

# LA GAZETTE DES SENIORS

DES PAYS ROYANNAIS ET SAINTAIS



DES JEUX POUR BOOSTER  
VOTRE MÉMOIRE !

LES RECETTES DE L'ÉTÉ

JEU CONCOURS

ÉTÉ 2023

**ORPEA**  
RÉSIDENCES



## Édito de la directrice

### Les activités festives, un point fort de nos Résidences

Parce que c'est l'été aussi dans nos Résidences, vous pourrez au fil des pages découvrir des sourires, de la gaieté, de la musique, de la danse, des bons repas, des instants conviviaux entre résidents, avec les proches, avec les partenaires, ... La vie tout simplement !

Parce que nous savons que les animations et les moments festifs influent sur la bonne humeur non seulement des Résidents mais également des équipes et des proches, ... l'entraîn tout simplement !

Parce que nous connaissons la frénésie engendrée par les préparations en amont, de nos chefs pour les menus, de nos animateurs pour les idées, de nos équipes pour accompagner et mobiliser les résidents qui le souhaitent, ... L'effervescence tout simplement !

Parce que nous souhaitons profiter de moments précieux avec nos Résidents et voir des sourires sur leurs visages, ... Le partage tout simplement !

Parce que nous en parlons encore et encore lors d'évocations des souvenirs, ... la satisfaction tout simplement !

Voici dans cette Gazette consacrée à l'été quelques-unes de nos fêtes organisées au sein des Résidences du Pays Royannais et Saintais. Les anniversaires, les réceptions avec les familles et partenaires, les fêtes sont célébrées dans chaque résidence selon ses caractéristiques propres et adaptées à ses Résidents.

Ne dit-on pas que le divertissement est le meilleur régime contre le poids de l'existence ? Alors, venez goûter avec nous ce sens de la fête qui règne au sein de nos Résidences.

Bonne lecture et bon été à vous !

Pauline Harmand  
Directrice Résidence Les Aloès

Prochaine gazette à paraître en octobre.



N°3 - Été 2023

S.A ORPEA :  
401 251 566 RCS Nanterre  
12 rue Jean Jaurès CS 10032, 92813 Puteaux Cedex

DIRECTRICE DE LA PUBLICATION :  
Pauline Harmand

RÉDACTION :  
Emmanuelle Molina  
emmanuellemolina3@gmail.com

CONCEPTION GRAPHIQUE ET MISE EN PAGE :

Mercure Communication  
mercure.communication.ab@gmail.com

TIRAGE : 5150 exemplaires

La Gazette d'Orpea est imprimée par l'imprimerie Atlantique Offset à La Tremblade. Le papier utilisé pour ce magazine est issu de la gestion durable des forêts et répond au label PEFC (n°10-31-1685). Par ailleurs, l'imprimeur est signataire de la charte «imprim'vert» et applique une gestion citoyenne des déchets.

# OÙ SORTIR CET ÉTÉ ?



## SAINT-PALAIS-SUR-MER

Tournoi International de Tennis Féminin Open 17. Club de Tennis de St Palais. Avenue de la Ganipote. Du 3 au 10 septembre 2023

Programme complet sur [www.stpalaisurmer.fr](http://www.stpalaisurmer.fr)

📅 À la Résidence du Lac, Tournoi de pétanque le 14/08. Réservation impérative au 05 46 22 29 29.

## ARVERT

Exposition Les Vieux Volants du Pays Royannais à La Halle d'Arvert. Dimanche 13 août de 9H30 à 13H.

Programme complet sur [www.arvert.fr](http://www.arvert.fr)

## BREUILLET

Soirée « Entre Terre et Mer » le 12 août de 19h à 2h. Concert par Harmonia Duo (restauration sur place).

Programme complet sur [www.breuillet-17.fr](http://www.breuillet-17.fr)

## ROYAN

Feu d'artifice du 15 août. Plage de la Grande Conche.

Programme complet sur [www.ville-royan.fr](http://www.ville-royan.fr)

📅 À la Résidence Château de Mons, Parties de bridge à partager avec les Résidents. Réservation impérative au 05 46 39 72 10.

## SAUJON

Tous les mercredis, découverte de l'écrevisse et de sa pêche. Samedi 26 et dimanche 27 août, week-end Guinguette à la Taillée Verte.

Programme complet sur [www.saujon.fr](http://www.saujon.fr)

📅 À la Résidence Sud Saintonge, le 9/08/23 Récital de Cindy de L'Ange Bleu, célèbre cabaret bordelais. Réservation impérative au 05 46 02 22 99.

