

* Bonne
année *



LE JOURNAL DE LA RÉSIDENCE VALÉRIE

EHPAD MONTIGNY EN OSTREVENT

La Une du Château

NUMÉRO 207.

Edition d'un nouveau numéro chaque semaine !

Nous vous proposons chaque semaine les activités qui ont lieu dans l'établissement mais aussi à l'extérieur.

Ainsi que la vie du château et le menu de la semaine.

Bonne lecture !



**Christelle, vous
accueille
au salon de coiffure
le mardi et vendredi
après midi à partir de
13h30**



**Le secrétariat est
ouvert
du lundi au
vendredi
de 8h30 à 16h30**



MOIS DE JANVIER 2026

SEMAINE DU 12 JANVIER 2026
AU 18 JANVIER 2026

"Sec janvier - Heureux fermier".



**EHPAD Résidence Valérie
Place du Sana
59182 Montigny en Ostrevant**

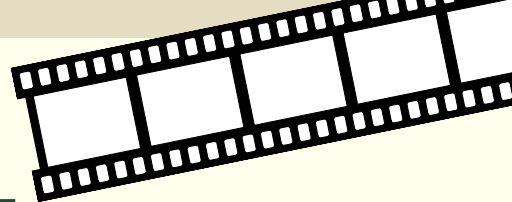


0327954954

**Mail :
Ehpad.residencevalerie@gmail.com**

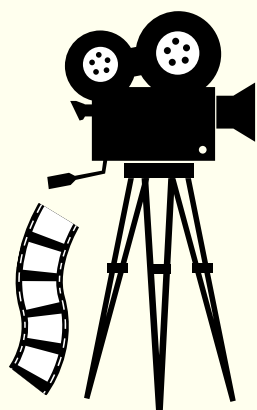
Planning d'activités hebdomadaire (prévisionnel)

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<p>10h-11h00 </p> <p>Distribution du journal "la Une du journal" Dans tous les services</p> <p>Avec Mme Delliaux</p> 	<p>10h-11h00</p> <p>Création du journal "la une du château" Avec Mme Delliaux</p>	<p>10h-11h00</p> <p>"Sortie achat Personnel" (1 Mercredi sur deux) Avec Mme Delliaux</p> 	<p>10h-11h00</p> <p>sur la période estivale : Jardin Partagé Sortie Marché de Montigny</p> <p>Avec Mme Delliaux</p>	<p>10h-11h00</p> <p>Poursuite de la création du journal "la une du journal"</p> <p>Avec Mme Delliaux</p> 
<p>Mise en place de la table avec les résidents le midi en salle à manger au château de 11h00 à 11h45</p>				
<p>14h-16h</p> <p>"Atelier Quizz Musical"</p> <p>Salle à manger Château Avec Mme Delliaux</p> 	<p>14h-16h</p> <p>"Atelier Travaux Manuels"</p> <p>Salle à manger Château Avec Mme Delliaux</p> 	<p>14h-16h</p> <p>"Atelier tricot, couture, crochet"</p> <p>Salle à manger Château Avec Mme Delliaux</p> 	<p>14h-16h</p> <p>"L'association Les Blouses Roses" Atelier Mémoire</p> <p>Petite salle à manger Château Avec Anne Marie Pureur</p> <p>14h-16h00 "Atelier Manuels" Salle à manger château avec Mme Delliaux</p> 	<p>14h-16h</p> <p>"Loto"</p> <p>Salle à manger Château Avec Mme Delliaux</p> 

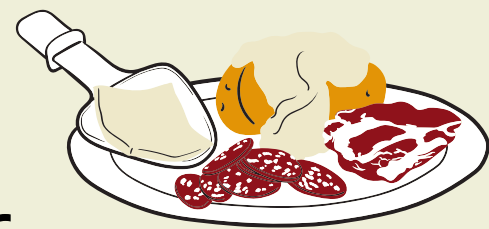


Programme TV du 12 janvier 2026 au 18 janvier 2026

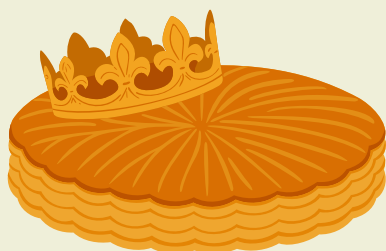
Jour/Chaîne	1	2	3	6	9	10	11
LUNDI	New York Unité Spéciale	Mitterrand confidentiel	Football : Coupe de France	La roue de la Fortune célébrités	Insaisissables 2	Expendables 2 : Unité spéciale	Appels d'urgence
MARDI	Qui veut gagner des millions ?	L'anneau - Qui en sortira vainqueur ?	Face à Face	Pretty Woman	Les 20 chansons de Balavoine préférées des Français	90 enquêtes	Pire soirée
MERCREDI	Elsbeth	Il était deux fois	Opération Patrimoine	Jack Reacher	La prime des vérités	San Andreas	Incroyables mariages gitans
JEUDI	Master Crimes	Envoyé spécial	Meurtres à Chantilly	Qui veut être mon associé ?	Y'a que la vérité qui compte	L'agence : l'immobilier de luxe en famille	Hancock
VENDREDI	Qui sera le plus nul ?	César Wagner	La boîte à secrets	Arnaques !	Enquête d'action	Sherlock Holmes	Cleaners les experts du ménage
SAMEDI	Star Academy	The Floor -A la conquête du sol	Enquête parallèle	NCIS : Tony & Ziva : Les fugitifs	La petite histoire de France	Monk	Chroniques criminelles
DIMANCHE	Maison de retraite	Bac Nord	Meurtres en eaux troubles	Capital	L'ascension	Esprits criminels	Batman V superman L'aube de la justice



