➔ 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](mailto: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](mailto: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](mailto:martegale@maison-retraite-montpellier.com)





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

LUNDI 4 MAI	MARDI 5 MAI	MERCREDI 6 MAI	JEUDI 7 MAI	VENDREDI 8 MAI	SAMEDI 9 MAI	DIMANCHE 10 MAI
11h00 Vannerie à l'Atelier	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 16h30 Scrabble, jeux et belote	Présence de la psychologue 9h00 - 11h00 ; 15h00 - 17h00 Musicothérapie individuelle 14h45 Médiathèque à la Résidence 15h00 Vannerie 15h00 Psychomotricité 17h00 Atelier sensoriel	FÉRIÉ FÊTE DU TRAVAIL Animation par les ASH	11h00 Atelier musical à l'Atelier 14h30 Activités manuelles au grand salon 16h30 Quiz au grand salon 17h00 Ecoute musicale par les ASH	11h00 Messe télévisée au grand salon 16h30 Projection d'un film
LUNDI 11 MAI	MARDI 12 MAI	MERCREDI 13 MAI	JEUDI 14 MAI	VENDREDI 15 MAI	SAMEDI 16 MAI	DIMANCHE 17 MAI
9h30 Gym douce & assise 11h00 Vannerie à l'Atelier 14h45 Cuisine à l'Atelier 16h45 Jeux de lettres et 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 15h00 Atelier mémoire en salle de réunion	FÉRIÉ ASCENSION Présence de la psychologue 9h00 - 11h00 ; 15h00 - 17h00 Musicothérapie individuelle Animation par les ASH	9h00 - 11h00 ; 15h00 - 17h00 Musicothérapie individuelle 10h00 Atelier mémoire 10h15 Prévention des chutes à l'Atelier 16h45 Scrabble, jeux et belote	14h30 Pétanque 17h00 Quiz au grand salon	11h00 Messe télévisée au grand salon 16h30 Projection d'un film
LUNDI 18 MAI	MARDI 19 MAI	MERCREDI 20 MAI	JEUDI 21 MAI	VENDREDI 22 MAI	SAMEDI 23 MAI	DIMANCHE 24 MAI
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 13h45 Psychomotricité individuelle 15h00 Atelier mémoire en salle de réunion	Présence de la psychologue 9h00 - 11h00 ; 15h00 - 17h00 Musicothérapie individuelle 12h00 Sortie au restaurant 15h00 Vannerie 15h00 Psychomotricité 17h00 Atelier sensoriel	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 14h30 Activités manuelles 17h00 Quiz au grand salon	PENTECÔTE 11h00 Messe télévisée au grand salon 16h30 Projection d'un film
LUNDI 25 MAI	MARDI 26 MAI	MERCREDI 27 MAI	JEUDI 28 MAI	VENDREDI 29 MAI	SAMEDI 30 MAI	DIMANCHE 31 MAI
LUNDI DE PENTECÔTE 9h30 Gym douce & assise 11h00 Vannerie 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	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 Vannerie 15h00 Psychomotricité 17h00 Atelier sensoriel Anniversaires du mois	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 14h30 Activités manuelles 17h00 Quiz au grand salon	FÊTE DES MÈRES 11h00 Messe télévisée au grand salon 16h30 Projection d'un film

## Rendez-vous :

→ **Vendredi 8 mai**  
**CÉRÉMONIE** de  
**Commémoration de la**  
**victoire du 8 mai 1945**  
À 10h00, inauguration  
du rond-point Charles de  
Gaulle  
À 11h30 sur le Parvis de  
l'Hôtel de ville  
Un vin d'honneur  
clôturera la cérémonie.

→ **Mercredi 13 mai**  
**VERNISSAGE** de  
**l'exposition de Brigitte**  
**Aldebert**  
(Exposition du 11 Mai au  
29 mai)  
dans le hall de l'hôtel de  
ville  
À 18h30.

→ **Samedi 30 mai**  
**CAFÉ LECTURE**  
**Le 19<sup>e</sup> siècle : Histoire**  
**locale et littératures**  
Médiathèque  
À 10h30.

La commission des  
menus aura lieu le  
jeudi 21 mai 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 d'avril... En photos



*Un repas thérapeutique dans la bonne humeur.*



*Un thé dansant animé.*



*La fête bat son plein.*



*Le vernissage de la magnifique exposition des tableaux de Lydie Folliot qui reste dans notre résidence jusqu'au 3 mai.*

## ► Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- M. FASULA Stanislas, le 3 mai
- Mme CHOMIAC DE SAS Geneviève, le 6 mai
- Mme SABLAYROLLES Claire, le 14 mai
- Mme RIGOLLOT Marcelle, le 17 mai
- Mme CHEVALLIER Monique, le 17 mai
- M. VAUCHEL Jacques, le 20 mai
- M. AUJEU Jules, le 24 mai

## ► Fêtes

Nous souhaitons une joyeuse fête à toutes les mères le 31 mai et à :

- Mme CROZAT, la Sainte Gisèle, le 7 mai
- Mme GUERINI, la Sainte Denise, le 15 mai

## ► Bienvenues

Nous souhaitons la bienvenue à :

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