

LES CANCANS D'ICI ET D'AILLEURS



DE JUIN

A AOÛT 2017

Vous trouverez dans ce numéro, divers jeux et recettes.



A VOIR CES TROIS DERNIERS MOIS

Nous vous proposons dans cette édition : les divers projets qui ont eu lieu, ou bien qui verront le jour, mais aussi les nombreuses activités quotidiennes.

BONNE LECTURE A TOUS



SOMMAIRE

P. 3-4 Poésie de Mme Dolza

P.5-6 Mois de Juin

P.7 Mois de Juillet

P.8 Mois d'Aout

P. 9-10 Médiation Animal

P. 11 Rencontre avec Fannie Ergothérapeute

P. 12 Nous leurs souhaitons la Bienvenue/ Ils nous ont quittés

P. 13 Les Anniversaires

P. 14 - 17 Les recettes des résidents

P. 18 La page des Jeux

P. 19 Les grands rendez-vous du Trimestre prochain



POESIE

AIMER

Aimer c'est avoir su oublier les souffrances
Qui jonchent le chemin des couples maladroits
C'est vaincre les rancœurs, pardonner les offenses
Etre plus indulgent et serein qu'autrefois

Aimer c'est être deux sur le même navire
Mais ne former plus qu'un lorsque vient le gros temps
C'est toujours s'épauler sans même rien se dire
Aimer c'est partager les joies et les tourments

Aimer c'est être heureux de sa seule présence
Veiller sur son sommeil et parfois l'écouter
L'entendre respirer dans le profond silence
Et la main sur son cœur s'endormir rassuré



Aimer c'est aussi rire des mêmes choses
Ne jamais s'ennuyer en étant tous les deux
Demander son avis pour prendre fait et cause
Ne jamais imposer un désir ou un vœu

Aimer c'est sans raison ressentir un malaise
Lorsque l'autre est au loin même pour peu de temps
Et sitôt son retour se sentir à son aise
Et trouver le soleil plus chaud et plus brillant

Aimer c'est ne pas voir rides et mains qui tremblent
Ou alors les chérir un peu plus chaque jour
On ne vieillit jamais pourvu qu'on soit ensemble
Si l'on sait conserver un regard plein d'amour

Aimer mot merveilleux gaspillé au printemps
Et que l'été souvent persécute et détruit
Ce n'est que bien plus tard qu'enfin on le comprend
Lorsque nous atteignons l'automne de la vie

Marcelle Dolza
Résidente au sein de l'établissement.

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

MOIS DE JUIN

Le 12, Atelier Cuisine proposé par Caroline, confection de gâteaux à l'ananas.



Le 13, Sortie à la mer en compagnie des résidents de l'EHPAD de Toulouges. Les résidents ont pu s'installer en terrasse pour profiter d'une glace avec vue sur la mer.

Le 15, Atelier cuisine; Tourteaux à l'anis.

Le 19, Un court métrage fut diffusé au grand salon, « Je suis un terrien », réalisé par les lycéens de Théza, venus interviewer Mr Olivé Sébastien ancien habitant de la commune.





Le 21, célébration de la fête de la musique, qui n'a pu se dérouler dans le jardin au vu des fortes chaleurs. Mais l'après-midi fut tout de même festive, animé par Caroline Fédi.

Le 22, Atelier « Wii », Des jeux de sport sous forme de Jeux Vidéo proposé par Doriane, Stagiaire en Bac Pro. Les résidents étaient ravis de pouvoir participer à ce tout nouveau genre d'activité.



Le 27, a eu lieu la Messe.



Le 29, Sortie à l'EHPAD de Toulouges, après-midi conviviale.



Le 30, a eu lieu la célébration des anniversaires du mois animée par Bruno Masnou, après-midi de partage au rdv.

lun.	mar.	mer.	ieu.	ven.	sam.	dim.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

MOIS DE JUILLET

Le 03, s'est tenue la commission des résidents, moment d'échange sur les diverses activités proposées, mais aussi sur les repas.



Le 04, les résidents ont visionné le diaporama du pèlerinage à Lourdes, où sont parties Mme Robin Mme Serra et Mme Lecointe employée de nuit de l'établissement (affichage des photos dans le hall d'entrée de l'EHPAD).



Le 20, une sortie loto a été organisée par l'EHPAD de Vinça, un après-midi placé sous le signe de la bonne humeur et du partage.

Le 28, célébration des anniversaires du mois.

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

MOIS D'AOUT



Le 04, venue de la Bandas les Canailous, pour la fêria de Millas.



