

La Petite Gazette

Avril 2023



Pour commencer ce mois

10 bonnes raisons d'aimer le mois d'avril

Au revoir mars, bonjour avril plein de promesses ! Et qui dit nouveau mois dit nouvelles opportunités de saisir l'instant présent et de prendre la vie du bon côté. Pour bien commencer, et comme nous allons le faire chaque début de mois, les dix bonnes raisons de sauter à pieds joints dans ce mois printanier...

Le 1er avril : on aime faire des blagues

De la lumière : Finies les journées trop courtes, la lumière s'impose de plus en plus longtemps

Retour à la nature : les premiers signes d'une nature qui s'éveille et s'étire doucement. Les bourgeons, les premières tulipes, le chant des oiseaux

Changeons de garde-robe : on range les gros pulls on sort les couleurs

Les jolies journées printanières : il est plus facile de se lever le matin quand le soleil s'infiltré au travers des vitres.

Mais ouvrez-moi ces fenêtres : le bonheur de pouvoir ouvrir à nouveau toutes les fenêtres pour faire entrer l'air frais dans la maison

Énergie en hausse : Au printemps, on constate chez la plupart des gens un regain d'énergie bien agréable

Le printemps est aussi dans l'assiette Laissons donc entrer le printemps dans l'assiette avec de jolies salades colorées, des pâtes cuisinées avec des jolis légumes, des viandes grillées (au barbecue si on a de la chance). On voit débarquer tout doucement les premières asperges vertes

Un après-midi de chants avec la chorale

« Le petit cœur Ardéchois »



Cet ensemble vocal composé de 25 chanteurs et chanteuses était dirigé par leur chef de chœur

Mr Mounier Bernard

Un grand moment de partage, les résidents ont eu la joie de passer un après-midi sous le signe de la musique et de la convivialité puisque la chorale « Le Petit Chœur Ardéchois » De Colombier le jeune leur a fait l'honneur d'un concert de deux heures qui les a enchantés

Un grand merci à la chorale « le petit cœur Ardéchois »

Pour ce bel après-midi.



Joyeuses Pâques

Petits bouquets de jonquilles pour décorer et apporter un peu de gaieté sur les tables pour Pâques, ramassées fraîchement à Tence par Célia notre coach sportive.

Les soignants ont distribué à chaque résident des chocolats de Pâques offerts par l'établissement ainsi que des chocolats offerts par l'entreprise des pompes funèbres Mr Besset Alain que l'on remercie.

Les résidents les ont accueillis avec joie et gentillesse et ont apprécié les gourmandises !

Cette initiative perdure depuis plusieurs années, d'une part pour maintenir dans les mémoires les fêtes de l'année mais aussi pour marquer l'appartenance des anciens au village.



Loto « Les gagnants du mois »

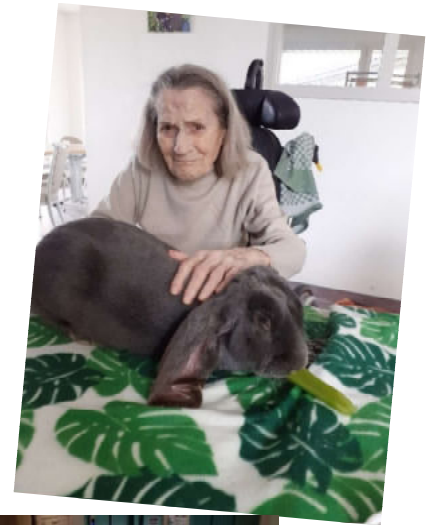
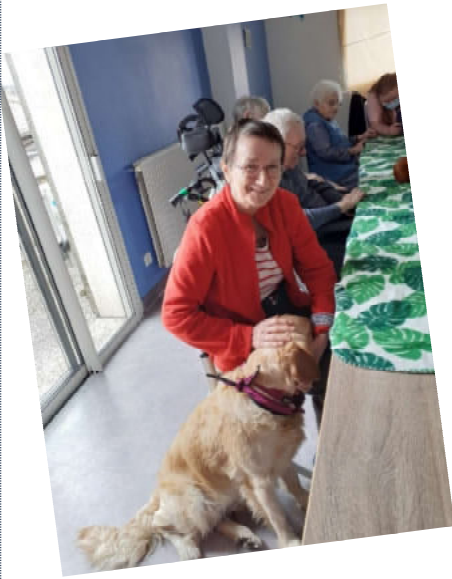


Nos dames des quatre saisons
ont vêtu leurs tenues printanières



Médiation animale

Les animaux ont apporté de la joie une nouvelle fois, en ravivant les souvenirs et créant du lien entre les résidents.



Les dates à retenir

- 4 Mai : sortie inter établissement
- 11 Mai : Entraînement pour l'ardéchoise
- 12 Mai : Loto
- 15 Mai : 1^{ère} répétition pour le défilé du 3 juin
- 17 Mai : Exposition vente « L'Age d'or »
- 24 Mai : Mini ferme au Cantou
- 26 Mai : Les anniversaires du mois
- 31 Mai : Répétition générale pour le défilé du 3 juin

Les Anniversaires du mois d'Avril



C'est en présence des résidents, famille
et soignants,
Que Renée Dussert la doyenne de L'EHPAD



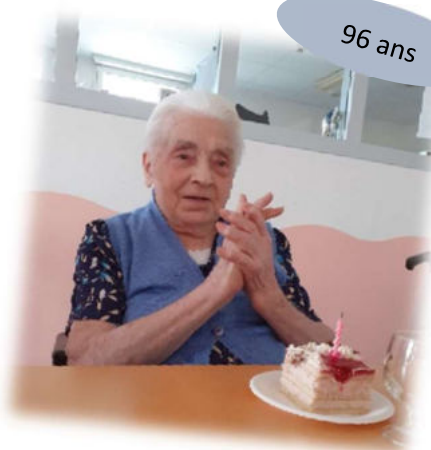
A fêté ses 103 ans



87 ans



96 ans



85 ans



83 ans



Nos ateliers de cuisine



Recette Jardinière de légumes nouveaux

1 kg de petits pois à écosser
80 g de beurre
quelques feuilles de laitue
3 gros oignons
400 g de carottes
180 g de navets nouveaux
400 g de pommes de terre fermes



Écosser les petits pois puis les mettre dans une casserole avec les feuilles de laitue lavées, 40 g de beurre, sel et poivre et faire cuire 20 mn. ,

Pendant ce temps, dans une cocotte, faire revenir les oignons coupés en lamelles dans 40 g de beurre avec les carottes et les navets coupés en principe en bâtonnets

Ajouter sel, poivre, un peu de cerfeuil et bouquet garni. Mouiller d'eau ou de bouillon. Porter à ébullition, couvrir et laisser mijoter 20 minutes

Ajouter les pommes de terre coupées en dés

Laisser cuire 20 min en veillant à ce qu'il y ait toujours assez de liquide, mais pas trop car il doit être à peu près absorbé en fin de cuisson

Enlever le bouquet garni, rectifier l'assaisonnement et servir avec un peu de beurre frais.