

# Le Journal



des résidences

Les Aigueillères

La Cyprière

La Martégale

N° 61 - NOVEMBRE 2015



**LA RECETTE DU MOIS :**  
" Le gâteau de pommes "

**PAGE 8**



• **ACTUALITES DES RESIDENCES**

• Elections des membres des  
• Conseils de la Vie Sociale (CVS)

• **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

## En novembre, votons !

Chères lectrices, chers lecteurs

Et non, ce n'est ni pour les régionales, ni pour la prochaine présidentielle... Mais pour le tout aussi important "Conseil de la Vie Sociale" de vos Résidences.

Organisme consultatif par excellence, il traite l'essentiel des questions majeures de la vie de votre maison de retraite. N'hésitez donc pas à postuler !

Dans un tout autre registre, n'hésitez pas à surveiller le site Internet de vos Résidences : la prochaine vidéo retraçant le travail de la compagnie "Les têtes de bois" pendant le mois d'octobre sera bientôt en ligne.

Et d'ici là, nous vous souhaitons à toutes et à tous...  
Une excellente lecture !



## Sommaire >>

- > Actualités des résidences
- > Dossier des résidents des Aigueillères
- > Dossier des résidents de la Cyprière
- > Dossier des résidents de la Martégale
- > Recette du mois
- > Jeux
- > Résultats des jeux du mois précédent
- > Vos représentants institutionnels
- > Contacts et plans



## ACTUALITÉS DES RÉSIDENCES : ELECTIONS DES MEMBRES DES CONSEILS DE LA VIE SOCIALE (CVS)

**N**ous vous informons que les élections des membres du Conseil de la Vie Sociale auront lieu le 2 décembre 2015 dans chaque établissement. Le conseil de la vie sociale permet d'associer les résidents, ainsi que leur famille, au fonctionnement de l'établissement. Ce conseil émet des avis et soumet des propositions sur de nombreuses questions concernant la vie des Résidents.

Nous espérons recueillir un grand nombre de candidatures et comptons sur votre participation le jour des élections. Si vous souhaitez vous présenter, nous vous invitons à faire acte de candidature par écrit, auprès de votre secrétariat, avant le 16 novembre 2015.

Merci à toutes et tous !

**La composition du Conseil de la Vie Sociale comprend des représentants :**

- des résidents,
- des familles,
- du personnel,
- de l'organisme gestionnaire de l'établissement.

### Les actualités sur Internet !

Nous vous l'annoncions précédemment, les sites Internet du Groupe E4 et de vos Résidences ont fait peau neuve... Mais savez-vous que vous pouvez également nous suivre au quotidien sur nos comptes facebook ?

En aimant les pages :

[www.facebook.com/Nouveo](http://www.facebook.com/Nouveo) et [www.facebook.com/MaisonRetraiteMontpellier](http://www.facebook.com/MaisonRetraiteMontpellier), vous pourrez suivre nos actualités en direct !

### Les Aigueillères

Vendredi 4 décembre, nous vous proposons de participer au Téléthon 2015 en vous joignant à notre après-midi musical.

Venez nombreux pour soutenir cette action avec nos résidents !

Elodie Bernard prend la succession d'Agnès au poste d'infirmière référente.

### La Cyprière

Bienvenue à Delphine, la nouvelle animatrice de la Cyprière, qui agrémentera notre mois de novembre avec ses contes.

### La Martégale

Bienvenue à Virginie, la nouvelle animatrice de la Martégale, qui, pour ce mois de novembre, enrichit le programme des résidents avec une gymnastique cérébrale.

## LA PAROLE AUX RESIDENTS !

Les Aigueillères  
Résidence

### AUTOMNE

Petit jeu d'écriture collectif réalisé par les résidents en atelier "jeu de mots" sur le thème de l'automne.

**A** verses subites et violentes

**U**niversité de Montpellier et d'ailleurs ouvrent leurs portes

**T**oux et tristesse nous tourmentent

**O**lives, oranges sont les fruits de saison

**M**armelades, mûres, marrons ont de merveilleuses couleurs

**N**aranjas et noix sont dans la nature

**E**nsoleillée et embellie nous enivrent.

## LA PAROLE AUX RESIDENTS !

La Cyprière  
Résidence

### ATELIER THÉÂTRE

Dans le cadre de l'initiation au théâtre avec la compagnie Les Tête de bois, les résidents se sont adonnés à un brainstorming sur le mot théâtre. Ils nous font part de leurs inspirations...

#### Les participants :

Jacqueline Bertin, Gisèle Crozat, Cécile Delattre, Lila Laugier, Irène Teirlink, Marie-therèse Ferracci, Donata Hernandez, Berardi Suzanne, Jacqueline Guihaumé, Hélène Siband.....



