



Infos, jeux, réflexions !

Du Lundi 25 décembre 2023

Au Dimanche 28 janvier 2024



## « *Le p'tit journal de la Valette* »



Vous pouvez aussi consulter le p'tit journal de la Valette sur le site de l'établissement : [https://lesresidencesduthouet.fr/dans la rubrique vie sociale-activités St Loup](https://lesresidencesduthouet.fr/dans%20la%20rubrique%20vie%20sociale-activit%C3%A9s%20St%20Loup)

**Il fait bon vivre à St Loup Lamairé, une commune dynamique et pleine de projets !**

**A la Résidence de la Valette, tous les résidents, personnels, familles et bénévoles sont actifs et participent à la vie de la maison. Tous ont à cœur de faire que la vie à l'EHPAD soit sereine, qu'elle apporte réconfort et douceurs.**

**En cette fin d'année les temps festifs ont permis de se retrouver en musique pour partager une bouffée de bonne humeur, de sourires et de détente.**

**Bonnes fêtes de fin d'année à tous !**



Courrier de l'ouest 21 décembre 2023

## *Les évènements à l'EHPAD de la Valette*

*Nous souhaitons un joyeux anniversaire*

*A*

*Mr Guy Bonneau le 26 décembre,  
Mme Henriette Bertaud le 3 janvier  
Mme Gisèle Neaux le 4 janvier  
Mme Janine Belleville le 6 janvier  
Mme Alice Tiffeneau le 7 janvier  
Mme Edith Aguilhon le 18 janvier  
Mme Andrée Ferry le 21 janvier  
Mr Albert Blanchard le 23 janvier  
Mme Jacqueline Brault le 25 janvier  
Mme Arlette Palmade le 26 janvier*



**Nous présentons nos sincères  
condoléances aux familles de**

**Mme Rachel Douce décédée le 9  
décembre à l'âge de 94 ans**

**Mme Claudette Besson décédée le 12  
décembre à l'âge de 85 ans**

**Mme Gilberte Ogeron décédée le 15  
décembre à l'âge de 91 ans**



## *Programme d'activités*

**Vendredi 29 décembre à 11h: Mouvement Détente**

**Mardi 2 janvier 2024 à 15h : Chansons avec Betty dans la salle à manger**

**Mercredi 3 janvier à 15h : jeux de société dans la salle d'activités**

**Jeudi 4 janvier à 15h : Réunion vie de la maison**

**Lundi 8 janvier à 14h30 : visite de la ponette Noisette**

**Mardi 9 janvier à 11h : Mouvement Détente**

**À 15h : Médiation animale**

**Mercredi 10 janvier à 15h : Séance cinéma**

**Jeudi 11 janvier à 10h45 : Atelier mémoire**

**Vendredi 12 janvier à 15h : Messe**

**Lundi 15 janvier à 15h : «Notes de musique » avec Betty**

**Mardi 16 janvier à 11h : Mouvement détente**

**À 15h : Atelier modelage**

**Jeudi 18 janvier à 10h45 : Atelier mémoire**

**A 14h30 : Galette des rois à la salle des fêtes de Thénézay**



*organisée par l'Association PASS 'Ages*

**Vendredi 19 janvier 2024 à 15h : cérémonie des vœux à la salle à manger**

**Animée par Laurent**

**Mardi 23 janvier à 10h30 : Atelier pâtisserie avec Jean Luc**

**À 11h : Mouvement Détente**

**Mercredi 24 janvier à 15h : Documentaire (salle de réunion)**

**Jeudi 25 janvier à 10h45 : Atelier mémoire**

**A 15h : Ecran rêveur (Salle de réunion)**

**Vendredi 26 janvier à 15h : Messe**

# Les menus de la semaine 52

**Lundi 25 décembre 2023**

Déjeuner

*Menu de Noël*



Dîner

Potage au poireau  
Haricots verts à la volaille  
Fromage  
Compote

**Mardi 26 décembre  
2023**

Déjeuner

Carottes râpées  
Boudin noir  
Purée  
Fromage  
Faisselle

Dîner

Potage vermicelles  
Choux farcis  
Fromage  
Fruit

**Mercredi 27 décembre  
2023**

Déjeuner

Maquereau au vin blanc  
Paleron de porc  
Garniture de céleris braisés  
Fromage  
Pâtisserie

Dîner

Potage Argenteuil  
Truffade  
Salade  
Fromage/Ananas au sirop

**Jeudi 28 décembre 2023**

Déjeuner

Lentilles à l'échalote  
Chipolatas  
Frites  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage tapioca  
Gratin de légumes  
Fromage  
Semoule au lait

