



Infos, jeux, réflexions !

Du lundi 1^{er} mai 2023

Au Dimanche 28 mai 2023



« *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

Jeudi 27 avril, le conseil de la vie sociale a réuni une vingtaine de personnes dont 12 résidents. Ce fut, une réunion pleine d'échanges et riche en témoignages tout en abordant des sujets sérieux comme les budgets, la fin du service de portage de repas à domicile et nouvelle organisation de la pharmacie.

Les élections au CVS et le questionnaire distribués à tous les résidents pour information permettent dans un premier temps de recueillir les désirs des personnes. Huit personnes ont répondu qu'elles souhaitaient participer au CVS, une accepterait d'être représentante des résidents si elle est en doublon avec une autre personne.

L'initiative des résidents d'accueillir et d'accompagner le nouvel arrivant dès son arrivée à l'EHPAD a été saluée et encouragée.

L'installation du pluviomètre suite à la demande d'un résident répond à une attente : le désir d'être utile en relevant les niveaux, en notant la météo, un réflexe instauré « parce que c'était important, j'étais agriculteur ».

L'arrivée des « animaux à demeure » le 19 juin a aussi été évoquée : ils seront en pension en quelque sorte sachant qu'Aurélié Martin (Médiatrice animale, Pattes de tendresse) apportera la nourriture, la litière et assurera le suivi sanitaire. Ce sujet a aussi été l'occasion d'évoquer la souffrance des personnes qui doivent laisser leur animal de compagnie avant d'entrer à l'EHPAD.

La guinguette du mardi 23 mai à 15h permettra d'accueillir les familles. Il a aussi été précisé que les jeux entreposés dans le placard de la salle d'activité sont à la disposition des résidents et de leurs proches, il ne faut pas hésiter à les utiliser.

Ce jeudi matin des galettes avaient été confectionnés avec Jean Luc (bénévole) et les résidents, une occasion de les faire goûter aux participants. Et de conclure qu'à la Valette « c'est bon, on mange trop ! ».

Les événements à l'EHPAD de la Valette



*Nous souhaitons un joyeux
anniversaire*

A Mme Michelle Thomas le 2 mai

A Mme Josette Bouchet le 21 mai

Et à Mr Jacques Bernard le 29 mai

Que fait la nature ?

Le ciel est un bleu éclatant

Puis au loin apparaissent de gros nuages

Bien gris qui veulent éclater

Voilà la pluie qui tombe

Dans la prairie et les jardins

Dans les jardins poussent des salades et fraises

Et des fleurs sortent de terre

Des tulipes, des jonquilles, des violettes

Font de belles taches dans la prairie

Le soleil joue à cache-cache

*Les bourgeons éclatent qui forment de belles
feuilles et des chenilles deviennent des papillons*

C'est le printemps

Les enfants jouent dans les jardins

Les jeunes dansent dans les prairies

Les plus grands préparent la fête de Pâques

Françoise Guidault



Bienvenue

à

Mme Arlette PALMADE

logement 50 (les hortensias)

et

à M. Albert BLANCHARD

qui arrive vendredi 5 mai

logement 13 (les mimosas)

Programme d'activités

Mardi 2 mai 2023:

A 11h: Mouvement Détente

A 15h30 : Atelier Pastel

Mercredi 3 mai à 15h : séance cinéma

Jeudi 4 mai 2023 :

A 10h45 : Atelier mémoire

A 14h15 : Réunion organisation du séjour vacances

A 15h salle de réunion : «Image et vidéo » avec Arnaud Devroute

(Spécialiste de l'éducation à l'image, « table Mash Up »)

Vendredi 5 mai 2023 à 15h30 :

Atelier lecture avec Karine

Mardi 9 mai 2023

A 10h30 : Atelier cuisine

A 11h: Mouvement Détente

A 14h30 : Echangeons en Musique avec Cathy

A 15h : Commission des Menus (salle de réunion)

Jeudi 11 mai 2023 :

A 10h45 : Atelier mémoire

A 15h30 : L'écran rêveur

Vendredi 12 mai à 15h : Messe

Mardi 16 mai 2023

A 11h: Mouvement Détente

A 14h30 : Echangeons en Musique avec Cathy

Mardi 23 mai 2023

A 11h: Mouvement Détente

A 14h30 : Echangeons en Musique avec Cathy

A 15h : Guinguette animée par les gars de St Jouin

Mercredi 24 mai à 15h : Documentaire

Jeudi 25 mai 2023 :

