



**Printemps**

**Du 6 Avril au 3 Mai 2026**

# L'EHPAD'ZINE

LA GAZETTE QUI VOUS FAIT DU BIEN !



## Carnaval

**Le Carnaval s'est vu dynamique et festif cette année ! En effet, nous avons pu profiter des visites déguisées de nos partenaires le mercredi 4 mars. Le lendemain, nous nous sommes rendu à la RA Guynemer pour danser et partager des animations avec nos camarades du pôle Solidarité-Santé du SIVOM du Béthunois.**

## Election CVS

**Cette année, l'EHPAD Marie CURIE a organisé ses élections des représentants du Conseil de la Vie Sociale le 13 mars.**

**Vous retrouverez en avant-dernière page vos représentants élus !**

## Sortie à la crèche

**Le matin du mercredi 18 mars nous étions en sortie à la micro-crèche "Ô Safari des Ouistitis" sur le thème du "chantier" à l'occasion de la semaine de la petite enfance.**

## Anniversaires trimestriels

**Le 18 mars, nous avons célébré les anniversaires trimestriels des mois de Décembre, Janvier et Février. Pour la première fois au sein de notre établissement, nous avons invité notre partenaire : les licenciés du club de l'US BEUVRY !**

## Commission Animation

**Le Vendredi 20 Mars avait lieu la commission animation présentée par Julien (animateur). Vous pouvez désormais demander le compte rendu de notre réunion.**

