



LE JOURNAL DE LA RÉSIDENCE VALÉRIE

EHPAD MONTIGNY EN OSTREVENT

La Une du Château

NUMÉRO 211.

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 !



MOIS DE FÉVRIER 2026

SEMAINE DU 16 FÉVRIER 2026
AU 22 FÉVRIER 2026

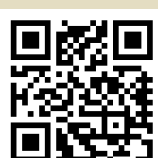
“Quand février pleure, avril rit. »



**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**



EHPAD Résidence Valérie
Place du Sana
59182 Montigny en Ostrevant

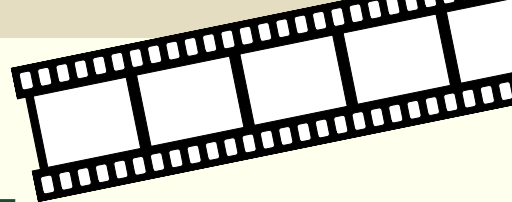


0327954954

Mail :
Ehpad.residencevalerie@gmail.com

Planning d'activités hebdomadaire (prévisionnel)

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



Programme TV

du 16 février 2026

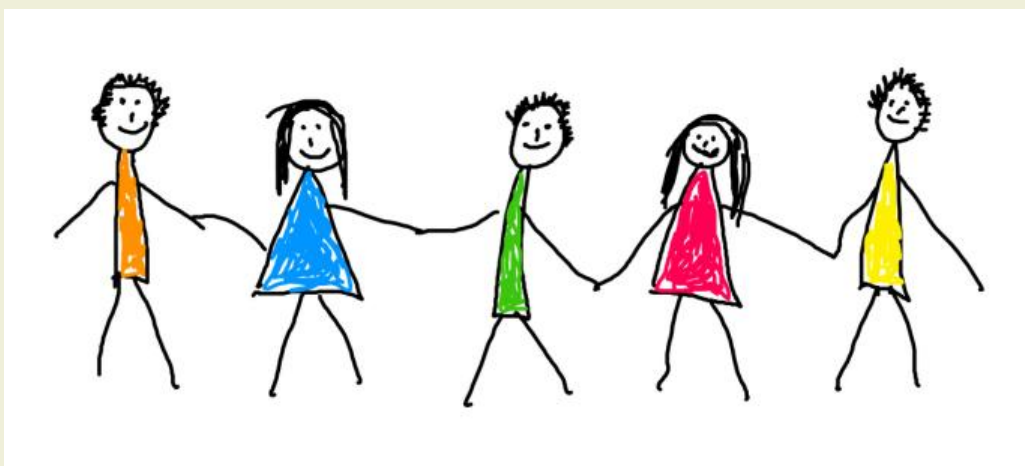
au 22 février 2026

Jour/Chaîne	1	2	3	6	9	10	11
LUNDI	Le nounou	La vie rêvée des autres	JO Club	Rasta Rockett	Coyote Girls	The Dark Knigh Rises	Appel d'urgence
MARDI	Les animaux fantastiques	JO d'hiver: Jeux olympiques de Milan-Cortina 2026	Un si grand soleil	Les aventures de l'Arche perdue	L'île de la tentation *2019	90 enquêtes	Cleaners les experts du ménage
MERCREDI	Elsbeth	La maman du bourreau	JO Club	Cauchemar en cuisine	Enquêtes criminelles	Maman, j'ai raté l'avion	Incroyables mariages gitans
JEUDI	Leo Mattéi	JO d'hiver	Meurtres à	Qui veut mon associé ?	y a que la vérité qui compte	Jumanji : bienvenue dans la jungle	Tattoo Cover
VENDREDI	Danse avec les stars	Flair de famille	JO club	Alad'2	Enquête d'action	90'enquêtes	L'âge de Glace 2
SAMEDI	Le dernier ceercle	J O d'hiver : Jeux olympiques de Milan Cortina 2026	Meurtres à Fort-Romeu	Blanca *2021	La petite histoire de France	Monk	Chroniques criminelles
DIMANCHE	Forrest Gump	JO d'hiver : Jeux olympiques de Milan Cortina 2026	Meurtres sur la Côte Fleurie	Les année collège	Envole-moi	Esprits criminels	Friends : le défi