## SAINT-SULPICE-DE-ROYAN

Festival des Vieilles Forges chaque vendredi soir du mois d'août.

Programme complet sur [www.saint-sulpice-de-royan.fr](http://www.saint-sulpice-de-royan.fr)

📅 À la Résidence Les Aloès, goûter estival le vendredi 18 août avec groupe musical « Back up ». A partir de 15H. Réservation impérative au 05 46 39 67 00.

## SAINT-GEORGES-DE-DIDONNE

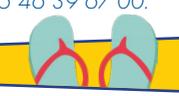
200 drones en lieu et place du traditionnel feu d'artifice le mercredi 16 août à 23H.

Programme complet sur [www.saintgeorgesdedidonne.fr](http://www.saintgeorgesdedidonne.fr)

## SAINTES

Festival Transe Atlantique du 25 au 27 août. Festival célébrant patrimoines culturels, historiques et culinaires, qui soit une véritable occasion de partage et d'échange avec le Québec.

Programme complet sur [www.ville-saintes.fr](http://www.ville-saintes.fr)





# ACCUEIL PRIVILÉGIÉ POUR LES FAMILLES

Résidence du Lac, Saint-Palais-sur-Mer

Si à chaque entrée dans un de nos établissements, le Résident reçoit une écoute et un accueil attentif, les proches bénéficient également d'un moment privilégié.

La clé de la réussite pour une entrée réussie, c'est une intégration acceptée par tous y compris par la famille et les proches.. C'est pourquoi les équipes des Résidences du Groupe Orpea organisent des parenthèses conviviales hors de la Résidence dédiée spécifiquement aux proches.

La présence des personnels permet de mettre des visages sur des noms et de savoir qui fait quoi. Chacun passe le grand oral devant les familles qui découvrent souvent le monde des EHPAD. Rassurer est donc fondamental : présentation de la Résidence, des personnels médicaux, paramédicaux, animation, hébergement et restauration ; l'information claire et transparente est transmise et relayée avec des exemples concrets.



Ces réceptions permettent de se rencontrer, de se connaître et d'échanger dans un cadre différent de la Résidence. A Saint-Palais-Sur-Mer, les familles ont bénéficié d'un petit-déjeuner à l'Hippodrome Royan Atlantique lors des séances d'entraînement des chevaux de course ou encore d'un brunch dans le cadre paradisiaque du magnifique Domaine de Saint-Palais. Un moment hors du temps plébiscité !



## PAROLES DE FAMILLE

“ C'était un bon tour d'horizon de la Résidence, synthétique, pas trop long et qui m'a permis d'échanger avec les équipes et avec les familles présentes autour du brunch clôturant la réunion. ”

Daniel D, famille d'une Résidente



## LE SAVIEZ-VOUS ?

Parce que l'harmonie entre Résidents, proches et partenaires est un élément prépondérant pour le bien-être des Résidents, il est organisé des commissions gériatriques avec médecins traitants et kinésithérapeutes, des réceptions partenaires afin de favoriser les échanges entre tous.

# FAITES LE TRI !

Remplacez les lettres dans le bon ordre et retrouvez les mots ci-dessous.

Indice : tous les mots sont en rapport avec l'été

### Mot de 5 lettres :

Sorbet : CGL EA  
-----

Sandale de plage : SNGT O  
-----

Couché dans la toile : MCH AA  
-----

Montante ou descendante : RM EEA  
-----

Sécurise les enfants : B EEUO  
-----

### Mot de 6 lettres :

Astre de lumière : LLS IEO  
-----

Embarcation : TBA UAE  
-----

### Mot de 7 lettres :

Arbre : MRPL IEA  
-----

De paille ou de cow-boy : CPH UAEE  
-----

Bassin : NSPC IIE  
-----

Abri portatif : SPRL OAA  
-----

### Mots de 8 lettres :

Cuisine d'été : CBBR UEEA  
-----

### Mot de 10 lettres :

Repas en plein-air : PNQQ EEIIUU  
-----

Palourde, moule, huître :  
GCLLQ AEIOU  
-----

Insectes bruyants : TQMSS EIOUU  
-----

Réponses : Glace - Hamac - Tongs - Marée - Soleil - Bouée - Bateau - Palmier - Piscine - Chapeau - Parasol - Barbecue - Pique-Nique - Moustiques - Coquillage



# LA FÊTE COMME UN COUP DE SOLEIL

Résidence Sud Saintonge, Saujon

Quelques mois avant l'été, les résidents s'activent chaque semaine à l'atelier « décoration » pour confectionner ce qui ornera le hall et la salle de restauration pour la fête de la Résidence.