## LA PAROLE AUX RESIDENTS !

### CITATIONS D'AUTOMNE

La Martégale  
Résidence

■ ■ L'automne est un andante mélancolique et gracieux qui prépare admirablement le solennel adagio de l'hiver."

**Aurore Dupin, baronne Dudevant, dite George Sand**

■ ■ Tout l'automne à la fin n'est plus qu'une tisane froide."

**Francis Ponge**

■ ■ L'automne et sa pluie ventent au-dessus des terres obscures ; grandes et sans issue les solitudes de la mort s'enlacent."

**Adriaan Roland Holst**

■ ■ Une santé dès lors florissante, éternelle, vous ferait recueillir d'une automne nouvelle les nombreuses moissons."

**Jean Baptiste ROUSSEAU**

■ ■ Oui, dans ces jours d'automne où la nature expire, à ses regards voilés je trouve plus d'attraits."

**Alphonse Marie Louis de Prat de LAMARTINE**

■ ■ De la dépouille de nos bois, l'automne avait jonché la terre."

**MILLEV**

■ ■ Il [le soleil] gonfle de ses feux les trésors dont l'automne en riant se couronne."

**C. DELAV**

■ ■ Mon vieux tronc a porté quelques fruits cette année... les sots et les fanatiques auront bon temps cet automne et l'hiver prochain ; mais gare le printemps ..."

**François Marie Arouet, dit Voltaire**

■ ■ Une rose d'automne est plus qu'une autre exquise."

**Théodore Agrippa d'Aubigné**

■ ■ Mieux vaut un instant en avril que tout un long mois en automne."

**Adam Mickiewicz**

■ ■ L'Automne, un panier à la main, cueille les fruits qu'elle colore."

**François-Joachim de Pierre, cardinal de BERNIS**

■ ■ Quand des corbeilles de l'automne s'épanche à flots un doux nectar."

**Pierre Jean de Béranger**

■ ■ Le jour même a des saisons : le matin est le printemps du jour, le soir en est l'automne, il est moins salubre."

**DIDEROT**

■ ■ Nous avons mangé, l'automne et l'hiver, des gelinottes et des grianneaux que vous ne connaissez guère."

**François Marie Arouet, dit Voltaire**

■ ■ Montagnes que voilait le regard de l'automne, vallons que tapissait le givre du matin !"

**Alphonse Marie Louis de Prat de LAMARTINE**

■ ■ Roses d'automne, effeuillez-vous pour elle, tous les amours ne sont pas envolés..."

**Pierre Jean de Béranger**

## Le gâteau de pommes



Ingrédients pour 4 personnes :  
20 morceaux de sucre  
3 ou 4 pommes  
3 œufs entiers  
4 c à soupe de sucre  
125 g de beurre fondu  
4 c à soupe bombées de farine  
1 pincée de sel



Dans un plat ovale de 25 cm, faire un caramel avec 20 morceaux de sucre mouillés d'eau.

Pendant ce temps (tout en surveillant le caramel), éplucher 3 ou 4 pommes et les couper en tranches.

Allumer le four (thermostat 7).

Quand le caramel est blond doré, y déposer les pommes et tenir au chaud.

Dans une terrine battre vigoureusement 3 œufs entiers en y incorporant petit à petit 4 c à soupe bombées de sucre, puis alternativement, cuillerée par cuillerée 125 g de beurre fondu et 4 c à soupe bombées de farine, 1 pincée de sel.

Verser sur les pommes et mettre au four, au bout de 10 min, ramener le thermostat à 5.

Cuire encore 20 min.

C'est prêt. Bon appétit !

**U**ne pomme chaque matin éloigne le médecin... Sa grande richesse en anti-oxydants aide à lutter contre le vieillissement des cellules, entre autres de la peau et augmente la capacité respiratoire.





**ENIGME**

Trajectoire parfois calculée.  
Elle sert notamment pour  
les fusées.  
Cette cavité est par l'oeil  
aussi habituée.

Qui est-elle ?

**ENIGME**

On l'extrait des sols miniers,  
et elle se vend sur les  
marchés.  
Elle peut parfois faire  
marcher celui qui refuse  
d'avancer.

Qui est-elle ?

**ENIGME**

Sa robe sied au casanier.  
L'air lui permet de rouler.  
Sa musique a peu  
d'instruments.  
Forte, elle garde votre  
argent.

Qui est-elle ?

