

Le Journal



des résidences

Les Aigueillères

La Cyprière

La Martégale

N° 56 - MAI 2015



LA RECETTE DU MOIS :
" Blanquette de veau "

PAGE 8



nouvéo

Services à la personne



ACTUALITES DES RESIDENCES

• Une double certification à venir pour Nouvéo Service !

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 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^{er} 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 !

Nous 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^{ème} 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 | 1. Ahurissement |
| B. Vend . Atome | 2. Couperai |
| C. Siffler . Est utile | 3. Dur . Belle dame |
| D. Fils de Robert le Fort . Pas lourd | 4. Robe de moine . Dit pour des navires vides |
| E. Travail postal . Mauvaise à laine | 5. Cri d'arène . Trou d'eau |
| F. Conjonction . Partie de couteau . Début d'opération | 6. Note . A ongles . Cas d'astre |
| G. La moitié de pépère . Jeune | 7. Ville de Georges . Perroquet |
| H. Bâtit . Dans le Gard | 8. Ejectable parfois . Toujours de bon |
| I. Foutu . Avant de navire | 9. Moulure . Peut être nauséabonde |
| J. Qui a rapport aux tissus organiques | 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

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

• Animatrice : **Béatrix.**

• Psychologue : **Céline.**

LUNDI 4 MAI	MARDI 5 MAI	MERCREDI 6 MAI	JEUDI 7 MAI	VENREDI 8 MAI	SAMEDI 9 MAI	DIMANCHE 10 MAI
14h00 Découverte des sens « Odeurs » à La Noria 16h30 Jeux de société au grand salon	9h45 et 14h00 Gymnastique douce 15h00 Assemblée de prières 16h30 Tricot et Scrabble ou Loto	14h00 Écoute musicale à La Noria 14h45 Cuisine 16h30 Jeux de société	14h00 Découverte des sens « Cuisine » à La Noria 14h30 Sortie à la médiathèque 16h30 Jeux de société	 FÉRIÉ VICTOIRE 1945	10h00 Sortie au marché 14h00 Jeux de société à La Noria 14h30 Présentation BERING Aventure. Vidéo et débat avec A. GABET et M OUALLET 16h30 Jeux de société	10h00 Messe télévisée au salon du 2 ^{ème} étage 14h00 Atelier lecture & écriture à La Noria 14h45 Film au grand salon 16H30 Loto en salle de restaurant
LUNDI 11 MAI	MARDI 12 MAI	MERCREDI 13 MAI	JEUDI 14 MAI	VENREDI 15 MAI	SAMEDI 16 MAI	DIMANCHE 17 MAI
14h00 Découverte des sens « Odeurs » à La Noria 16h30 Jeux de société au grand salon	9h45 et 14h00 Gymnastique douce 15h00 Assemblée de prières 16h30 Tricot et Scrabble ou Loto	14h00 Écoute musicale à La Noria 14h45 Cuisine 16h30 Jeux de société	 FÉRIÉ ASCENSION 14h00 Découverte des sens « Cuisine » à La Noria 14h30 Sortie à la médiathèque 16h30 Jeux de société	9h00 Esthétique 10h30 Zoothérapie 14h00 Massage & relaxation à La Noria 15H00 Accompagnement individuel ou promenade 15h15 Atelier de stimulation cérébrale 16h30 Scrabble	10h00 Sortie au marché 14h00 Jeux de société à La Noria 15h00 Activités manuelles 16h30 Quiz	10h00 Messe télévisée au salon du 2 ^{ème} étage 14h00 Écoute musicale à la Noria 14h45 Film au grand salon 16H30 Loto en salle de restaurant
LUNDI 18 MAI	MARDI 19 MAI	MERCREDI 20 MAI	JEUDI 21 MAI	VENREDI 22 MAI	SAMEDI 23 MAI	DIMANCHE 24 MAI
14h00 Découverte des sens « Odeurs » à La Noria 16h30 Jeux de société au grand salon	9h45 et 14h00 Gymnastique douce 15h00 Assemblée de prières 16h30 Tricot et Scrabble ou Loto	14h00 Écoute musicale à La Noria 14h45 Cuisine 16h30 Jeux de société	14h00 Écoute musicale à La Noria 14h45 Cuisine 16h30 Jeux de société	9h00 Esthétique 10h30 Zoothérapie 14h00 Massage & relaxation à La Noria 15H00 Accompagnement individuel ou promenade 15h15 Atelier de stimulation cérébrale 16h30 Scrabble	10h00 Sortie au marché 14h00 Jeux de société à La Noria 15h00 Activités manuelles 16h30 Quiz	 PENTECÔTE 10h00 Messe télévisée au salon du 2 ^{ème} étage 14h00 Écoute musicale à la Noria 14h45 Film 16H30 Loto
LUNDI 25 MAI	MARDI 26 MAI	MERCREDI 27 MAI	JEUDI 28 MAI	VENREDI 29 MAI	SAMEDI 30 MAI	DIMANCHE 31 MAI
 LUNDI DE PENTECÔTE 14h00 Découverte des sens « Odeurs » à La Noria 16h30 Jeux de société au grand salon	9h45 et 14h00 Gymnastique douce 15h00 Assemblée de prières 16h30 Tricot et Scrabble ou Loto	14h00 Écoute musicale à La Noria 14h45 Cuisine 16h30 Jeux de société	14h00 Découverte des sens « Cuisine » à La Noria 15h00 Jeux de mots 16h30 Lecture de Contes par un bénévole de la médiathèque	9h00 Esthétique 10h30 Zoothérapie 14h00 Massage & relaxation à La Noria 15H00 Accompagnement individuel ou promenade 15h15 Atelier de stimulation cérébrale 16h30 Scrabble	10h00 Sortie au marché 14h00 Spectacle de danse de salon par Paul BARCELO et bal Musette 16h30 Quiz	 FÊTE DES MÈRES 10h00 Messe télévisée au salon du 2 ^{ème} étage 14h00 Écoute musicale à la Noria 14h45 Film 16H30 Loto