Une fête qui comme chaque année a un thème précis : croisière dans les Caraïbes, séjour en Italie ou encore la féerie des Mille et une nuits... Le jour venu, les résidents de tous les secteurs ainsi que l'ensemble des salariés affichent des vêtements aux couleurs du thème et se retrouvent pour manger, danser et chanter avec une prestation toujours excellente de Fiestas du Monde.



“ J'adore découvrir la décoration le jour de la fête et c'est un bon moment de partage avec les résidents. ”

affirme Aurélie, soignante.

Et comme une fête en appelle toujours une autre, quelques jours plus tard, c'est en soirée que le parking de la résidence devient une salle de bal à ciel ouvert. Résidents, familles, salariés, partenaires mais également voisinage se retrouvent autour d'un repas champêtre spécialement concocté par les cuisiniers de la Résidence et d'un orchestre qui entraîne les hôtes à la danse jusqu'à ce que minuit sonne.

“ Ce soir-là, on se retrouve tous et on se lâche pour faire la fête avec de chouettes musiciens. ”

s'exclament les animatrices



## RETROUVEZ

Reliez les deux colonnes afin d'assembler chansons et interprètes et pourquoi ne pas les réécouter pour s'octroyer un moment de bien-être !

- |                              |                    |
|------------------------------|--------------------|
| 1 C'est la fête              | A Edith Piaf       |
| 2 La Belle de Cadix          | B Claude François  |
| 3 Les Bancs Publics          | C Luis Mariano     |
| 4 La vie en rose             | D Joséphine Baker  |
| 5 La balade des gens heureux | E Line Renaud      |
| 6 Si j'avais un marteau      | F Michel Fugain    |
| 7 J'ai deux amours           | G Jane Birkin      |
| 8 Ma cabane au Canada        | H Charles Aznavour |
| 9 La Bohème                  | I Georges Brassens |
| 10 La Gadoue                 | J Gérard Lenormand |

Réponses : 1 - F - 2 - C - 3 - I - 4 - A - 5 - J - 6 - B - 7 - D - 8 - E - 9 - H - 10 - G.





# REPAS À THÈME : TOUR DU MONDE DES SAVEURS

Résidence L'Océane, Saint-Georges-de-Didonne

Chaque mois, les Résidences Orpea organisent des repas à thème.

À la Résidence L'Océane, ces thèmes sont décidés lors des commissions « Restauration » programmées trois fois par an. Ils dépendent du calendrier et/ou des envies des Résidents. Ainsi, nous avons déjà proposé des repas grec, irlandais à l'occasion de la Saint-Patrick en mars dernier, américain, ...

La cuisine française est souvent plébiscitée par nos Résidents qui ont souhaité déguster une choucroute en janvier, se régaler de crêpes à la Chandeleur en février et bien évidemment, savourer le repas traditionnel de Pâques en avril dernier. N'oublions pas les fêtes de fin d'année qui font également l'objet de réflexion et d'attention toute particulières.

Notre chef sélectionne les produits, cuisine et dresse les assiettes. Salle de restaurant et tables sont décorés suivant la thématique. Il arrive même que les équipes arborent les couleurs du thème.



Un spectacle accompagne toujours ces repas à thème afin d'offrir une journée festive.



## PAROLES DE RÉSIDENT

“ Les repas à thème c'est un moment de bonheur, ça montre la valeur de chacun des employés. ”

G, résident à Saint-Georges de Didonne



## LE PLUS ORPEA

Nous offrons la possibilité aux familles et proches des Résidents de **venir déjeuner avec leurs proches tout au long de l'année**. Une salle est dédiée aux repas « Invités » afin que chacun puisse profiter d'un moment de partage en toute intimité. Une seule condition, s'inscrire au préalable.

# TUTO NICHOURS

Par Nicolas Lullier, chargé de l'entretien à la Résidence L'Océane de St Georges de Didonne

## FOURNITURES

1 planche de 1m x 1m en contreplaqué  
Petites pointes ou colle à bois

## MÉTHODE

Découper les formes ci-après avec une scie à bois.