Le 16, Rencontre inter-établissements autour d'un Loto avec les Résidents de l'EHPAD de Pézilla.

Le 25, célébration des anniversaires du Mois, en compagnie de Bruno Masnou.



MEDIATION ANIMALE



Une visite inattendue est venue surprendre la quiétude des résidents un dimanche après-midi. Ils ont pu faire la connaissance de Naya, Jeune Husky de seulement 8 mois, dont la maîtresse n'est autre que Pauline, Aide-soignante au sein de l'établissement. Les résidents ont pu assister à une démonstration de dressage, menée par Pauline.

Mais ils ont également pu y participer en faisant quelques tours avec Naya, les résidents devaient tout simplement faire deviner à la chienne dans quelle main se situait la croquette.



Pour se faire, une croquette dans une main, la chienne devait sentir et poser sa patte sur la bonne main.



Il a y eu aussi les traditionnelles caresses et autres papouilles, auxquelles Naya s'est prêtée volontiers. Ce fut une bien belle après-midi appréciée par l'ensemble des résidents, qui ont aimé ce contact avec Naya, mais aussi avec Pauline, venue bénévolement hors de son temps de travail, pour faire découvrir sa chienne aux résidents. En espérant pouvoir renouveler l'expérience au plus vite.



Rencontre avec Fannie Ergothérapeute



Je m'appelle Fannie Guesdon et je suis ergothérapeute. J'interviens chaque mardi sur l'EHPAD de Millas, de 9h à 16h.

En quoi consiste mon travail ?

Je suis là pour maintenir le maximum d'autonomie et d'indépendance des résidents dans les activités de la vie quotidienne.

A chaque entrée, je vais effectuer un bilan d'équilibre avec les résidents afin de prévenir le risque de chute et également pouvoir mettre en place des ateliers équilibre adaptés. Le matin, les ateliers sont en individuels.

L'après-midi, j'ai commencé à mettre en place des ateliers mémoire, une fois encore basés sur des

évaluations. L'atelier peut être en groupe ou individuel.

Enfin, toutes les activités proposées ont un but de

rééducation afin de maintenir ou améliorer les capacités de chacun. De plus, elles doivent avoir un sens pour la personne afin qu'elle y prenne du plaisir.



Nous leurs _____ souhaitons la bienvenue

Mme CONTRERAS PEREZ

Evelyne

Mme BILLES Michèle Alexine

Mme LEGRAS Rose

Mr CHARVET Guy

Mme HIDALGO Teresa

Mr MESTRE René

Mme HIDALGO Térésa

Mme RAYA Maria

Mme MARTINEZ Joséphine

Mr FERRERES René



Ils nous ont quittés

Mme MASSA Josette

Mme FOUGA Thérèse

Mr ARMADA Henri

Mme AGUDELO Sébastienne

Mme ROSELL Marie Gabrielle

Mr SUZANNE Pierre

Mme GARCIA Consuelo



Nous avons fêté leur anniversaire

AU MOIS DE JUIN

Mme OLIVE Andrée
Mme DAGON
Hélène
Mme PAYROU
Gilberte
Mme NOUYOU
Denise

Mr BEAUCHAMP
Lucien
Mme RUIZ Pilar
Mme BILLES
Michèle



AU MOIS DE JUILLET



Mme BLAS Raymonde
Mme CAMPS Josette
Mme GARCIA Consuelo
Mr BONMARCHAND André

AU MOIS D'AOUT

Mme CALAVERA Monique
Mme CHIESA Marie Louise
Mr ROBERTS Gordon
Mme ROIG Louise
Mr PLANAS Louis
Mme SERRA Gisèle



LES RECETTES DES RESIDENTS

Nous nous sommes réunis un après-midi avec quelques résidents à l'ombre des arbres du jardin, pour pouvoir discuter des recettes de cuisine. Des plats ou desserts qu'ils avaient l'habitude de réaliser le plus souvent, et ils ont eu la gentillesse de partager tout ça. Nous allons donc voir 3 recettes de cuisine données par Mme DURAND, Mme DOLZA et Mr MASSERA.

Vous trouverez donc, la recette du Fricot de Coustellou de Mme DURAND, les boles de Picolat à la façon de Mr MASSERA, et pour finir la recette de Tarte aux pommes de Mme DOLZA.



