

Le Journal



des résidences

Les Aigueillères

La Cyprière

La Martégale

N° 54 - MARS 2015



LA RECETTE DU MOIS :
" Choux de Bruxelles au
lard en cocotte "

PAGE 8



Les services Nouveó

NOUVEO vous présente un grand choix de services d'aide à la personne et d'aide à domicile dans toute la région de Montpellier à des tarifs attractifs. D'une prise en charge Alzheimer par une aide médico-psychologique au repassage de votre linge, chaque service à domicile s'effectue selon votre planning et vos préférences.



Prestations de nuit



Transport des personnes



Zoothérapie

JEUX DE MOTS :

PAGES 9-10

à domicile pour person
personnes en convalescenc
e « bien-faire » sur Montp



DEVIS GRATUIT

50% CRÉDIT

50% DÉDUCTION

CESU

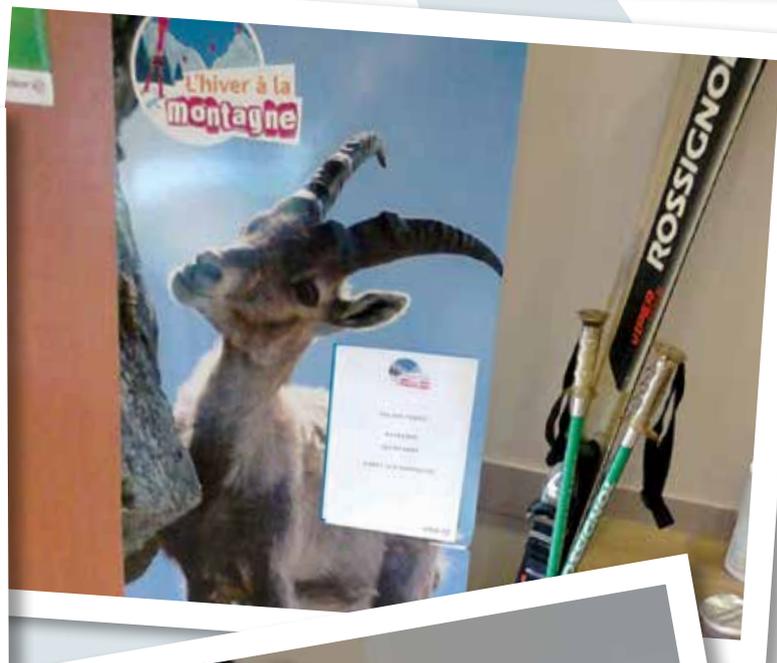
DOSSIERS DES RÉSIDENTS

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 chinoise !

Chères lectrices, chers lecteurs

Depuis le début de l'année, le temps file à toute allure. Des rencontres, des visites, des événements à foison, ... et voilà qu'arrive déjà le mois de mars avec toutes ses promesses et ses belles fêtes !

Avec bien sûr dès le début du mois, la fête des grands-mères pour nos résidentes le 1er mars. Puis viendra le temps du Carnaval, la journée des femmes le 8 mars et ce printemps tant espéré arrivera en douceur le 20 mars.

L'hiver n'a pas été trop dur mais personne ne sera fâché par son arrivée.

Bonne lecture à toutes et à 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 : LE PRINTEMPS DE NOUVEO !

Les entreprises évoluent, suivent les besoins sans cesse renouvelés et se mettent au diapason. C'est la cas de **Nouvéo**, partenaire de longue date "services à la personne / services à domicile" de vos Résidences.

Couvrant la Métropole de Montpellier et le département de l'Hérault, les professionnels de **Nouvéo** vous accompagnent sur des services classiques (aide dans la réalisation des actes essentiels de la vie) et exclusifs : zoothérapie, activités physiques adaptées ou encore accès à une socio-esthéticienne... Mais ce n'est pas tout : avec l'arrivée du printemps, l'entreprise propose également des services de bricolage et d'entretien !

Rendez-vous vite sur Internet pour découvrir dans les jours à venir un nouveau site adapté à tous les nouveaux supports de communication, ainsi qu'un film original de présentation.

www.nouveau-services.com



Montferrier-sur-Lez

Le dimanche 1^{er} mars venez salle Dévezou écouter le concert des professeurs de l'école de musique de la Lyre. Et si cela vous a plu n'hésitez pas à venir écouter le concert de leurs élèves le dimanche 29 mars. L'entrée sera libre pour les deux événements.