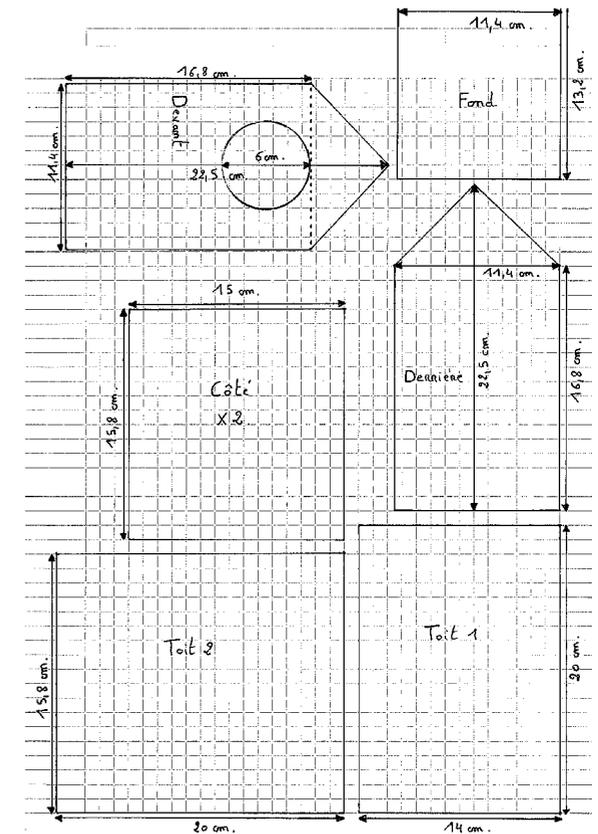
Découper l'ouverture du nichoir avec une scie cloche.

Puis procéder à l'assemblage soit avec des petites pointes à bois (attention à la rouille), soit avec de la colle à bois. Ici, nous avons opté pour la colle à bois.

Il est possible de rajouter un morceau de bois pour réaliser un perchoir.

Pour la décoration, laissez faire votre imagination, peinture, vernis, brou de noix ou encore huile de lin.

Laisser sécher 24H.



# REPAS DE FÊTES, LA TRADITION RESPECTÉE

Résidence Les Jardins de Saintes, Saintes

La culture française regorge de fêtes traditionnelles célébrées, comme souvent dans notre pays, par des repas. Dans chaque famille, on prend date, on se retrouve, on se met d'accord sur les mets à concocter. On sort les recettes de familles et surtout, on les célèbre.

Dans les Résidences du groupe Orpea, on procède de même. A la Résidence Les Jardins de Saintes, Cédric Boucheron, chef de cuisine et ses équipes, se sont rassemblés pour élaborer, en avril dernier, les fêtes de Pâques. Au menu : Pâté de Pâques, Gigot d'agneau accompagné de ses pommes grenaille, tomates à la Provençale et fagots d'haricots verts, fromage et Nids de Pâques. Un repas somme toute, très conventionnel mais qui ravit toujours les papilles des Résidents.

Un échange intergénérationnel s'est mis en place avec les enfants de l'école maternelle Emile Combes. Les petits écoliers sont venus rendre visite à nos Résidents les 6 et 27 avril dernier pour une chasse aux œufs géante au sein de l'établissement.

Des instants magiques dont petits et grands se souviendront longtemps !



## LE SAVIEZ-VOUS ?

On déguste la viande d'agneau à Pâques en référence à la religion chrétienne. Effectivement, dans la Bible, Jésus est plusieurs fois désigné comme un agneau considéré dans la tradition juive comme un innocent sacrifié pour racheter les péchés des hommes.



Quant aux œufs, dès l'Antiquité, on avait coutume de s'en offrir pour célébrer l'arrivée du printemps. Une autre probabilité remonte au Moyen-Age quand l'Eglise décide d'interdire la consommation d'œufs pendant le Carême. Les œufs pondus pendant cette période, alors très nombreux, étaient conservés jusqu'à Pâques. Ces derniers se sont transformés en œufs chocolatés à partir du XIXe siècle. (Sources Géo)

# SUDOKU

Pratiquer régulièrement le Sudoku développe la concentration et permet au cerveau de conserver sa capacité intellectuelle le plus longtemps possible.

N°1			5		3	2	1		
						6			7
1	6			7	4				8
							2		1
		3	9	2	1	7			
2		7							
3			4	1				7	9
5			2						
		1	7	8			5		

Solution jeu n°1

6	9	1	7	8	3	5	4	2
5	7	4	2	6	9	8	1	3
3	2	8	4	1	5	6	7	9
2	1	7	6	5	8	9	3	4
4	8	3	6	2	1	7	9	5
9	5	6	3	4	7	2	8	1
1	6	9	5	7	4	3	2	8
8	3	2	1	9	6	4	5	7
7	4	5	8	3	2	1	9	6

N°2			2	8				3	7
	9	8					2		
									6
3	1	4			2			7	9
			7	1	5				
5	7		3				6	2	1
2									
		6						4	2
4	9				7	3			

Solution jeu n°2

4	9	3	2	7	5	2	1	6	8
8	3	1	7	4	6	9	5	8	2
2	3	7	4	8	9	6	1	5	4
5	7	6	9	3	8	4	5	2	1
6	2	1	5	4	8	3	7	9	6
3	1	4	6	8	2	5	7	9	6
7	4	5	2	9	6	3	8	1	7
6	8	3	1	7	6	2	5	4	9
1	6	2	8	5	4	9	3	7	1



# GAUFRE PARTY

Résidence Beauséjour, Arvert

Une fois par mois, après le dîner, les Résidents de la Résidence Beauséjour sont injoignables ! D'où vient cet étrange phénomène ?