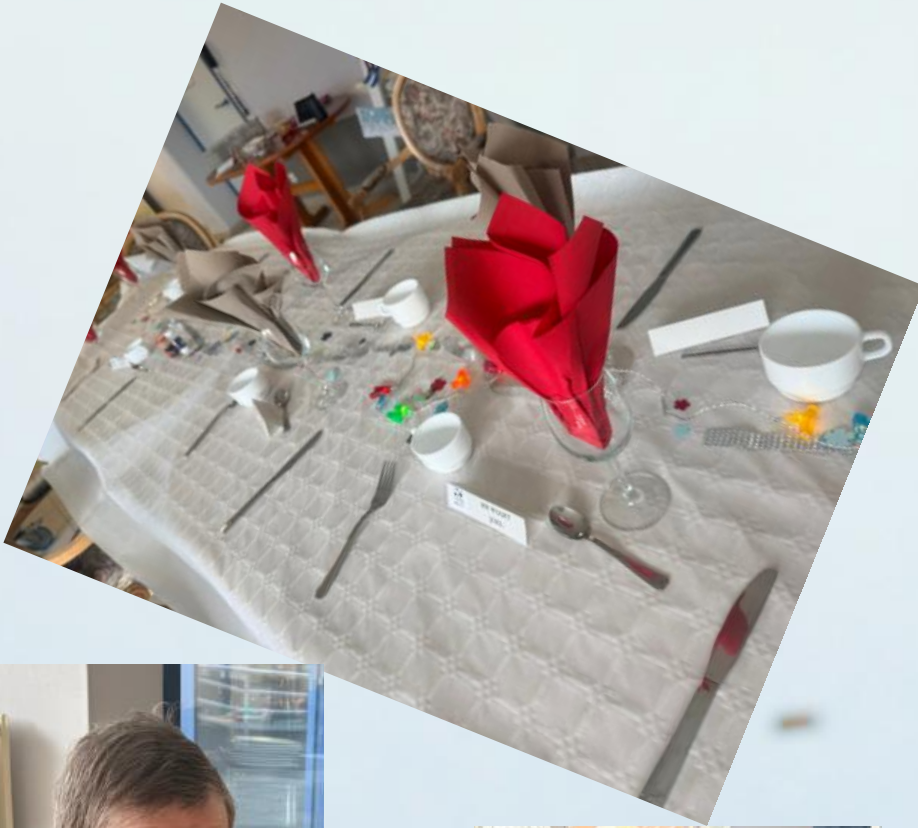


Jeudi 5 février 2026

**Après-midi aux "4 Tourelles"
avec les enfants de l'école
Pasteur, consacré aux jeux
anciens.**



Les anniversaires des résidents nés en février





**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



ENFANTS

PARENTS

ADOLESCENT

SOEUR

JUMEAUX

COPAIN

ONCLE

PARRAIN

FILLEUL

GENDRE

Préparation

1 : Préparation et cuisson du chou-fleur

Coupez le chou-fleur en tout petits bouquets en veillant à bien retirer les parties vertes et les feuilles. Plongez les bouquets dans un faitout d'eau bouillante salée et faites-les cuire pendant environ 15 min. Égouttez-les et gardez-les au chaud dans une assiette ou un plat couvert.

2 : Préparation de la sauce béchamel

Pour la préparation de la sauce béchamel, faites fondre le beurre sans le faire brûler. Versez la farine et mélangez progressivement pour obtenir une préparation bien lisse et homogène. Versez ensuite le lait, la noix de muscade, salez et poivrez. Faites cuire la sauce en mélangeant jusqu'à ce qu'elle épaississe. Poursuivez la cuisson 10 min à feu très doux. Hors du feu, ajoutez la moitié du fromage râpé, la ciboulette et les bouquets de chou-fleur. Mélangez bien le tout.

3 : Cuisson du gratin de chou-fleur

Préchauffez le four th.7 (210°C). Beurrez des petits moules ou un grand plat à gratin et versez le gratin de chou-fleur. Saupoudrez du reste de gruyère et placez quelques noisettes de beurre. Enfourez et faites cuire 20 min. Le dessus doit être gratiné.

4 : Service du gratin de chou-fleur

Démoulez votre gratin de chou-fleur et servez bien chaud dans des assiettes. Pour la présentation, placez un brin de persil au-dessus au moment du dressage.



Ingrédients

6 pers.

8,94 €



Chou-fleur
1,2 kg



Beurre
20 g



Ciboulette
10 brin(s)



Sel
1 pincée(s)

POUR LA BÉCHEL



Beurre
50 g



Farine
50 g



Lait
75 cl



Gruyère râpé
70 g



Noix de muscade
1 pincée(s)



Sel
1 pincée(s)



Poivre
1 pincée(s)