Juvignac

Exposition « Carnets de Chine » à la médiathèque de Juvignac du 3 février au 28 mars. Cette exposition sera accompagnée de divers ateliers familiaux les samedis du mois de mars 2015.

Les lotos de Pérols

La fin des périodes de lotos approche à grands pats. Les associations péroliennes vous proposent donc de venir tenter votre chance avant qu'il ne soit trop tard le dimanche 8 mars à 16h00 à la salle Yves Abric pour le Loto Full Boxing Club de Pérols !

LA PAROLE AUX RESIDENTS !

DE FIDELES COMPAGNONS

Lors d'une animation sur l'actualité, les résidents ont discuté et raconté des anecdotes sur leurs animaux de compagnie. En effet, récemment reconnus dans le code civil français comme « êtres vivants doués de sensibilité » le débat est ouvert. Tous d'accord pour reconnaître la sensibilité de leur animal préféré, ils se sont exprimés :



« Mon chat, Minou m'accompagnait à la messe et quand j'étais fatiguée il montait sur mes genoux pour me rassurer... » **G.M.**



« Avec mon berger allemand, les hommes ne pouvaient pas m'approcher quand mon mari n'était pas là... » **G.A.**



« Le chat de ma fille a sa chaise réservée pour les repas et il ne l'oublie jamais... » **P.G.**



« J'ai appris à marcher avec mon chien... » **G.M.**



« J'ai eu trois chiens, ils étaient fideles, quand un étranger venait à la maison, ils me protégeaient...et pouvaient même montrer les dents... » **L.P.**



« Mon Teckel à poil durs, Icare, savait tout ce qu'il devait faire, il ne faisait jamais de bêtises. Il a sauvé mon fils d'une avalanche, il l'a retrouvé dans la neige... » **B.S.**



« J'avais un chien, Miro, il comprenait tout, il était très gentil... » **NF**



« On avait des chiens de chasse, ils étaient fideles et travaillaient bien pour la chasse avec mon mari... » **G.R.**



« J'ai eu beaucoup d'animaux, je les aimais tous autant... » **S.M.**



« J'ai eu des chiens, des chats et des oiseaux, ils me reconnaissaient bien et m'attendaient pour manger... » **E.C.**



LA PAROLE AUX RESIDENTS !

LE PRINTEMPS



J'adore
le printemps car il
ne fait pas trop chaud, ni trop
froid, c'est le climat parfait. Il y a le
retour du soleil et je le préfère au plein été.

Quand j'habitais en Corse pendant 4 ans, c'était
formidable, tout était fleuri partout, avec une
multitude de couleurs et des senteurs vraiment très
agréables et le chant merveilleux des petits oiseaux.

A cette époque, je peignais beaucoup et cette atmosphère
printanière m'inspirait beaucoup pour
la réalisation de mes tableaux.

Je me souviens d'une chanson
de Tino Rossi sur le printemps :
« Printemps joli printemps qui vient
de Corse, là-bas dans le maquis tu
prends ta force. »

Mme Delattre Cécile



Nous souhaiterions diffuser des films le dimanche et pour cela nous comptons sur votre coopération, si vous avez des films que vous souhaitez nous donner ou nous prêter, veuillez les remettre à Stéphanie.

LA PAROLE AUX RÉSIDENTS !

CARNAVAL ET PRINTEMPS

La Martégale
Résidence

Le Carnaval et le Printemps étaient à l'honneur ce mois-ci. Voici les quelques phrases exprimées par nos résidents.

Mme Lajous Madeleine

Fête du printemps et Carnaval

Fête des enfants, la joie, le bonheur, les beaux costumes, la fête dans les villes, les villages, la joie avec des amis, les couleurs, les réunions avec la famille.

Le printemps, et vive le pique-nique à vélo.

Couleurs Ambiance Repas Nuances de couleurs Amusement Valeurs Amis La joie

M. Mayer Jean

Carnaval

Un cocher, conduisant le grand PAGANINI au théâtre, lui réclamait quatre fois la somme d'habitude pour la course. Et le virtuose de s'indigner :

- Et vous, lui dit le cocher, vous vous faites payer en or pour jouer votre Carnaval de Venise sur une seule corde de violon !
- Mon ami, répondit PAGANINI, je vous payerai ce que vous me demandez quand vous m'aurez conduit sur une seule roue de votre carrosse.