Après de nombreuses investigations, il s'avère que les Résidents Alvertonts (de la commune d'Arvert) semblent attirés par une odeur de gaufres. Rien ne leur permet de résister à ce moment régressif et convivial instauré par Natacha Degauquier, cheffe de cuisine et Laetitia Trouillet, seconde de cuisine.



Muriel Cossin

Cet atelier ludique et gourmand attire les Résidents, et leurs proches conviés pour l'occasion et bien évidemment les équipes présentes. Chacun choisit ses toppings favoris (chocolat, caramel beurre salé, pâte à tartiner, chantilly, ...).

Un moment de pur bonheur gustatif mais également du partage et des échanges. Il n'y a pas d'âge pour déguster des gourmandises et profiter d'une soirée festive. C'est simple et convivial.

**Bref, comme à la maison !**



Natacha Degauquier et Laetitia Trouillet, la brigade du bon goût !

# LA RECETTE GOURMANDE

Recette des gaufres de Natacha DEGAUQUIER, cheffe de cuisine de la résidence Beauséjour

- 1 Séparer les blancs des jaunes
- 2 Mélanger le sucre, la levure, la farine, le lait et les jaunes d'œufs.
- 3 Monter les blancs d'œufs en neige et les incorporer à la préparation.
- 4 Pour terminer, ajouter le beurre fondu.

## INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 250g de farine
- 65g de sucre
- 4 œufs
- 70g de beurre
- 1/2 sachet de levure chimique
- Sucre vanillé ou rhum selon le goût
- 35 cl de lait demi-écrémé



## LE SAVIEZ-VOUS ?

Les gaufres ou waffles sont des mets typiques de la Belgique, des Pays Bas, du Nord de la France, des régions alpines d'Italie et de Suisse Romande. Il en existe de très nombreuses variétés dues notamment à la diversité de formes et de motifs des plaques de cuisson.





# CÉLÉBRATION DES ANNIVERSAIRES

Résidence Harmonie, Breuillet

Un anniversaire est pour le Résident un repère temporel, la réminiscence de moments joyeux. Quel plaisir de le fêter et cela quel que soit son âge !

Les Résidences Orpea l'ont bien compris. Célébrer un anniversaire permet aux Résidents de vivre un moment de convivialité, entourés de sa famille, des Résidents avec lesquels ils sont proches, avec lesquels ils ont sympathisé. Et dans la boucle, se trouvent également les équipes qui ne manqueraient cela pour rien au monde.

A la Résidence Harmonie, le premier mercredi de chaque mois, les anniversaires des Résidents sont célébrés et c'est sacré !

Les Résidents ont l'occasion de passer un moment convivial aux côtés de leurs familles et de leurs amis. Gâteaux et bougies, spectacle en chansons, bonne humeur garantie.



## PAROLES DE RÉSIDENT

“ Une fois par mois, la Résidence est un peu en ébullition. C'est le jour de la Fête des Anniversaires pour les Résidents. Tous attendent cela avec impatience. Retrouver pour un instant la musique de l'accordéon, les chansons de leur jeunesse, chanter les refrains qu'ils ont aimés et même ceux qui le peuvent encore n'hésitent pas à faire quelques pas de danse. Et puis, bien sûr, il y a le gâteau toujours délicieux et sa petite bougie qu'il faut souffler lorsque l'on prend la photo souvenir.



Moment festif qui apporte à tous un vrai rayon de soleil et le bonheur malgré le poids des ans que, ce jour-là, on oublie quelque peu. ” Claude Jolly, résident



# CHANSON A TROUS

La chanson, Y'a de la joie, interprétée par Charles Trenet est connue mais sauriez-vous retrouver les mots manquants ? A vous de jouer !

Y a d'la joie  
Bonjour bonjour les .....  
Y a d'la joie  
Dans le ciel par-dessus le toit  
Y a d'la joie  
Et du soleil dans les .....

Y a d'la joie  
Partout y a d'la joie  
Tout le jour, mon cœur bat, chavire et chancelle  
C'est l'amour qui vient avec je ne sais quoi  
C'est l'amour bonjour, bonjour les .....