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

Michel Labeaume. Grille 1288

- |                         |                              |
|-------------------------|------------------------------|
| A. Soirée d'antan       | 1. Le Milieu                 |
| B. Malade mental        | 2. Qui inquiètent            |
| . Chevalier             | 3. Coalise                   |
| C. Parcourue dans l'eau | . Instruments de musique     |
| . Vraiment pas net      | 4. Commune des Landes        |
| D. Serrés               | . Serre                      |
| . Souper                | 5. Partie grasse du canard   |
| E. Un peu d'estime      | . A du mal                   |
| . Met au point          | 6. Entrée de service         |
| F. Possessif            | . Mesure                     |
| . Pot                   | . Patron                     |
| . Ordinateur            | 7. Echec                     |
| G. Secret               | . Voile                      |
| . Jaune rouge           | 8. Sombre                    |
| H. Arrêt                | . Musulman                   |
| . D'être                | 9. Remorque                  |
| I. Connues du Sud       | . Groupe sondé               |
| . Rivière allemande     | 10. Peuvent être marchand de |
| J. Importants           | vin                          |

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

C.J. Belz. Petite grille 25



RÉSULTATS DES JEUX DU MOIS PRÉCÉDENT

Résultats des énigmes :

Enigme 1 : le savon.

Enigme 2 : la colle.

Enigme 3 : le pied .

## ➔ 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

# NOVEMBRE

# 2015



Animatrice : **Virginie**.

Psychologue : **Céline**.

La commission des menus aura lieu le lundi 16 novembre à 11h00.

## DIMANCHE 1 NOVEMBRE



FÉRIÉ - LA TOUSSAINT

10h00 Messe télévisée

## Rendez-vous :

→ **Vendredi 6 novembre**  
**CONCERT :**

**Cabaret Tzigane**  
Soirée au rythme de la musique tzigane  
Entrée libre  
Salle Yves Abric  
À 20h30.

→ **Samedi 14 novembre**  
**THÉÂTRE**

«**Les précieuses ridicules**»  
Salle Yves Abric  
À 20h30.