**Repas à thème
vendredi 09 janvier 2026
Raclette**



**La galette des rois
ce vendredi 09 janvier
2026**



P . A . P

(Projet d'Accompagnement Personnalisé) c'est quoi ?



Engagement de Notre Équipe

Tous les membres de notre équipe sont résolument engagés à collaborer étroitement avec vous pour concevoir un projet d'accompagnement personnalisé durant votre séjour. C'est un droit qui vous est garanti !

À Votre Arrivée...

Chaque membre de l'équipe prendra l'initiative de vous contacter afin de mieux faire votre connaissance.

- Ils vous poseront quelques questions concernant vos habitudes de vie, vos attentes et vos besoins, afin de définir ensemble le projet.**
- Les attentes et besoins seront ensuite consignés dans un document qui vous sera présenté pour signature, entre vous et nous.**

L'ensemble du personnel s'engagera à respecter ce projet.

En participant activement à ce projet, vous pourrez mieux appréhender et accepter votre intégration au sein de l'établissement.



**La salle snoezelen est à votre disposition.
Vous souhaitez prendre un rendez vous ?
Rapprochez vous des soignants**



**Les repas des anniversaires des résidents se déroulent 1 fois par mois.
Lors de votre anniversaire, vous avez la possibilité d'inviter 2 membres de
votre famille pour partager un bon moment.**

Vos repas sont froids !!!

**Nous pouvons faire réchauffer votre assiette, nous disposons dans chaque
salle à manger
de Micro ondes**



**Les horaires des Repas le midi : 12h15 -13h15
Repas du soir : 18h15 -19h15**

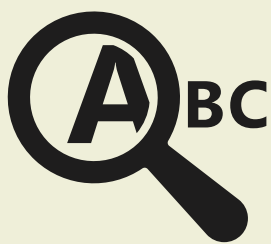


**Vous avez loupé un exemplaire du journal
" La Une du château"**

**Vous pouvez le retrouver dans un classeur (bleu)
à la salle à manger du Cht'i**



Jeux



K	E	P	R	A	H	C	E	N	U	H	Y
E	N	O	N	L	B	Ç	W	O	A	L	T
S	A	L	G	R	E	V	A	C	E	O	C
Y	Z	M	I	G	L	O	O	O	N	C	I
R	M	L	Ç	Z	E	H	Ç	L	I	Q	L
E	B	O	N	N	E	T	C	F	A	L	F
M	B	K	X	O	E	G	U	L	R	T	S
N	E	Y	Ç	G	A	N	T	S	T	N	A
E	L	L	I	A	T	A	B	K	S	E	P
I	U	E	D	I	O	R	F	O	X	V	I
G	O	G	B	O	N	H	O	M	M	E	N
E	B	H	M	H	M	L	G	X	X	V	Y



NEIGE	BATAILLE	ECHARPE
FLOCON	IGLOO	BONHOMME
FROID	BOULE	SAPIN
LUGE	GANTS	VENT
TRAINEAU	BONNET	VERGLAS



Carbonade flamande

Boeuf (gîte, macreuse)

1 kg

Pain d'épices

4 tranches

Bière brune

50 cl

Oignons

2

Beurre

30 g

Moutarde de Dijon

3 cuillères à soupe

Farine

1 cuillère à soupe

Sucre

2 cuillères à soupe

Vinaigre

1 cuillère à soupe

Préparation : 15 min | Cuisson : 120 min | Temps total : 135 min

Pelez et coupez les oignons en petits morceaux pour les faire blondir avec le beurre dans une cocotte. Réservez les oignons, déposez les morceaux de boeuf dans la cocotte, faites-les dorer puis saupoudrez de farine et mélangez bien.

Ajoutez les oignons réservés, versez la bière

, le vinaigre, le sucre, salez et poivrez. Couvrez et laissez cuire 30 minutes.

Après les 30 minutes de cuisson, tartinez les tranches de pain d'épices avec la moutarde et déposez-les sur la viande. Couvrez de nouveau et laissez mijoter 1h30 en remuant 2 fois.

Servez la carbonade flamande bien chaude, vous pouvez l'accompagner de frites.