Y a d'la joie  
Partout y a d'la joie

Le gris ..... bat la pâte à pleins bras  
Il fait du bon pain du pain si fin que j'ai faim  
On voit le facteur qui s'envole là-bas  
Comme un ange bleu portant ses lettres au Bon Dieu  
Miracle sans nom à la station .....

On voit le métro qui sort de son tunnel  
Grisé de ciel bleu de chansons et de fleurs  
Il court vers le bois, il court à toute .....

Y a d'la joie  
La tour Eiffel part en balade  
Comme une folle elle saute la .....  
à pieds joints  
Puis elle dit:  
Tant pis pour moi si j'suis malade  
J'm'ennuyais toute seule dans mon coin

Y a d'la joie  
Le percepteur met sa jaquette  
Plie boutique et dit d'un air très doux, très doux  
Bien l'bonjour, pour aujourd'hui finie la .....  
Gardez tout  
Messieurs gardez tout  
Mais soudain voilà je m'éveille dans mon lit  
Donc j'avais rêvé, oui, car le ciel est .....

Il faut se lever, se laver, se vêtir  
Et ne plus chanter si l'on n'a plus rien à dire  
Mais je crois pourtant que ce rêve a du bon  
Car il m'a permis de faire une chanson  
Chanson de printemps, ..... d'amour  
Chanson de vingt ans chanson de toujours.

Y a d'la joie  
Bonjour bonjour les hirondelles  
Y a d'la joie  
Dans le ciel par-dessus le toit  
Y a d'la joie  
Et du soleil dans les ruelles  
Y a d'la joie  
Partout y a d'la joie

Tout le jour, mon cœur bat, chavire et chancelle  
C'est l'amour qui vient avec je ne sais quoi  
C'est l'amour bonjour, bonjour les demoiselles  
Y a d'la joie  
Partout y a d'la joie

..... - chansonnette.

Réponses : 1 - hirondelles, 2 - ruelles, 3 - demoiselles, 4 - bou-  
langer, 5 - Javel, 6 - vapour, 7 - Seine, 8 - quête, 9 - gris, 10



## LE SAVIEZ-VOUS ?

La Résidence Harmonie proposera, à compter de septembre prochain, la réalisation d'un souhait le jour J pour le Résident qui célèbre son anniversaire. A découvrir dans nos prochaines éditions !





# 10 ANS, ÇA SE FÊTE !

Résidence Les Aloès, Saint-Sulpice-de-Royan

Une décennie, cela se fête. La Résidence Les Aloès ne pouvait laisser passer ce dixième anniversaire sans célébrer ce passage à deux chiffres. Et pour marquer cela, un voyage dans l'Ouest Américain était proposé aux Résidents, leurs proches et les équipes.

C'est ainsi que le 14 juin dernier, drapeaux emblématiques, bottes de paille, affiches Reward placardées aux murs annonçaient la couleur. Musique country et les équipes au diapason, tous vêtus de jeans, de bandanas et de chapeaux de cow-boys, et de bottes country. Ne manquaient que les chevaux mais deux motos étaient garées dans le jardin dont la Harley Davidson du chef !



Parlons du chef justement, Christophe Gontier et son équipe ont concocté un repas que les convives ont grandement apprécié : pop-corn et cake texan avec un Texas Fizz, salade texane, brochette de poulet tex-mex et duo de frites, cheesecake et son coulis de fruits rouges. Et ils étaient nombreux puisque pas moins de 120 personnes ont répondu présent à l'invitation de Pauline Harmand, la directrice de l'établissement, sans oublier Christian Pitard, le maire de la commune ainsi que certains anciens directeurs qui avaient fait le déplacement.

Une fête tellement américaine que l'on aurait pu croire que la Résidence Les Aloès était un bastion du pays de l'oncle Sam en terre saint-sulpicienne !

## LE PLUS ORPEA

Des échanges ont lieu depuis le mois d'avril **entre les enfants de la crèche et les Résidents des Aloès**. Des rencontres ont lieu dans la salle multisensorielles de l'EHPAD afin de communiquer autrement (balles sensorielles, calme, musique douce, lumière tamisée). D'autre part, la Résidence Les Aloès participe au projet « Papy Boomer » à destination des seniors dont l'ambition est de mettre en place des **actions concrètes favorisant le mieux vivre et le vivre ensemble sur le territoire**.



## COMPTEZ !

Pour booster ses neurones, le calcul mental est un exercice tout à fait adapté. Appris à l'école, un temps abandonné, il revient en force. Alors un, deux, trois, à vous de jouer !