**Vendredi 29 décembre  
2023**

Déjeuner

Mousse de foie  
Dos de cabillaud  
Chou romanesco  
Fromage  
Crème dessert café maison

Dîner

Potage Crécy  
Quiche aux oignons maison  
Salade  
Fromage/Fruit

**Samedi 30 décembre  
2023**

Déjeuner

Macédoine de légumes  
Joue de bœuf aux olives  
Pâtes  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage vermicelles  
Omelette aux fines herbes  
Salade/Fromage  
Flan vanille

**Dimanche 31 décembre 2023**

Déjeuner

Asperges vinaigrette  
Cuisse de canette  
Pommes Duchesse  
Fromage  
Pâtisserie

Dîner

Velouté de potiron  
Tartelette aux fruits de mer  
Salade  
Fromage  
Carré framboise

# Les menus de la semaine 1

**Lundi 1<sup>er</sup> janvier 2024**

Déjeuner

*Menu du nouvel an*



Dîner

Potage Vermicelle  
Poireaux au jambon  
Fromage  
Compote

**Mardi 2 janvier 2024**

Déjeuner

Rillettes  
Poisson meunière  
Epinards à la crème  
Fromage  
Compote

Dîner

Velouté de courgettes  
Pâtes bolognaises  
Fromage  
Fruit

**Mercredi 3 janvier  
2024**

Déjeuner

Céleri rave  
Tête de veau  
Pommes de terre vapeur  
Fromage  
Pâtisserie

Dîner

Potage à la tomate  
Tarte au thon/Salade  
Fromage  
Fruit

**Jeudi 4 Janvier 2024**

Déjeuner

Salade d'endives aux noix  
Noix de joue de porc  
Pâtes  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage aux légumes  
Roulade de volaille  
Cotes de blettes persillées  
Fromage  
Entremet à la pistache bio

**Vendredi 5 Janvier  
2024**

Déjeuner

Salade de choux  
vinaigrette  
Aile de raie aux câpres  
Semoule aux légumes  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage Crécy  
Crumble de légumes  
Fromage  
Cocktail de fruits

**Samedi 6 Janvier 2024**

Déjeuner

Salade strasbourgeoise  
Cuisse de poulet  
Printanière de légumes  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage au poireau  
Croque-Monsieur/Salade  
Fromage  
Œufs au lait

**Dimanche 7 janvier 2024**

Déjeuner

Champignons à l'ancienne  
Langue de bœuf  
Pommes noisettes  
Fromage  
Galette des rois

Dîner

Potage de légumes  
Gratin de choux fleurs  
Fromage  
Mandarines au sirop

# Les menus de la semaine 2

**Lundi 8 Janvier 2024**

Déjeuner

Carottes râpées  
Petit salé/Lentilles bio  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage aux légumes  
Tian de légumes  
aux lardons  
Fromage  
Yaourt bio

**Mardi 9 Janvier 2024**

Déjeuner

Macédoine mayonnaise  
Dos de lieu sauce  
américaine/Riz  
Fromage  
Crème au chocolat

Dîner

Potage tapioca  
Œuf à la tomate/salade  
Fromage /Fruit

**Mercredi 10 janvier 2024**

Déjeuner

Filet de sardines  
Fressure  
Purée  
Fromage  
Pâtisserie

Dîner

Potage Crécy  
Haricots verts aux lardons  
Fromage  
Compote

**Jeudi 11 Janvier 2024**

Déjeuner

Betteraves rouges vinaigrette  
Roti de porc braisé  
Poêlée Tajine  
Fromage  
Fruit

Dîner

Velouté de courgettes  
Gratin Dauphinois  
Fromage  
Fruits au sirop

**Vendredi 12 Janvier  
2024**

Déjeuner

Salade Montbéliard  
Poisson du Marché  
Brocolis persillés  
Fromage  
Semoule au lait bio

Dîner

Soupe à l'oignon  
Quiche/Salade  
Fromage  
Fruit

**Samedi 13 Janvier  
2024**

Déjeuner

Pamplemousse au sirop  
Escalope de dinde  
Petits pois à l'ancienne  
Fromage/Fruit

Dîner

Potage alphabet  
Céleris rave persillés et  
dés de jambon  
Fromage/Fromage blanc

**Dimanche 14 janvier 2024**

Déjeuner

Terrine de lapin  
Sauté d'agneau  
Pommes noisette  
Fromage  
Pâtisserie

Dîner

Potage de légumes  
Coquille de poisson  
Salade  
Fromage  
Liégeois vanille

# Les menus de la semaine 3

**Lundi 15 Janvier 2024**

Déjeuner

Macédoine mayonnaise  
Sauté de bœuf aux olives  
Pâtes  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage aux légumes  
Choux farcis  
Fromage  
Yaourt