# RÉSULTATS DES ÉLECTIONS DU CVS

37 VOTANTS SUR 56 (66%)

## ÉLUS REPRÉSENTANTS DES RÉSIDENTS DU CVS

### TITULAIRES



**M. SEURON Christian**  
48,6%  
(18 voix)



**Mme GAMBIER Yvette**  
43.2%  
(16 voix)

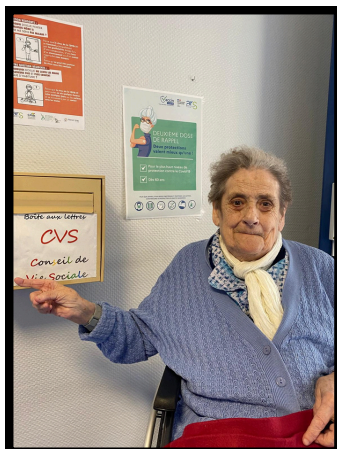
### SUPPLÉANTS



**Mme MERGER  
Christiane**  
37,8%  
(14 voix)



**Mme DOUCHEZ  
Nadine**  
29,7%  
(11 voix)



**Mme HENON Léone**  
18,9%  
(7 voix)



**M. RODET Michel**  
18,9%  
(7 voix)

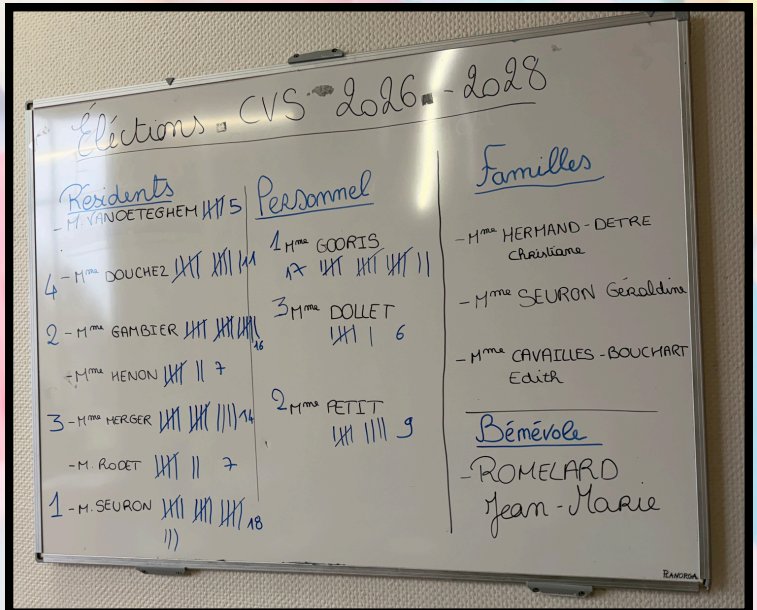


**M. VANOETEGHEM Lucien**  
13,5%  
(5 voix)

# LE CARNAVAL EN PHOTOS...



# MARS EN PHOTOS



# LES ANNIVERSAIRES TRIMESTRIELS EN PHOTOS



**EN AVRIL :**

## **“Poisson d’avril”**

**Le matin du 1er Avril nous recevrons les Ouistitis de la micro-crèche.**

**L’après-midi nous recevrons les enfants de l’US BEUVRY pour un tournoi de BOCCIA.**

## **Sortie à la micro-crèche**

**Le mardi 7 Avril nous nous rendrons à la micro-crèche pour une séance de médiation animale. Une ferme pédagogique sera installée pour une matinée agréable et sous le signe du partage.**

## **Après-midi à l’US BEUVRY**

**Dans le cadre du stage de football de Pâques de l’US BEUVRY, vous êtes invité à partager un pique nique ainsi qu’une après-midi d’amusement au stade municipal le vendredi 24 Avril.**

## **Accueil de la micro-crèche**

**Les enfants de la micro-crèche nous feront le plaisir de venir nous rendre visite le temps de la matinée du Mercredi 29 Avril à partir de 10h30.**


# MENU DU 6 AU 12 AVRIL 2026

**BON  
APPETIT !**

**MIDI**


**SOIR**  
(sous réserve de livraison)


**Lundi 6 Avril**

Feuilleté de la mer  
Paupiette de veau sauce chasseur  
Pommes de terre aux oignons  
Jardinière de légumes  
Fromage-beurre  
Dessert au choix 


Bruschetta Savoyard  
Fromage-beurre  
Yaourt 


**Mardi 7 Avril**

Pizza au fromage  
Poisson blanc sauce hollandaise  
Riz  
Petits légumes  
Fromage-beurre  
Dessert au choix 

Steak haché sauce poivre  
Purée de pommes de terre  
Fromage-beurre  
Yaourt 

**Mercredi 8 Avril**

Carottes râpées  
Rôti de dinde sauce colombo  
Pâtes coquillettes  
Poêlée de brocolis  
Fromage-beurre  
Dessert au choix 


Cake  
(lardons, olives, tomates)  
Salade  
Fromage-beurre  
Yaourt 

**Jeudi 9 Avril**

Potage  
Tagliatelles saumon et poireaux  
Fromage-beurre  
Dessert au choix 


Avocat au thon  
Fromage-beurre  
Yaourt 

**Vendredi 10 Avril**

Macédoine de légumes  
Boules d'agneau sauce à l'ancienne  
Pommes de terre grenailles rôties  
Carottes  
Fromage-beurre  
Dessert au choix 


Gratin de chou-fleur et  
lardons  
Fromage-beurre  
Yaourt 

**Samedi 11 Avril**

Potage  
Saucisse fumée aux endives  
Pommes de terre quartiers  
Fromage-beurre  
Dessert au choix 

Tajine de poulet aux  
abricots et semoule  
Fromage-beurre  
Yaourt 

**Dimanche 12 Avril**

Quiche sans pâte jambon et poivrons  
Coq à la bière  
Pommes de terre croquettes  
Petits navets  
Fromage -beurre  
Dessert au choix 

Vol-au-vent de la  
mer  
Fromage-beurre  
Yaourt 



Ce logo indique que les plats ont été  
cuisinés par les chefs de la cuisine centrale

Ce logo indique que les plats  
ont été cuisinés par nos chefs



# ANIMATIONS DU 6 AU 12 AVRIL 2026

SOUS RESERVE DE MODIFICATIONS

**LUNDI  
6  
AVRIL**

ACTIVITÉ À DÉFINIR  
AVEC LES BÉNÉVOLES



**MARDI  
7  
AVRIL**

10H30: SORTIE À LA MICRO-CRÈCHE

15H: GYM DOUCE



**MERCREDI  
8  
AVRIL**

LOTO TRADITIONNEL



**JEUDI  
9  
AVRIL**

JOUONS AVEC LES MOTS

A

B

?