$5 \times 11 =$

$328 / 4 =$

$9 \times 15 =$

$3 + 18 =$

$9 \times 6 =$

$458 + 121 =$

$7 \times 9 =$

$158 - 97 =$

$472 / 8 =$

$43 - 12 =$

$329 + 172 =$

$4 \times 47 =$

$11 \times 8 =$

$53 \times 4 =$

$534 - 259 =$

$75 / 3 =$

$158 \times 2 =$

$48 \times 6 =$

$10 \times 122 =$

$7 \times 12 =$

$35 + 128 =$

$515 - 325 =$

$297 / 111 =$

$52 \times 6 =$

HEURE DE DÉBUT :

DURÉE TOTALE :

HEURE DE FIN :

RÉSULTATS : ..... /24

Réponses : 55, 21, 63, 31, 88, 25, 1220, 187, 82, 54, 61, 501, 212, 316, 84, 27, 135, 579, 59, 188, 275, 288, 163, 312





## LA RECETTE DE CHRISTOPHE

Chef à la Résidence Les Aloès de St-Sulpice

Vous aussi, vous pouvez déguster le délicieux cheese cake préparé par Christophe Gontier, chef de cuisine à la Résidence Les Aloès de Saint-Sulpice-De-Royan, il vous dévoile sa recette.



Christophe GONTIER  
©Benjamin VF Photographe

## CHEESE CAKE AU COULIS DE FRUITS ROUGES

- 1 Préchauffez le four à 180° (thermostat 6).
- 2 Tapissez de papier sulfurisé et préalablement beurré un moule à gâteau. Si le fond du moule est amovible, c'est mieux, sinon laissez dépasser le papier sulfurisé pour pouvoir démouler facilement le gâteau en tirant dessus.
- 3 Mélangez les biscuits, la muscade et le beurre fondu. Tapissez le fond du moule de ce mélange en tassant avec le dos d'une cuillère. Placez au réfrigérateur.
- 4 Battez la faisselle ou le fromage blanc afin qu'il soit lisse puis ajoutez le sucre, la farine et les œufs un par un. Ajoutez ensuite la crème et la vanille. Versez cette préparation sur la croûte biscuitée.
- 5 Enfournez pour environ 50 minutes jusqu'à ce que la préparation soit ferme au toucher.
- 6 Pendant ce temps, préparez le coulis : mettre les fruits dans une casserole et laissez cuire à feu doux. Remuez de temps en temps. Une fois les fruits bien ramollis, sortez du feu et mixez-les. Rajoutez le sucre.
- 7 Sortez le gâteau du four une fois cuit. Laissez-le refroidir. Démoulez et servez-le accompagné du coulis.

### INGRÉDIENTS (6 PERS.)

500g de fromage blanc  
 150 g de sucre semoule  
 2 cuil. à soupe de farine  
 25 cl de crème fraîche  
 Extrait de vanille  
 250g de biscuits émiettés  
 125g de beurre doux fondu  
 100g de sucre roux  
 300g de fruits rouges (congelés ou pas)



## LA RECETTE DU RÉSIDENT :

LE GIN FIZZ ! de Mme. Jeannine Setbon, Résidente à Les Aloès à St Sulpice



Jeannine Setbon



Limonade



5 cl de Gin



2 cl de Vermouth  
3 traits de Liqueur de framboise



2 cl de jus d'orange  
2 cl de jus de citron





Bravo à Mme. Giovannetti qui a gagné le bon repas pour deux personnes au restaurant Le Spagho et à M. Juan qui a gagné le panier garni, les deux lots mis en jeu dans la Gazette des Seniors Printemps 2023.

Voici la lettre imaginée par Simone à ses petits-enfants. Il manque des mots. Retrouvez-les (certains se trouvent dans la Gazette) et déposez votre bulletin-réponse, ci-dessous, à la Résidence la plus proche de chez vous ou envoyez vos réponses à [lagazettedesseniors@gmail.com](mailto:lagazettedesseniors@gmail.com)

Un **bon pour un panier pique-nique et un panier garni à la Sulpicienne** sont mis en jeu. Bonne lecture !

Mes chers petits-enfants,  
Je vous envoie une jolie carte postale de la Résidence Les Aloès à Saint-Sulpice-de-Royan où je réside le temps des [ ] de vos parents. Même si je suis encore assez autonome, passer chaque jour à la maison me rend visite et s'assurer que tout va bien leur causent du tracas. Ils ont besoin de souffler un peu. Ici, ils appellent ça les courts séjours. Cela me plaît assez. Je me rends compte de la vie en [ ], moi qui vit seule depuis la mort de votre arrière-grand-père. Ça fait de la vie !