Le printemps

Pérolliens et tahitiens

Quand ils ont le printemps, nous sommes en automne ; quand ils ont leur automne, nous vivons notre printemps : il y a une justice...

Cela ne fait rien : nous aimerions bien garder le printemps toute l'année !



Mme Amiot Georgette

Voici le printemps. L'air est plus léger, moi aussi je me sens plus légère, des pâquerettes parsèment le gazon, la nature est en fête. Après un long hiver cela semble bon. On se sent revivre.

Mme Amiot Georgette et Capel Eliane (écrit avec un coup de main de M. Mayer Jean)

Le début du Printemps est une grande fête : la nature se réveille d'un sommeil long et froid. Les beaux jours ramènent la joie ; narcisses et jonquilles dérobent au soleil un peu de sa lumière.



Choux de Bruxelles au lard en cocotte



Pour 4 personnes :

500 g de choux de Bruxelles

250 g de lard fumé

2 échalotes

100 g de beurre

noix de muscade

sel, poivre



Préparer d'abord les choux de Bruxelles :

Les nettoyer, puis les laver en les plongeant dans plusieurs bains d'eau froide. Les mettre ensuite à cuire 15 à 20 min dans une casserole d'eau bouillante salée. En fin de cuisson, les passer sous l'eau froide courante afin de les refroidir, puis les mettre à égoutter.

Détailler le lard en lardons, puis les faire revenir dans une cocotte beurrée et les laisser rissoler. Peler puis hacher les échalotes et les jeter dans la cocotte avec les lardons pour les faire colorer. Ajouter ensuite les choux de Bruxelles, les faire revenir avec le reste de la préparation.

Assaisonner en saupoudrant de sel, poivre et noix de muscade.

Bien remuer et servir immédiatement.

C'est prêt. Bon appétit !

Le chou de Bruxelles est parent de la variété sauvage du chou, utilisé depuis des milliers d'années.

Cependant, le nom « chou de Bruxelles » date du XVII^e siècle, époque à laquelle les habitants de Saint Gilles, ville limitrophe de Bruxelles, crée et cultive un nouvel hybride de chou. Ce dernier présente l'avantage de pousser en hauteur et donc d'être très rentable !!!





ENIGME

Il peut être chiche, sans se
montrer radin,
S'il est cassé, se n'est pas
par manque de soins,
Dans une assiette il est
parfois très fin,
Sur un tissu c'est un gros
point
Qui est-il ?



ENIGME

C'est un luminaire
Il peut être oculaire
Pour représenter la Terre
Sa forme est une sphère
Qui est-il ?



ENIGME

Très couru dès qu'il fait
chaud,
L'alpiniste l'affronte et en
vise le haut,
C'est une réserve naturelle,
Mais qui ne restera pas
éternelle
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 1297

- | | |
|-------------------------|--------------------------------|
| A. Monstre | 1. Petite classe |
| B. S'approche | 2. Ça annule |
| Atome | 3. Bien noire |
| C. Vraiment cochonne | . Pas bas |
| . Fait le garçon | 4. Arrangé |
| D. Vent divin | . Etre en tête |
| . Faire ses chaussures | 5. Poème |
| E. Dans la marge | . Morceau |
| . Pas face | 6. Pistard |
| F. Mot à tarte | . Range dans les caques |
| . Dresse | . Pour les graves et les aigus |
| . Boîte bidons | 7. Crade |
| G. Aérien | . Berceau marin |
| . Pas un amateur | 8. Parente |
| H. L'oeuf en est un | . Sévi |
| . Plante | 9. Solide |
| I. Vante | . Herbes |
| . Pour le maquillage au | 10. Bien rangée |
| Maghreb | |
| J. Boîte | |

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

Kalimero. Grille 02



RÉSULTATS DES JEUX DU MOIS PRÉCÉDENT

Résultats des énigmes :

Enigme 1 : l'orbite.

Enigme 2 : le char.

Enigme 3 : le chagrin.