**Mardi 16 Janvier 2024**

Déjeuner

Andouille  
Dos de cabillaud meunière  
Ratatouille  
Fromage  
Compote

Dîner

Potage aux vermicelles  
Crêpes paysannes / salade  
Fromage  
Fruit

**Mercredi 17 Janvier  
2024**

Déjeuner

Salade piémontaise  
Sauté de dinde à l'indienne  
Garniture de  
céleris/Fromage  
Pâtisserie

Dîner

Potage Parmentier  
Pommes Mont d'Or /Salade  
Fromage  
Pommes au four

**Jeudi 18 Janvier 2024**

Déjeuner

Choux fleurs vinaigrette  
Boudin noir/Purée  
Fromage  
Entremet

Dîner

Potage à la tomate  
Endive au jambon  
Fromage  
Fruit

**Vendredi 19 Janvier 2024**

Déjeuner

Carottes râpées  
Poisson du Marché  
Semoule aux légumes  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage aux courgettes  
Moussaka/Salade  
Fromage  
Crème dessert

**Samedi 20 Janvier 2024**

Déjeuner

Salade de riz  
Potée auvergnate  
et ses légumes  
Fromage  
Fruit  
Dîner  
Potage aux oignons  
Tarte au poulet/Salade  
Fromage  
Yaourt bio

**Dimanche 21 janvier 2024**

Déjeuner

Asperges mayonnaise  
Blanquette de veau  
Pommes de terre vapeur  
Fromage  
Pâtisserie

Dîner

Potage vermicelles  
Gratin de poisson aux  
crevettes /Salade  
Fromage  
Fruit

# Les menus de la semaine 4

**Lundi 22 Janvier 2024**

Déjeuner

Céleri rémoulade  
Paupiette de veau  
Légumes Tajine  
Fromage  
Fruit

Dîner

Velouté de courgettes  
Hachis Parmentier/ salade  
Fromage  
Ananas au sirop

**Mardi 23 Janvier 2024**

Déjeuner

Duo de choux  
Andouillette  
Frites  
Fromage  
Yaourt bio

Dîner

Potage aux vermicelles  
Flan de légumes  
Fromage  
Fruit

**Mercredi 24 Janvier  
2024**

Déjeuner

Betteraves vinaigrette  
Rôti de porc  
Endives braisés  
Fromage  
Pâtisserie

Dîner

Soupe à l'oignon  
Pâtes gratinées/salade  
Fromage  
Fruit

**Jeudi 25 Janvier 2024**

Déjeuner

Macédoine au thon  
Steak haché/ Purée  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage à la tomate  
Tarte provençale/salade  
Fromage  
Semoule au lait bio

**Vendredi 26 Janvier  
2024**

Déjeuner

Salade de pâtes  
Poisson du marché  
Carottes persillées  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage Dubarry  
Tartiflette/ salade  
Fromage  
Pêches au sirop

**Samedi 27 Janvier  
2024**

Déjeuner

Jambon de campagne  
Pot au feu et ses légumes  
Fromage  
Fruit

Dîner

Potage au potiron  
Haricots beurre aux  
lardons  
Fromage  
Œufs au lait bio

**Dimanche 28 janvier 2024**

Déjeuner

Rillettes de thon  
Cuisse de canette  
Pommes de terre Sarladaises  
Fromage  
Pâtisserie

Dîner

Potage de légumes  
Coquille de poisson  
Salade  
Fromage  
Compote



# Les évènements à la Valette

Un marché de Noël très fréquenté avec une belle météo ensoleillée. . .

Ce fut l'occasion de faire ses achats de Noël, de déguster une boisson chaude et de retrouver des connaissances



## *Les évènements à la Valette*



**Vendredi 15 décembre**  
**Les familles ont répondu présentes. Les musiciens ont enchanté l'après-midi avant la dégustation de gourmandises et d'une tartelette au chocolat délicieuse...**



## *Les évènements à la Valette*

**Jeudi 21 décembre, déjeuner de fin d'année  
avec le personnel animé par l'orchestre  
« plein feu ».**

**Merci à tous pour la réussite de ce repas et  
la bonne ambiance de ce moment partagé !**



# Chantons ensemble



## Le conte de Noël de Françoise

Les bergers se regroupèrent pour descendre leurs troupeaux hors de leur village quand ils virent une étoile dans le ciel. Ils la suivirent jusqu'à Bethléem. Un berger s'arrêta devant l'étable. Il trouva la famille, avec un bébé qui rayonne. Il courut vers les autres bergers et leur dit qu'il avait vu un bébé.

- Tu n'as jamais vu de bébé ?