C

**VENDREDI  
10  
AVRIL**

CHORALE DES BÉNÉVOLES



**SAMEDI  
11  
AVRIL**

JEUX DE SOCIÉTÉ  
EN AUTONOMIE










**DIMANCHE  
12  
AVRIL**

ACTIVITÉ À DÉFINIR  
AVEC LES BÉNÉVOLES



# MENU DU 13 AU 19 AVRIL 2026

<b>BON APPETIT !</b>	<b>MIDI</b>	<b>SOIR</b> (sous réserve de livraison)
<b>Lundi 13 Avril</b>	Potage Aiguillettes de volaille sauce crème Pommes de terre cubes Ratatouille Fromage - beurre Dessert au choix 	Tagliatelles au saumon fumé et Boursin Fromage-beurre Yaourt 
<b>Mardi 14 Avril</b>	Saucisson à l'ail et condiment Filet de colin corn flakes sauce beurre blanc Riz Julienne de légumes Fromage - beurre Dessert au choix	Endives à la flamande Fromage-beurre Yaourt 
<b>Mercredi 15 Avril</b>	Tomate vinaigrette Burger de veau sauce basquaise Purée de pommes de terre Epinards à la crème Fromage - beurre Dessert au choix 	Salade Strasbourgeoise Fromage-beurre Yaourt 
<b>Jeudi 16 Avril</b>	Céleri rémoulade Sauce Bolognaise Pâtes Spaghettis et fromage râpé Fromage - beurre Dessert au choix 	Quiche aux poireaux et lardons Fromage-beurre Yaourt 
<b>Vendredi 17 Avril</b>	Potage Couscous et légumes Fromage - beurre Dessert au choix 	Pomme de terre savoyarde Fromage-beurre Yaourt 
<b>Samedi 18 Avril</b>	Chou blanc à la tomme et noix Tomate farcie et sa sauce Gratin de Pommes de terre Fromage-beurre Dessert au choix	Croque monsieur Tomate et bacon Fromage-beurre Yaourt 
<b>Dimanche 19 Avril</b>	Pêche au thon Sauté de porc sauce diable Pommes de terre dauphine Salsifis à l'ail Fromage-beurre Dessert au choix 	Pêche au thon Fromage-beurre Yaourt 



Ce logo indique que les plats ont été cuisinés par les chefs de la cuisine centrale