➔ 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 :

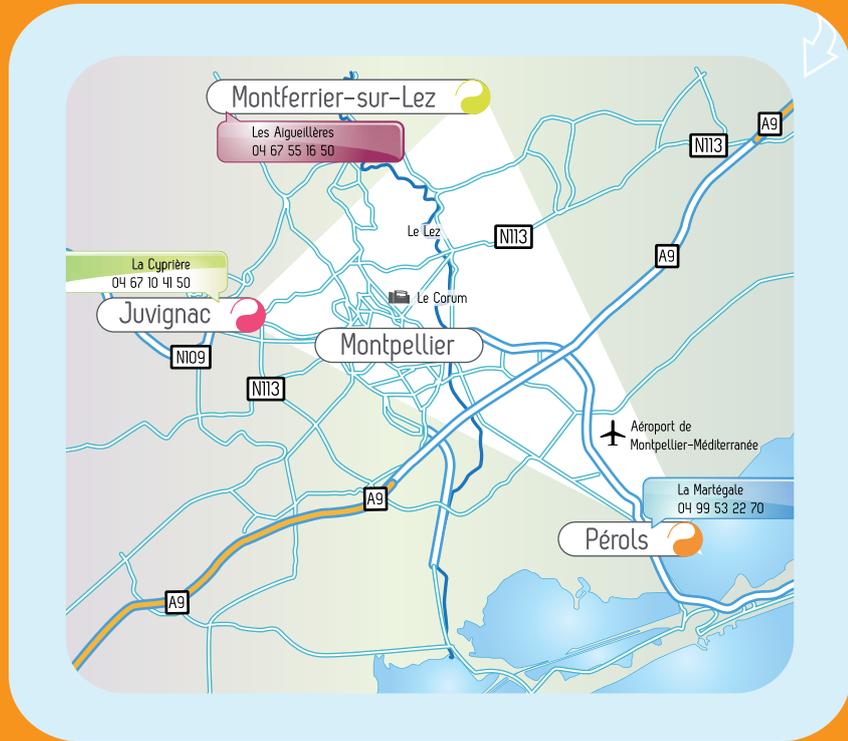
- **M. Mayer**, président du conseil de la vie sociale

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



• Animatrice : **Béatrix**. • Psychologue : **Céline**.