A 10h45 : Atelier mémoire

A 10h30: Atelier Pâtisserie

A 15h : Olympiades



Les menus de la semaine 18

Lundi 1^{er} mai 2023

Déjeuner

Mousse de canard
Jambon mariné
Pommes de terre
sarladaise
Fromage/Glace

Dîner

Potage vermicelles
Poêlée campagnarde
Fromage
Fruit

Mardi 2 mai 2023

Déjeuner

Œuf mimosas
Saumonette à l'oseille
Carottes vichy
Fromage
Fruit

Dîner

Velouté de potirons
Tarte à la tomate/Salade
Fromage
Yaourt aux fruits bio

Mercredi 3 mai 2023

Déjeuner

Betteraves vinaigrette
Rôti de porc sauce
charcutière
Mogettes
Fromage
Pâtisserie

Dîner

Potage aux légumes
Courgettes à l'espagnol
Fromage
Compote

Jeudi 4 mai 2023

Déjeuner

Salade aux chèvres et lardons
Sauté de dinde à
l'indienne/Pâtes
Fromage
Fruit

Dîner

Potage tapioca
Gratin de choux fleurs/Salade
Fromage
Entremet à la vanille bio

Vendredi 5 mai 2023

Déjeuner

Tomates /Museau
Brandade de morue
Salade
Fromage
Fruit

Dîner

Velouté de tomates
Cardes à la volaille
Fromage
Fruits au sirop

Samedi 6 mai 2023

Déjeuner

Macédoine mayonnaise
Sauté de lapin au cidre
Poêlée forestière
Fromage
Crème au grand Marnier bio

Dîner

Velouté de courgettes
Gratin de raviolis
Salade
Fromage
Fruit

Dimanche 7 mai 2023

Déjeuner

Terrine tomates mozzarella
Langue sauce Madère
Pommes de terre grenaille
Fromage
Pâtisserie

Dîner

Velouté d'asperges
Haricots verts vinaigrette et gésiers
Fromage
Pêches au sirop

Les menus de la semaine 19

Lundi 8 mai 2023

Déjeuner

Salade d'œuf mollet
Gigot/Flageolets
Fromage
Pana cota fruits rouges

Dîner

Potage de légumes
Pâté au jambon
Fromage
Fruit

Mardi 9 mai 2023

Déjeuner

Carottes râpées
Steak haché
Purée St Germain
Fromage
Fruit

Dîner

Potage Tapioca
Coquilles de la mer
Fromage
Pommes cuites

Mercredi 10 mai 2023

Déjeuner

Taboulé
Andouillettes grillées
Haricots verts persillés
Fromage
Pâtisserie

Dîner

Potage aux poireaux
Bouchée à la reine/Salade
Fromage
Entremet caramel bio

Jeudi 11 mai 2023

Déjeuner

Cervelas vinaigrette
Poulet Rôti/Frites
Fromage
Fruit

Dîner

Potage vermicelle
Omelette/ Salade
Fromage
Cocktail de fruits

Vendredi 12 mai 2023

Déjeuner

Pamplemousse au sirop
Poisson du marché
Purée de patates douces
Fromage
Semoule au lait bio

