



LE JOURNAL DE LA RÉSIDENCE VALÉRIE

EHPAD MONTIGNY EN OSTREVENT

La Une du Château

NUMÉRO 232.

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 SEPTEMBRE 2026

SEMAINE DU 14 SEPTEMBRE AU 20 SEPTEMBRE 2026

**"Septembre arrivé,
le soir on bat le blé."**

hello
September



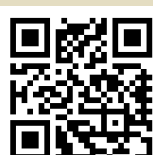
**Christelle, vous
accueille
au salon de coiffure
le mardi et vendredi
après midi à partir de
13h30**



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



**Taper
Résidence
Valérie**



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

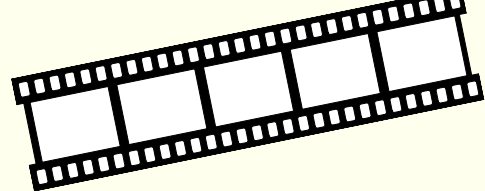


0327954954

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



Programme TV du 14 septembre 2026 au 20 septembre 2026



Jour/Chaîne	1	2	3	6	9	10	11
LUNDI	La cible	La mère et l'assassin	Les sept mercenaires	l'amour est dans le pré	Kingsman : le cercle d'or	Fast & Furious	Appels d'urgence
MARDI	Koh-Lanta	Sauvons nos forêts	La stagiaire	9-1-1	Les 20 chansons de Céline Dion préférées des Français	90'enquêtes	Capitaine Marvel
MERCREDI	Tracker	les évaporés	le monument préféré des Français	Patron incognito	Enquêtes criminelles	Maison retraite 2	Cleaners, les experts du ménage
JEUDI	Le mystère de la chambre jaune	Envoyé spécial	Meurtres à Colmar	Le chute de Londres	Y a que la vérité qui compte	Taxi 3	De kiabi à Mami : l'arnaque aux 100 millions
VENDREDI	Qui sera le plus nul ?	Capitaine Marleau	La carte aux trésors	Arnaques !	Enqêtes d'action	Céline Dion : une voix, un destin	Balle perdue
SAMEDI	The voice Kids	The Floor - A la conquête du sol	Cassandra	The Rookie : le flic de los angeles	la petite histoire	New york : unité spéciale	Chroniques criminelles
DIMANCHE	Equalizer 3	Un métier sérieux	Brokewood	Capital	opération Portugal 2 : la vie de château	Esprits criminels	Friends



Planning des Animations ponctuelles du mois de septembre 2026



08 septembre 2026	15h 30 Anniversaire des résidents nés au mois de septembre
09/16/23/30 Septembre 2026	14h15 Echange avec notre partenaire de L'IME de Jacques Masson Montigny en Ostrevent
10 Septembre 2026	12h00 Repas des aînés offert par la municipalité de Montigny en Ostrevent
15/29 Septembre 2026	10h30 Le Bonne Franquette
15 septembre 2026	14h00 Commission de restauration
17 Septembre 2026	10h30 Sortie au Zoo de Maubeuge
18 Septembre 2026	12h00 Repas "Cochon grillé"
21 Septembre 2026	10h30 Sortie "Pêche" à l'étang les sablonneuses à Wahagnies
24 Septembre 2026	14h00 Echange avec les enfants des écoles
29 Septembre 2026	14h30 Expo age d'or

Mardi 8 septembre 2026

Goûter d'anniversaire des résidents nés en septembre



Jeudi 10 septembre 2026
Le repas des Aînés
offert par la Municipalité
de Montigny en Ostrevant





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



**Les goûters des anniversaires des résidents se déroulent tous les 2ème
Mardis du mois à partir de 15h30.**

**Lors de votre anniversaire, vous avez la possibilité d'inviter 4 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)
au foyer**



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



ANANAS
BANANE
CERISE
CITRON
GROSEILLE
KIWI
MANDARINE
MANGUE
MYRTILLE
ORANGE
PAPAYE
PASTEQUE
POIRE
POMME
PRUNE

Gratin d'automne



INGRÉDIENTS

1/2 potimarron lavé, non épluché et coupé en gros cubes de 3 cm de côté

2 pommes de terre moyennes coupées en dés de 1 cm

2 carottes râpées

1 navet détaillé en petits dés

1 gros oignon émincé en fines lamelles

1 bouquet garni

ou 2 verres de bouillon

1 filet d'huile d'olive

50 g de fromage râpé

sel, poivre

La garniture :

au choix : saucisses de strasbourg coupées en rondelles, lardons 1 cuisse de canard confite ou des restes de viande ...

PRÉPARATION

Préparez les légumes.

Disposez-les dans un grand plat allant au four, mouillez avec le bouillon, ajoutez le bouquet garni, un filet d'huile d'olive, du sel et du poivre, mélangez le tout.

Couvrez avec une feuille d'aluminium et faites cuire à l'étouffée pendant 1 h à 180°C.

Vous pouvez aussi mettre les légumes dans une cocotte allant au four.

Sortez le plat du four, ajoutez la viande, mélangez le tout, ajoutez un peu de bouillon si nécessaire.

Recouvrez de fromage râpé.

Enfournez à nouveau pendant 30 mn sans couvrir.

Vérifiez à la fin de la cuisson que les légumes soient bien fondants.

Laissez dans le four chaud jusqu'au moment de servir.

Bon appétit.