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

DIMANCHE 1 MARS



FÊTE DES GRANDS MÈRES

10h00 Messe télévisée

14h00 Lecture & écriture

14h45 Film

16H30 Loto

LUNDI 2 MARS	MARDI 3 MARS	MERCREDI 4 MARS	JEUDI 5 MARS	VENDREDI 6 MARS	SAMEDI 7 MARS	DIMANCHE 8 MARS
Présence de la psychologue 14h00 Découverte des sens « Odeurs » à La Noria	9h45 et 14h00 Gymnastique douce 15h00 Cuisine 16h30 Tricot et jeux de société	Présence de la psychologue 10h00 Gymnastique douce et relaxation 12h00 Repas thérapeutique 14h00 Revue de presse 15h00 Atelier sensoriel 16h30 Loto	14h00 Atelier créatif à La Noria 15h00 Jeux de mots 16h30 Sortie à la médiathèque	Présence de la psychologue 9h00 Esthétique 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 en salle d'animation 16H30 Loto en salle de restaurant
LUNDI 9 MARS	MARDI 10 MARS	MERCREDI 11 MARS	JEUDI 12 MARS	VENDREDI 13 MARS	SAMEDI 14 MARS	DIMANCHE 15 MARS
Présence de la psychologue 14h00 Débats d'idées à La Noria 14h00 Karaoké	9h45 et 14h00 Gymnastique douce 15h00 Assemblée de prières 15h00 Cuisine 16h30 Tricot et Scrabble	Présence de la psychologue 10h00 Gymnastique douce et relaxation 14h00 Peinture à La Noria 15h00 Atelier sensoriel 16h30 Loto en salle de restaurant	14h00 Découverte des sens « Cuisine » à La Noria 15h00 Jeux de mots 16h30 Sortie à la médiathèque	9h00 Esthétique 14h00 Massage & relaxation à La Noria 15H00 Accompagnement individuel ou promenade 15h15 Atelier de stimulation cérébrale 16h30 Scrabble	10h00 Sortie au marché 14h00 Manucure/bain de pieds à La Noria 16h30 Chantons notre jeunesse avec Nicolas ANGLADE	10h00 Messe télévisée au salon du 2 ^{ème} étage 14h00 Atelier lecture & écriture à La Noria 14h45 Film en salle d'animation 16H30 Loto en salle de restaurant
LUNDI 16 MARS	MARDI 17 MARS	MERCREDI 18 MARS	JEUDI 19 MARS	VENDREDI 20 MARS	SAMEDI 21 MARS	DIMANCHE 22 MARS
14h00 Découverte des sens « Odeurs » à La Noria	9h45 et 14h00 Gymnastique douce 15h00 Cuisine 16h30 Tricot et Scrabble	Présence de la psychologue 10h00 Gymnastique douce et relaxation 12h00 Repas thérapeutique 14h00 Revue de presse 15h00 Atelier sensoriel 16h30 Loto	14h00 Atelier créatif à La Noria 15h00 Jeux de mots 16h30 Sortie à la médiathèque	 PRINTEMPS Présence de la psychologue 9h00 Esthétique 14h00 Massage / relaxation 15H00 Accompagnement individuel ou promenade 15h15 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 en salle d'animation 16H30 Loto en salle de restaurant
LUNDI 23 MARS	MARDI 24 MARS	MERCREDI 25 MARS	JEUDI 26 MARS	VENDREDI 27 MARS	SAMEDI 28 MARS	DIMANCHE 29 MARS
Présence de la psychologue 14h00 Débats d'idées à La Noria	9h45, 10h00 et 14h00 Gymnastique douce 15h00 Messe à la Résidence célébrée par le Père DUSSEL 15h00 Cuisine 16h30 Scrabble	Présence de la psychologue 10h00 Gymnastique douce et relaxation 14h00 Peinture à La Noria 15h00 Chant avec « La clé des chants » 16h30 Loto	14h00 Découverte des sens « Cuisine » à La Noria 15h00 Jeux de mots 16h30 Sortie à la médiathèque	14h00 Massage & relaxation / Esthétique à La Noria 15H00 Accompagnement individuel ou promenade 15h15 Atelier de stimulation cérébrale 16h30 Scrabble	10h00 Sortie au marché 14h00 Manucure/bain de pieds à La Noria 15h00 Activités manuelles 16h30 Quiz	10h00 Messe télévisée au salon du 2 ^{ème} étage 14h00 Atelier lecture & écriture à La Noria 14h45 Film en salle d'animation 16H30 Loto en salle de restaurant
LUNDI 30 MARS	MARDI 31 MARS					
Présence de la psychologue 14h00 Découverte des sens « Odeurs » à La Noria	9h45, 10h00 et 14h00 Gymnastique douce 15h00 Cuisine 16h30 Scrabble					

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

Rendez-vous :

→ **Dimanche 8 mars**

LOTO
Full Boxing Club
Salle Yves Abric
À 16H00.

→ **Dimanche 15 mars**

LOTO
Pérols jumelages
Salle Yves Abric
À 16H00.

→ **Dimanche 22 mars**

LECTURE de textes
autour de l'arbre
Médiathèque de
métropole Jean Giono
à Pérols
À 19H00.

► Le mois de février... En photos



Les Ans' Chanteurs d'Ariane ont enchanté les résidents.



Notre petite mamie plie la serviette avec beaucoup de soins.



Les enfants fêtent l'épiphanie !



Pour ces 105 ans, notre doyenne est entourée d'une nuée d'enfants !

► Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- M. JARNE Jean, le 2 mars
- M.BORG Jean-Marie, le 12 mars
- Mme ODDI Louise, le 17 mars
- Mme ESPOSITO Raymonde, le 18 mars
- Mme SERRAT Dolores, le 23 mars
- Mme LALLEMANT Thérèse, le 26 mars
- Mme FRESQUET Dolorès, le 26 mars
- Mme MOULS Agnès, le 29 mars

► Fêtes

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

- Mme BLONDELLE, la Sainte Françoise, le 9 mars
- Mme ODDI, la Sainte Louise, le 15 mars

► Bienvenues

Nous souhaitons la bienvenue à :

- M. SIMONAZZI Bruno
- Mme THIERRY Yvette
- Mme GARRIGUES Marie
- Mme PIRON Huguette

► Nos condoléances

Nous adressons nos condoléances à la famille et aux personnes proches de Madame HYVERNAUD Irène.