Rendez-vous :

→ **Jeudi 14 mai**
VIDE GRENIER
Les Ventres Bleus
De 6h30 à 14h00
Coeur de ville.

→ **Samedi 16 mai**
BAL COUNTRY
proposé par Danse en Tiags.
Salle Yves Abric, Place Fonfonne Guillierme
À 19h00.

→ **Samedi 30 mai**
ECOLE MUNICIPALE DE MUSIQUE :
Heure musicale
Maison des Arts (Rue Alphonse Daudet)
À 18h00.

Sophie Bihan : Professeur de gymnastique – Gymnastique douce & relaxation. M. Mayer : Résident – Ecoute musicale. Jennifer Decalheiros : Atelier d'esthétique. Christian Minot : Atelier chant.
Vincent Granell : Enseignant APA (Activités Physiques Adaptées) – Gymnastique douce. Guillaume Benes : Neuropsychologue – Atelier de stimulation cérébrale. Caroline Carrière : Atelier de Zoothérapie.

► Le mois d'avril... En photos



Petite danse avec les résidents et les familles pour le bal musette !



La Martégale en fête !



Préparation du goûter avec les résidents.



Présentation de GUAPA la chienne de Caroline CARRIERE, la nouvelle zoothérapeute.



Visite à la médiathèque.



► Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- Mme BLONDELLE Françoise, le 3 mai
- M. VIGNON Edmond, le 4 mai
- Mme MATZKE Simone, le 6 mai
- Mme SIMON Antoinette, le 28 mai

► Fêtes

Nous souhaitons une joyeuse fête à toutes les mères et à :

- M. BEZANÇON, la Saint Philippe, le 3 mai
- M. DAROUX, la Saint Yves, le 19 mai
- Mesdames PAUL et THIERY, la Sainte Yvette le 19 mai

► Bienvenue

Nous souhaitons la bienvenue à
M. PACULL Michel

► Nos condoléances

Nous adressons nos condoléances à la famille et aux personnes proches de Madame PIOGER Marcelle.