Ce logo indique que les plats ont été cuisinés par nos chefs



# ANIMATIONS DU 13 AU 19 AVRIL 2026

SOUS RESERVE DE MODIFICATIONS

**LUNDI  
13  
AVRIL**

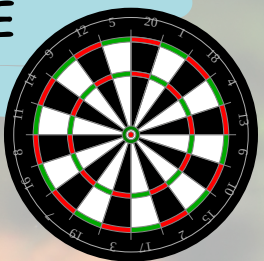
QUIZ THÉMATIQUE



**MARDI  
14  
AVRIL**

11H: JOURNAL DU JOUR

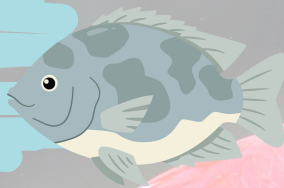
15H: JEU D'ADRESSE



**MERCREDI  
15  
AVRIL**

15H: MESSE

15H30: LOTO THÉMATIQUE



**JEUDI  
16  
AVRIL**

QUIZ MUSICAL



**VENDREDI  
17  
AVRIL**

10H30: ATELIER CULINAIRE

15H: CHORALE DES  
BÉNÉVOLES



**SAMEDI  
18  
AVRIL**

JEUX DE SOCIÉTÉ  
EN AUTONOMIE



**DIMANCHE  
19  
AVRIL**

ACTIVITÉ À DÉFINIR  
AVEC LES BÉNÉVOLES




# MENU DU 20 AU 26 AVRIL 2026

**BON  
APPETIT !**

## MIDI

**SOIR**  
(sous réserve de livraison)

<b>BON APPETIT !</b>	<b>MIDI</b>	<b>SOIR</b> (sous réserve de livraison)
<b>Lundi 20 Avril</b>	Carotte râpée à l'orange Escalope de volaille sauce crème champignons Frites Salade Fromage - beurre Dessert au choix 	Cervelas Obernois Poêlée de légumes Fromage-beurre Yaourt 
<b>Mardi 21 Avril</b>	Potage Sauté de poisson sauce waterzooï Pommes de terre vapeur Purée de petits pois Fromage - beurre Dessert au choix 	Salade de pâtes Fromage-beurre Yaourt 
<b>Mercredi 22 Avril</b>	Coleslaw Jambon Frites Fromage - beurre Dessert au choix 	Rôti de porc, salsifis à l'ail Fromage-beurre Yaourt 
<b>Jeudi 23 Avril</b>	Macédoine de légumes Lasagne à la bolognaise maison Salade Fromage - beurre Dessert au choix 	Bruschetta à la crème Poulet Champignons Fromage-beurre Yaourt 
<b>Vendredi 24 Avril</b>	Maïs et concombre en salade Emincé de dinde sauce chasseur Purée de pommes de terre Choux de Bruxelles Fromage - beurre Dessert au choix	Risotto au chorizo Fromage-beurre Yaourt 
<b>Samedi 25 Avril</b>	Salade de Pommes de terre et oeuf Rognons de Boeuf sauce Bordelaise Pâtes Macaroni Champignons à la crème Fromage - beurre Dessert au choix	Pommes de terre Carbonara Fromage-beurre Yaourt 
<b>Dimanche 26 Avril</b>	Assiette de Charcuterie Boeuf miroton Pommes de terre au romarin Haricots beurre Fromage - beurre Dessert au choix 	Gaufres Fromage-beurre Yaourt 



Ce logo indique que les plats ont été  
cuisinés par les chefs de la cuisine centrale