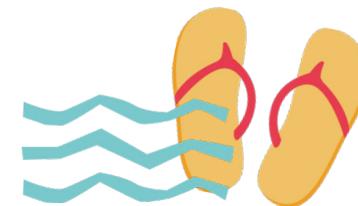
Les animations sont nombreuses. Les enfants du [ ] voisin viennent nous rendre visite. Ils sont mignons à courir partout. Parfois, ils dessinent à côté de nous et nous racontent leur journée. J'ai rencontré de nouvelles personnes avec lesquelles je [ ] chaque midi au restaurant. Quelques fois, on se retrouve à discuter dans le jardin près du potager.  
La semaine dernière, la Résidence a fêté ses 10 ans. On a fait la fête à [ ] ! J'ai mangé du [ ]. Il y avait bien longtemps que je n'en avais dégusté. J'ai retrouvé le goût d'avant quand je vous gardais et que je vous en achetais au cinéma. Vous vous en rappelez ? J'ai même vu une Harley Davidson. J'aurai bien fait un tour, moi. Mais bon, il faut être raisonnable !

La semaine prochaine, c'est [ ] au programme. J'ai hâte de voir ces artistes vêtus de leurs costumes colorés et d'assister à un spectacle très parisien.  
Allez, mes petits, je vous [ ] et si vous passez dans le coin, venez déjeuner avec moi à la Résidence. Il faut juste réserver.  
Gros bisous, Mamie Simone

Règlement du jeu déposé chez SARL Nekadi & Lhéraud. 93. Bd Franck Lamy 17200 Royan



## Numéros utiles



- 15** SAMU
- 17** POLICE
- 18** POMPIERS
- 112** NUMERO D'URGENCE EUROPEEN
- 3919** POUR LES VIOLENCES AU SEIN DU FOYER
- 114** PAR SMS POUR DONNER L'ALERTE EN CAS DE VIOLENCES INTRAFAMILIALES
- 119** ENFANTS EN DANGER

## SPÉCIFIQUES SENIORS

**0 809 109 109**  
**Dispositif d'Appui à la Coordination**

(Prix d'un appel local)  
Les DAC sont des dispositifs d'information, d'orientation et d'appui à la population et aux professionnels de santé pour l'accompagnement des patients en situations complexes.

**05 46 05 58 40**  
**CLIC ou Centre Local d'Informations et de Coordination**  
du Pays Royannais et du Bassin de Marennes. Point d'information local dédié aux personnes âgées.

**0820 10 39 39**  
(0,15 € la minute)  
Numéro national répondant aux **besoins des personnes âgées et de leurs proches.**  
Informations concernant les services à

la personnes, les soins à domicile, les modes d'hébergement, les dispositifs d'accompagnement à destination des aidants.

**0 801 07 10 10**  
**Plateforme d'écoute Orpea**  
Une ligne dédiée aux Résidents et Patients accueillis au sein des établissements Orpea ainsi qu'à leurs familles. Des psychologues formés à l'analyse des situations sont à l'écoute du lundi au vendredi de 9H à 17H. Ils sont également joignables via l'adresse mail suivante [plateforme@orpea.net](mailto:plateforme@orpea.net).

**3977**  
(coût d'un appel local depuis un fixe)  
**Maltraitance des personnes âgées et handicapées**

Sans oublier le site gouvernemental **WWW.POUR-LES-PERSONNES-AGEES.GOUV.FR**



### BULLETIN - REPONSE

Nom – Prénom : .....

Adresse – CP – Ville : .....

Tel : .....

Mail : .....

Date de naissance : .....

### Réponses :

1 : .....

2 : .....

3 : .....

4 : .....

5 : .....

6 : .....

7 : .....

8 : .....

# 8 RÉSIDENCES ORPEA

DES PAYS ROYANNAIS ET SAINTAIS



Résidence Beauséjour  
**ARVERT** - 05 46 36 31 12



Résidence Les Jardins de Saintes  
**SAINTES** - 05 46 95 07 23

Résidence Harmonie  
**BREUILLET** - 05 46 22 69 69



Résidence Sud Saintonge  
**SAUJON** - 05 46 02 22 99



Résidence Les Aolès  
**ST-SULPICE-DE-ROYAN**  
05 46 39 67 00



Résidence du Lac  
**SAINT-PALAIS-SUR-MER**  
05 46 22 29 29



Résidence Château de Mons  
**ROYAN** - 05 46 39 72 10



Résidence L'Océane  
**ST-GEORGES-DE-DIDONNE**  
05 46 06 08 16

**ORPEA**  
RÉSIDENCES

[www.orpea.com](http://www.orpea.com)