- Moi j'y retourne

- Après tout, moi aussi

- Je vais le dire au village dit un berger

- tu le diras quand tu l'auras vu

Les voilà partis tout en jouant du pipo. Ils arrivèrent devant l'étable. Les moutons restèrent tranquilles.

Les bergers furent très surpris car le bébé rayonnait de plus en plus.

- Madame, comment s'appelle-t-il votre bébé ?

- Il s'appelle Emmanuel.

Un berger part vite au village : « venez, venez vite voir, il y a un bébé qui rayonne ! »

Tout le village s'interrogea. Une femme claque ses volets et ferme sa porte et part.

- Où vas-tu femme ?

- Je vais aller à Bethléem voir ce bébé

- Tu ne vas pas aller seule

- On va te suivre

- Attend que l'on ferme nos volets et partons !

Tout le village se mit en route pour Bethléem jusqu'à l'étable. Le bébé rayonnait de plus en plus et souriait.

Tous les villageois furent surpris : c'est le messie !  
« C'est notre plus beau cadeau de Noël ! »

(Sur l'air : il court, il court le furet...)

Elles courent, elles courent les petites jambes

Pour aller de chambre en chambre

Pour faire valser

Les serviettes, les draps

Et les oreillers

Ils courent, ils courent les p'tits pieds

Pour installer les assiettes

Les fourchettes et les couteaux

Merci à tous, grand merci

Je vous souhaite « Joyeux Noël et une très bonne année

Françoise G

# Moments de détente

## MOTS MELES

R	A	E	N	I	E	R	F	F	O	C	R	I	C	N
I	I	E	S	E	I	G	U	O	B	O	R	S	A	O
O	R	M	O	T	E	U	R	M	O	U	U	U	R	X
V	B	U	U	T	E	R	E	I	T	R	O	P	T	A
R	A	F	P	T	E	N	I	N	A	R	B	E	N	L
E	G	N	A	D	I	V	J	D	P	O	M	R	A	K
S	U	S	P	E	N	S	I	O	N	I	A	U	L	F
E	I	R	E	T	T	A	B	R	L	E	T	T	O	I
R	S	S	A	U	T	O	R	A	D	I	O	N	V	L
D	C	T	S	E	S	S	R	U	E	R	V	I	L	T
N	A	A	U	A	I	E	C	O	M	P	T	E	U	R
A	P	R	R	M	H	E	L	A	D	E	P	C	U	E
L	O	T	R	T	E	C	N	E	S	S	E	A	L	R
A	T	E	U	R	E	L	E	S	E	I	D	O	R	S
C	P	R	P	H	A	R	E	P	I	S	T	O	N	T

AIRBAG	ENJOLIVEUR	RADIATEUR	AUTORADIO	ESSENCE	
RESERVOIR	BATTERIE	FILTRE	RIVET	BOUGIE	
CALANDRE	FUMEE	FREIN	STARTER	SOUPAPE	
CAPOT	KLAXON	SUPER	CARTER	LIVREUR	
SUSPENSION	CEINTURE	MOTEUR	TAMBOUR	CHASSIS	
PEDALE	TOLE	COFFRE	PERMIS	TRAPPE	COMPTEUR
	PHARE	VIDANGE		CRIC	PNEU
	VOLANT	DIESEL	PORTIERE		

# Moments de détente

## SUDOKU

Chaque carré contient les chiffres de 1 à 9. Complétez les 9 carrés de manière à ne jamais avoir 2 fois le même chiffre, ni sur chaque ligne, ni dans chaque colonne.

3			5			6		1
5				1	8		7	
	2				4			
		4		3	9			6
	3			4			2	
9			8	7		5		
			4				6	
	8		9	6				7
1		9			2			3

## ARTICULER

Agathe rit et gatte Eric,  
Monique tique et tacle Agathe  
(Répéter dix fois)

## *La Plume Rêveuse*



*Une lumière dans l'hiver,  
Un flocon de neige,  
Qui vient fondre sur la paume de ma main,  
Dans la nuit froide,  
Tout est serein,*

*Un murmure d'étoiles vers le ciel,  
Quelque chose au lointain,  
Mais tout proche,*

*Comme le chant des anges,  
Le rideau de neige s'ouvre,  
Des carillons célestes sonnent,*

*Dans un peu de paille,*

*Un enfant vient de naître,*

*Qu'une colombe vient de ses ailes, le réchauffer,*

*Un souffle sur ma lampe qui vacille,*

*Je m'agenouille dans la neige,*

*Pour écouter un chant d'une douceur de miel,*

*Un enfant dans la lumière,*

*Joyeux Noël*



*Martine Balluais*

# *A vos couleurs*