Ce logo indique que les plats ont  
été cuisinés par nos chefs

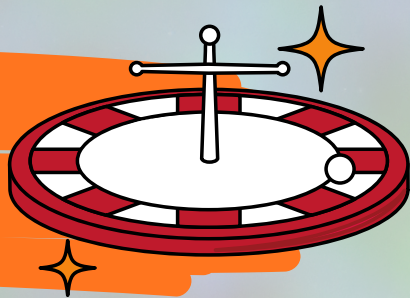


# ANIMATIONS DU 20 AU 26 MARS 2026

SOUS RESERVE DE MODIFICATIONS

**LUNDI  
20  
AVRIL**

CASINO



**MARDI  
21  
AVRIL**

11H: JOURNAL DU JOUR

15H: JOUONS AVEC LES MOTS



**MERCREDI  
22  
AVRIL**

LOTO TRADITIONNEL



**JEUDI  
23  
AVRIL**

QUIZ MUSICAL



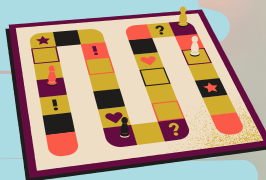
**VENDREDI  
24  
AVRIL**

11H30: APRÈS-MIDI ET  
PIQUE NIQUE AVEC L'US BEUVRY  
15H: CHORALE DES BÉNÉVOLES



**SAMEDI  
25  
AVRIL**

JEUX DE SOCIÉTÉ  
EN AUTONOMIE



**DIMANCHE  
26  
AVRIL**

ACTIVITÉ À DÉFINIR  
AVEC LES BÉNÉVOLES
















# MENU DU 27 AVRIL AU 3 MAI 2026

**BON  
APPETIT !**

## MIDI

**SOIR**  
(sous réserve de livraison)

<b>Lundi 27 Avril</b>	Tomate vinaigrette Escalope de porc Sauce provençale Pâtes Coquillettes Fromage - beurre Dessert au choix 	Oeufs mimosa Macédoine Fromage-beurre Yaourt 
<b>Mardi 28 Avril</b>	Salami et condiment Sauté de volaille sauce forestière Purée de carottes Pommes de terre quartiers Fromage - beurre Dessert au choix 	Poireaux à la Flamande Pommes de terre Fromage-beurre Yaourt 
<b>Mercredi 29 Avril</b>	Brisures de chou-fleur vinaigrette Poisson blanc sauce crème Semoule Ratatouille Fromage - beurre Dessert au choix 	Flammekueche Salade Fromage-beurre Yaourt 
<b>Jeudi 30 Avril</b>	Betteraves rouges Chipolatas sauce à l'oignon Haricots blancs tomates et Pommes de terre Fromage - beurre Dessert au choix	Fondue d'endives au poulet Fromage-beurre Yaourt 
<b>Vendredi 1er Mai</b>	Salade d'artichaut vinaigrette Tête de veau sauce ravigote Pommes de terre vapeur Légumes du pot Fromage - beurre Dessert au choix 	Ficelle Picarde Fromage-beurre Yaourt 
<b>Samedi 2 Mai</b>	Poireaux vinaigrette Hachis parmentier maison Salade Fromage - beurre Dessert au choix 	Saucisse fumée Lentilles Carottes Fromage-beurre Yaourt 
<b>Dimanche 3 Mai</b>	Sardine et toast Effiloché de porc sauce barbecue Pommes de terre grenailles rôties Gratin de courgettes Fromage - beurre Dessert au choix 	Salade César Fromage-beurre Yaourt 



Ce logo indique que les plats ont été  
cuisinés par les chefs de la cuisine centrale

Ce logo indique que les plats ont  
été cuisinés par nos chefs



# ANIMATIONS DU 27 AVRIL AU 3 MAI 2026

SOUS RESERVE DE MODIFICATIONS

**LUNDI  
27  
AVRIL**

P'TIT BAC



**MARDI  
28  
AVRIL**

11H: JOURNAL DU JOUR

15H: GYM DOUCE



**MERCREDI  
29  
AVRIL**

10H30: RÉCEPTION  
DE LA MICRO-CRÈCHE  
15H: LOTO TRADITIONNEL



**JEUDI  
30  
AVRIL**

JOUONS AVEC LES MOTS



**VENDREDI  
1ER  
MAI**

KARAOKÉ



**SAMEDI  
2  
MAI**

JEUX DE SOCIÉTÉ  
EN AUTONOMIE



**DIMANCHE  
3  
MAI**

ACTIVITÉ À DÉFINIR  
AVEC LES BÉNÉVOLES



# LES ACTIVITÉS PROPOSÉES À L'UVA

## *Stimulation cognitive :*

JEU D'ADRESSE



ATELIER MEMOIRE

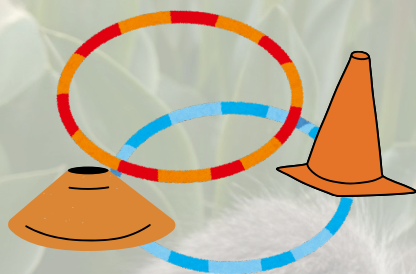


LOTO



## *Stimulation physique :*

PARCOURS DE MOTRICITÉ



GYM DOUCE



JEU DE BALLE

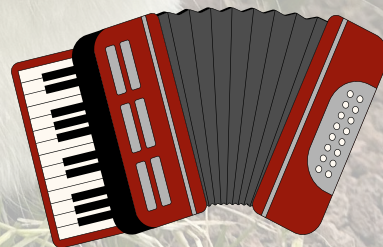


## *Divertissement et créativité :*

KARAOKÉ



WEO



SOINS ESTHÉTIQUES



MANDALA



ATELIER CRÉATIF



# ACTIVITÉS PHYSIQUES

## Nos recommandations pour les plus de 65 ans

anses

agence nationale de sécurité sanitaire  
alimentation, environnement, travail



Connaître, évaluer, protéger

Il n'y a pas d'âge pour faire du sport ! Rester actif est essentiel pour se maintenir en bonne santé. L'exercice régulier est reconnu pour prévenir de nombreuses pathologies. Associations et clubs sportifs proposent des ateliers et cours spécifiques pour les seniors. **Peu importe les années, il n'est jamais trop tard pour (re)chausser ses baskets... à condition d'y aller progressivement !**