Recette de Mme DURAND:

FRICOT DE COUSTELLOU

INGREDIENTS

1 à 2 oignons
Coustellou
4 à 6 Pommes de terre
4 à 6 Carottes
Coulis de tomate
Champignons
Olives



- ♦ Faire revenir 1 voir 2 oignons dans un peu d'huile d'olive
- ♦ Couper le coustellou en morceaux et faire revenir avec les oignons
- ♦ Peler et couper 4 à 6 carottes et pommes de terre, puis les incorporer à la préparation
- ♦ Ajouter du coulis de tomate, les champignons et les olives
- ♦ Et une cuillère de farine si besoin pour épaissir la sauce.

Laisser mijoter durant 3h.



BOLES DE PICOLAT

A sa façon



INGREDIENTS

Viande hachée de porc

1 œuf

Sel

Poivre

Huile d'olive

Haricots

Coulis de Tomate

Ail

- ♦ Réaliser des boules en mélangeant viande, œuf, sel et poivre
- ♦ Faire revenir dans un peu d'huile d'olive (attention ne pas trop cuire)
- ♦ Ensuite blanchir les Haricots pendant environ 15 minutes
- ♦ Mélanger le tout, et rajouter une gousse d'ail
- ♦ Incorporer le coulis de tomates
- ♦ Faire mijoter le tout dans une cocotte minute à feu doux durant 1h30

Recette de Mme DOLZA:

TARTE AUX POMMES

INGREDIENTS

Pour la pâte brisée:

250g de farine

120g de beurre

Une pincée de sel

Un peu d'eau

Pour la tarte:

4 Pommes

Sucre en poudre



- ♦ Mélangez l'ensemble des ingrédients de la pâte brisée, jusqu'à obtenir une pâte homogène sans grumeau
- ♦ Peler et couper vos pommes en fines tranches
- ♦ Une fois la pâte prête, l'étaler dans un moule au préalablement beurré
- ♦ Déposer joliment les pommes
- ♦ Saupoudrer la tarte de sucre en poudre
- ♦ Mettre au four durant 35 à 40 mins

mal adaptée insensibilité	↓	amende- rai avouera	↓	bon coup sur le court disparue	↓	sera témoin	↓	genre de bolet relever le goût	↓	symbole de nudité envoié de Dieu	↓	disten- drais vois le jour	↓
appré- ciée	→					creuserai pour démolir crack	→						
ensuite	↓					parties latérales	→					fin de verbe	→
secteur religieux trop vivant	↓					de même	↓			placée à l'étude mesure de champ	→	jointe	↓
						allure pas très souvent	→						donc
voile de trimaran	↓	vieil espagnol atome positif	→					ponctuel- lement reste allongé	→				
										poème d'antan sorte de luth	→		
couleur de vin	→					trait lumineux	→			fonde- ments mot d'accord	→		
ronde	↓					bisou	↓						
						person- nel coup de vent	→			vieille mesure critique- rait	→		
													parcours
contien- drait	↓	grave délit précau- tionneux	→					abiment	→				
								garantit	↓			il vaut un tour	→
												vaisseau	↓
petite miche	↓	gemmes métal en poudre	→							tondit	→		
						faire une étouffe posses- sif	→			tiendras séance	↓		
opinions	→												totale
repère de capitaine	↓					fait du mal bovin disparu	→			abat	→		
						différem- ment	→			petit papillon	↓		
livres rigolos	→					pillage	↓						
couche	↓					aura un réflexe	→						suis obligé
						fiel	↓			déploie	→		
										chrome en chimie	↓		
patelin	↓	en cet endroit proche adresse	→			très acide tradi- tions	→					divine génisse Capone familier	→
						se verra dans le noir	→					flirt s'il est petit	→
sommet mondial	→									dessous de sabots	→		

LES GRANDS RENDEZ VOUS DU TRIMESTRE PROCHAIN

MOIS DE SEPTEMBRE

Le mercredi 06: atelier cuisine nettoyage des escargots pour la cargolade.

Le jeudi 07 : atelier cuisine Sangria

Le vendredi 08 : Cargolade avec repas et après midi dansant animés par l'école de musique d'Ille sur têt

Le lundi 11 : Commission des résidents

Le mardi 12 : Rencontre inter-établissements avec les résidents de Vinça pour un après midi Chorale

Le mardi 19 : Lecture contée par Laurette

Le vendredi 22 : Sortie à l'institut Jean Vigo de Perpignan

Le mardi 26 : messe

Le vendredi 29 : célébration des anniversaires du mois

* Courant septembre rencontre intergénérationnelle avec les enfants de l'école primaire de Millas , durant l'année scolaire afin de réaliser un projet autour du conte.