Dîner

Velouté de courgettes
Quenelles sauce forestière
Salade
Fromage
Fruit

Samedi 13 mai 2023

Déjeuner

Céleri rémoulade
Paupiette de veau
Poêlée méridionale
Fromage
Fruit

Dîner

Potage de légumes
Pommes de terre aux lardons
Fromage
Compote

Dimanche 14 mai 2023

Déjeuner

Saumon mayonnaise
Navarin d'agneau
Pommes de terre noisettes
Fromage
Pâtisserie

Dîner

Potage à la tomate
Jambonneau
Pâtes
Fromage
Liégeois au café

Les menus de la semaine 20

Lundi 15 mai 2023

Déjeuner

Concombres vinaigrette

Carbonade de bœuf

Pommes de terre

Fromage

Fruit

Dîner

Velouté Dubarry

Poêlée campagnarde

Fromage

Yaourt bio

Mardi 16 mai 2023

Déjeuner

Macédoine mayonnaise

Merlu à l'aneth

Epinards à la crème

Fromage

Semoule au lait bio

Dîner

Potage aux légumes

Hachis Parmentier

/Salade

Fromage

Fruit

Mercredi 17 mai 2023

Déjeuner

Champignons mayonnaise

Emincé de volaille

basquaise

Haricots beurre

Fromage

Fruit

Dîner

Potage aux poireaux

Quiche Lorraine/Salade

Fromage

Cocktail de Fruits

Jeudi 18 mai 2023

Ascension

Déjeuner

Tomates féta vinaigrette

Paleron de porc

Pommes Duchesses

Fromage/Pâtisserie

Dîner

Potage aux légumes

Jambon de volaille/cœurs

de céleris braisés

Fromage

Compote

Vendredi 19 mai 2023

Déjeuner

Macédoine aux chèvres

Poisson du marché

Semoule aux légumes

Fromage

Fruit

Dîner

Potage tapioca

Moussaka

Salade

Fromage

Poires au sirop

Samedi 20 mai 2023

Déjeuner

Salade Coleslaw

Sauté de porc à la diable

Jardinière de légumes

Fromage/Entremet bio

Dîner

Potage à la courgette

Crêpe au fromage

Salade

Fromage

Fruit

Dimanche 21 mai 2023

Déjeuner

Melon

Roti de veau à la crème

Pommes de terre aux herbes

Fromage

Pâtisserie

Dîner

Potage vermicelle

Coquilles de poisson

Fromage

Crème dessert bio

Les menus de la semaine 21

Lundi 22 mai 2023

Déjeuner

Tomates surimi vinaigrette
Emincé de volaille normande

Riz safrané

Fromage

Fruit

Dîner

Velouté de légumes
Duo de courgettes gratiné

Fromage

Œufs au lait bio

Mardi 23 mai 2023

Déjeuner

Betteraves vinaigrette

Boudin noir/Purée

Fromage

Fruit

Dîner

Potage aux tomates
Jambon/Carottes à la
crème

Fromage

Compote

Mercredi 24 mai 2023

Déjeuner

Filet de maquereaux

Steak haché

Haricots verts persillés

Fromage

Pâtisserie

Dîner

Potage de légumes
Pâtes aux fruits de mer

Fromage

Fruit

Jeudi 25 mai 2023

Déjeuner

Melon

Bœuf à la provençale

Petits pois

Fromage/ Fruit

Dîner

Potage vermicelles
Choux fleurs et lardons
vinaigrette

Fromage

Riz au lait bio

Vendredi 26 mai 2023

Déjeuner

Terrine de campagne

Poisson du marché

Purée de céleris

Fromage

Crème vanille bio

Dîner

Potage à la carotte
Omelette aux herbes
Salade

Fromage

Fruit

Samedi 27 mai 2023

Déjeuner

Concombres ciboulette

Sauté de porc

Poêlée champêtre

Fromage/Fruit

Dîner

Potage aux poireaux
Pâtes

Fromage

Ananas au sirop

Dimanche 28 mai 2023

Déjeuner

Terrine de légumes mayonnaise

Cuisse de canette

Poêlée sarladaise

Fromage

Pâtisserie

Dîner

Potage tapioca

Cardes à la tomate

Accompagnement végétal

Fromage

Fruit

L'EHPAD de la Valette en images



Chacun a ses occupations : se retrouver autour d'un café, écouter et chanter au son de la borne mélo, se retrouver avec Sébastien pour peaufiner son tableau avant une dernière séance pour l'exposition au festival de peinture. Les pâtisseries œuvrent pour que tous les résidents puissent déguster une galette aux pruneaux à l'heure du goûter... sans oublier les tricoteuses, les joueurs de belote, de dominos et de scrabble, les amateurs de livres et de musique, les marcheurs...

N'oublions pas les réunions vie de la maison, la commission des menus et conseil de la vie sociale qui donnent la parole aux habitants de l'EHPAD.

Merci à tous les participants qui permettent par leurs témoignages et leur investissement d'améliorer le quotidien de la Valette



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.

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

ARTICULER

Le scout scrute son casse-croûte

(Répéter 10 fois)

Moments de détente

Mots Mêlés

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

ABSOLUE	AGRUME	ALAMBIC	AMBRE	BENJOIN	BERGAMOTE
CARDAMOME	CEDRE	CIVETTE	COLOGNE	CORNUE	DIFFUSE
DISTILLER	DOMINANTE	ECORCE	ENCENS	FLORAL	FLUIDE
FOUGERE	FRAGRANCE	FRAIS	GOMME	HERBE	HUILE
JASMIN	LAVANDE	MIMOSA	MUSQUE	NEROLI	ODEUR
OLFACTIF	ORIENTAL	PARFUM	PATCHOULI	PETALES	RESINE
ROMARIN	SANTAL	SENTEUR	VANILLE	VERVEINE	VETIVER



Plume Rêveuse

Le Temps au temps,

*Temps d'attente, temps d'hier, temps d'aujourd'hui,
Temps long, temps court, temps pour parler,
Temps pour rire, temps pour s'amuser, temps de repos,
Temps ancien, temps moderne, temps pour travailler,
Temps pour lire, temps pour penser, temps pour
dormir, temps pour se nourrir, temps pour la retraite,
Temps pour voyager, temps passé, temps à venir, Temps
différent,*

*Le temps comme un grand livre dont le lecteur
tournerait les pages une à une, les pages du passé,
écrirait les pages présentes et penserait à écrire
l'avenir.*

*Le temps n'existe pas par lui-même, c'est la durée des
choses qui nous donne le sentiment, de ce qui est
passé, de ce qui se fait encore, de ce qui se fera
ensuite !*

Laissons le temps au temps !

Avez-vous pensé au temps qu'il fait aujourd'hui ?

Pour la Plume Rêveuse,

Il fait toujours beau, quand je suis près de vous !

Martine Balluais



A VOS COULEURS