### ACTIVITÉ PHYSIQUE CARDIO-RESPIRATOIRE

Sont recommandées :

- 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée par jour (faible essoufflement)
- ou 15 minutes d'activité physique d'intensité élevée par jour (essoufflement élevé).

Marche, marche ou ski nordique, natation, travaux ménagers (passer l'aspirateur, etc.), montée d'escaliers, jardinage...



### ASSOUPPLISSEMENT ET MOBILITÉ ARTICULAIRE

Pratiquer des exercices de souplesse 2 jours minimum par semaine pendant au moins 10 minutes.

Yoga, tai chi, étirements, travaux ménagers...



### RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Solliciter les bras, les jambes et le tronc au moins 2 jours par semaine, de préférence non consécutifs.

Marche, gymnastique aquatique ou d'entretien, vélo, jardinage...



### ÉQUILIBRE

Des activités sollicitant l'équilibre peuvent être intégrées à la vie courante et aux loisirs, au moins 2 fois par semaine.

Vélo, danse, yoga, équilibre sur une jambe ou sur la pointe des pieds...



Réduire sa sédentarité, c'est diminuer son temps passé en position assise ou allongée. Pensez à interrompre ces périodes toutes les 90 à 120 minutes par une activité de 5 minutes.

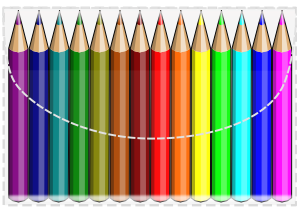


### Horizontal

3. Aliment traditionnel souvent décoré pour célébrer la fête.
5. Élément représentant des concepts spirituels durant les fêtes.
8. Coutume transmise de génération en génération pendant Pâques.
9. Objet représentant la crucifixion, essentiel dans la foi chrétienne.
11. Acte central de la foi chrétienne commémoré à cette occasion.
13. Bougie allumée lors des offices religieux pendant Pâques.
14. Ensemble de pratiques symboliques observées durant cette période.
15. Acte religieux de demande de protection ou de grâce.

### Vertical

1. Célébration religieuse importante dans le cadre de Pâques.
2. État d'âme parfois ressenti lors des réflexions pascales.
4. Événement festif marquant la résurrection du Christ.
6. Animal symbolique associé aux festivités de Pâques.
7. Fleur printanière qui fleurit souvent autour de Pâques.
9. Produit sucré souvent offert sous forme d'œufs ou de lapins.
12. Action centrale dans le récit de Pâques, liée à la foi.



POUR LES ARTISTES...  
...À VOS CRAYONS!



Correction de la grille de jeu "Pâques"

- #1\*
- #2\*
- #3\*
- #4
- #5
- #6
- #7
- #8
- #9
- #10
- #11
- #12
- #13
- #14
- #15

# JOYEUX ANNIVERSAIRE À :



M. MACIEJEWSKI Henri qui fêtera ses 90 ans, le 12 Avril.

Mme TRZESICKI Marie Jose qui fêtera ses 90 ans, le 20 Avril.

Mme CACAN Marcelle qui fêtera ses 98 ans, le 21 Avril.

Mme FREMEAUX Régine qui fêtera ses 75 ans, le 22 Avril.



Mme OLIVIER Monique qui fêtera ses 88 ans, le 29 Avril.

## Avis de décès

Nous avons le regret de vous annoncer les décès de :

Mme COUTIAUX-CLEMENT Claudine

survenu le 03 Mars à l'âge de 78 ans.

M. MALAPEL Jean Pierre

survenu le 14 Mars à l'âge de 88 ans.