MOIS D'OCTOBRE

Le lundi 02 : rencontre intergénérationnelle avec les enfants de l'école primaire autour de jeux en structure en bois

Le mardi 03 : médiation animale

Le mercredi 04 : rencontre inter-établissements Loto avec les résidents d'Ille sur têt

Le vendredi 06 : Sortie à l'ehpad de Pézilla : déjeuner convivial suivi d'un loto

Le mardi 10 : Sortie à l'ehpad de Vinça Chorale

Le vendredi 27 : célébration des anniversaires du mois

Le mardi 31 : Rencontre inter-établissements avec les résidents de Vinça pour un après midi Chorale

MOIS DE NOVEMBRE

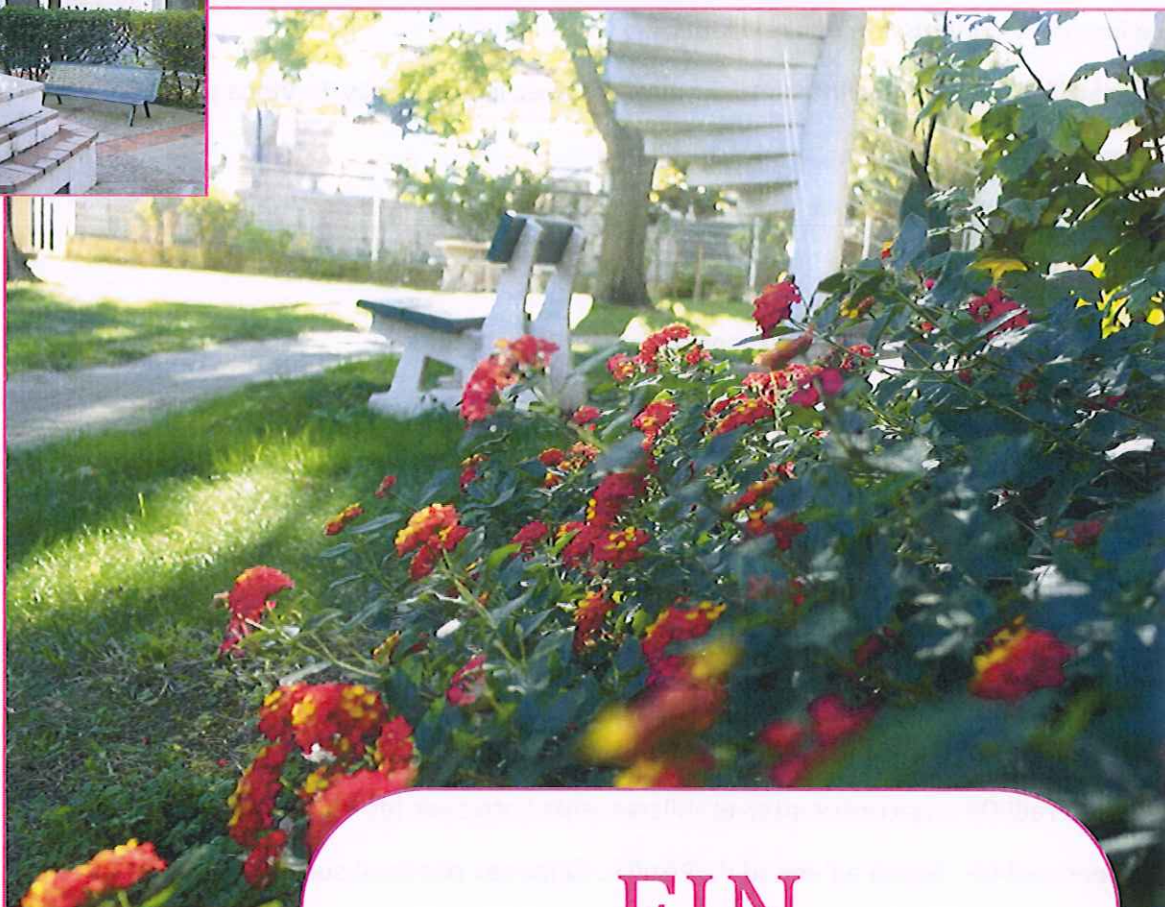
Le mardi 14 : Sortie à l'ehpad de Vinça Chorale

Jeudi 16 : Atelier cuisine Chataignes

Le vendredi 24 : célébration des anniversaires du mois

Le mardi 28 : Rencontre inter-établissements avec les résidents de Vinça pour un après midi Chorale

Le jeudi 30 : Repas à thème couleur Orange



FIN

Et voilà, ce
quatrième numéro des « Cancans d'ici et d'ailleurs », merci à
vous d'avoir pris le temps de nous lire.

RENDEZ-VOUS DANS 3 MOIS!!