→ **Vendredi 27 novembre**  
**DON DU SANG**

**Avec l'EFS & APERVIE**  
Salle Yves Abric  
De 14h00 à 19h30.

→ **Dimanche 29 novembre**  
**BAIN DE NOËL**

**Plage des Roquilles à Carnon**  
De 10h00 à 14h00.

LUNDI 2 NOVEMBRE	MARDI 3 NOVEMBRE	MERCREDI 4 NOVEMBRE	JEUDI 5 NOVEMBRE	VENDREDI 6 NOVEMBRE	SAMEDI 7 NOVEMBRE	DIMANCHE 8 NOVEMBRE
<b>14h00 - 18h00</b> Présence de la psychologue <b>14h00</b> Activités manuelles <b>15h00</b> Accompagnement individuel ou promenade <b>16h30</b> Jeux de société au grand salon	<b>9h45 et 14h00</b> Gymnastique douce <b>14h30</b> Atelier manuel <b>16h30</b> Scrabble	<b>9h00 - 12h00</b> Présence de la psychologue <b>14h00</b> Écoute musicale à La Noria <b>14h45</b> Pâtisserie en salle de restaurant <b>16h30</b> Quiz en salle d'animation	<b>14h00</b> Découverte des sens « Cuisine » à La Noria <b>14h30</b> Sortie à la médiathèque <b>16h30</b> Gym cérébrale	<b>10h30</b> Zoothérapie <b>14h30</b> Atelier esthétique <b>15h15</b> Stimulation cérébrale	<b>10h00</b> Sortie au marché <b>16h00</b> Loto	<b>10h00</b> Messe télévisée au salon du 2 <sup>ème</sup> étage <b>14h00</b> Écoute musicale à la Noria <b>14h45</b> Film en salle d'animation <b>16h30</b> Loto en salle de restaurant
LUNDI 9 NOVEMBRE	MARDI 10 NOVEMBRE	MERCREDI 11 NOVEMBRE	JEUDI 12 NOVEMBRE	VENDREDI 13 NOVEMBRE	SAMEDI 14 NOVEMBRE	DIMANCHE 15 NOVEMBRE
<b>14h00 - 18h00</b> Présence de la psychologue <b>14h00</b> Activités manuelles <b>15h00</b> Accompagnement individuel ou promenade <b>16h30</b> Jeux de société au grand salon	<b>9h45 et 14h00</b> Gymnastique douce <b>14h30</b> Atelier manuel <b>15h00</b> Célébrations de prières <b>16h30</b> Scrabble	FÉRIÉ - ARMISTICE <b>14h00</b> Écoute musicale à La Noria <b>14h45</b> Pâtisserie en salle de restaurant <b>16h30</b> Quiz en salle d'animation	<b>14h00</b> Découverte des sens « Cuisine » à La Noria <b>14h30</b> Sortie à la médiathèque <b>16h30</b> Gym cérébrale	<b>10h30</b> Zoothérapie <b>14h30</b> Atelier esthétique <b>15h15</b> Stimulation cérébrale	<b>10h00</b> Sortie au marché <b>16h00</b> Loto	<b>10h00</b> Messe télévisée au salon du 2 <sup>ème</sup> étage <b>14h00</b> Lecture/écriture à la Noria <b>14h45</b> Film en salle d'animation <b>16h30</b> Loto en salle de restaurant
LUNDI 16 NOVEMBRE	MARDI 17 NOVEMBRE	MERCREDI 18 NOVEMBRE	JEUDI 19 NOVEMBRE	VENDREDI 20 NOVEMBRE	SAMEDI 21 NOVEMBRE	DIMANCHE 22 NOVEMBRE
<b>14h00 - 18h00</b> Présence de la psychologue <b>14h00</b> Activités manuelles <b>15h00</b> Accompagnement individuel ou promenade <b>16h30</b> Jeux de société au grand salon	<b>9h45 et 14h00</b> Gymnastique douce <b>14h30</b> Atelier manuel <b>16h30</b> Scrabble	<b>9h00 - 12h00</b> Présence de la psychologue <b>14h00</b> Écoute musicale à La Noria <b>14h45</b> Pâtisserie en salle de restaurant <b>16h30</b> Quiz en salle d'animation	<b>14h00</b> Découverte des sens « Cuisine » à La Noria <b>14h30</b> Sortie à la médiathèque <b>16h30</b> Gym cérébrale	<b>10h30</b> Zoothérapie <b>14h30</b> Atelier esthétique <b>15h15</b> Stimulation cérébrale	<b>10h00</b> Sortie au marché <b>16h00</b> Loto	<b>10h00</b> Messe télévisée au salon du 2 <sup>ème</sup> étage <b>14h00</b> Écoute musicale à la Noria <b>14h45</b> Film en salle d'animation <b>16h30</b> Loto en salle de restaurant
LUNDI 23 NOVEMBRE	MARDI 24 NOVEMBRE	MERCREDI 25 NOVEMBRE	JEUDI 26 NOVEMBRE	VENDREDI 27 NOVEMBRE	SAMEDI 28 NOVEMBRE	DIMANCHE 29 NOVEMBRE
<b>14h00 - 18h00</b> Présence de la psychologue <b>14h00</b> Activités manuelles <b>15h00</b> Accompagnement individuel ou promenade <b>16h30</b> Jeux de société au grand salon	<b>9h45 et 14h00</b> Gymnastique douce <b>14h30</b> Atelier manuel <b>15h00</b> Célébrations de prières <b>16h30</b> Scrabble	<b>9h00 - 12h00</b> Présence de la psychologue <b>14h00</b> Écoute musicale à La Noria <b>14h45</b> Pâtisserie en salle de restaurant <b>16h30</b> Quiz en salle d'animation	<b>14h00</b> Découverte des sens « Cuisine » à La Noria <b>14h30</b> Lecture de contes par les bénévoles à la Médiathèque <b>16h30</b> Gym cérébrale	<b>10h30</b> Zoothérapie <b>14h30</b> Atelier esthétique <b>15h15</b> Stimulation cérébrale	<b>10h00</b> Sortie au marché <b>16h00</b> Loto	<b>10h00</b> Messe télévisée au salon du 2 <sup>ème</sup> étage <b>14h00</b> Lecture/écriture à la Noria <b>14h45</b> Film en salle d'animation <b>16h30</b> Loto en salle de restaurant
LUNDI 30 NOVEMBRE						
<b>14h00 - 18h00</b> Présence de la psychologue <b>14h00</b> Activités manuelles	<b>15h00</b> Accompagnement individuel ou promenade <b>16h30</b> Jeux de société au grand salon					

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'octobre... En photos

Atelier théâtre avec la troupe des «Tête de bois».



Préparation du gâteau à l'Atelier.



Zoothérapie avec les chiots de Guapa.

## ► Anniversaires

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- Mme LAJOUS Madeleine, le 1<sup>er</sup> novembre
- Mme JOUTY Simone, le 10 novembre
- Mme GARRIGUES Marie-Antoinette, le 22 novembre
- Mme PAUL Marguerite, le 23 novembre
- M. BEZANCON Jacques, le 23 novembre
- Mme ROSEAU Hélène, le 25 novembre

## ► Fêtes

Nous souhaitons une joyeuse fête à :

- Mme PAUL, la Sainte Marguerite, le 16 novembre
- Mme ABRIC, la Sainte Edmonde, le 20 novembre

## ► Bienvenues

Nous souhaitons la bienvenue à :

- Mme LEPINE Lucienne
- Mme MARTINEZ Marcelle

## ► Départ

Nous souhaitons un bon retour à  
Mme LALLEMANT Thérèse

## ► Nos condoléances

Nous adressons nos condoléances à la  
famille et aux personnes proches de  
Madame DECONS Jeanine.